சித்த மருத்துவம்

7 தொகுதிகள்

2800 பக்கங்கள்

VALLUVAR VALLALAR VATTAM

தொகுப்பு

www.valluvarvallalarvattam.com

சித்த மருத்துவம்

தொகுதி – 1 : வரலாறு

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் சென்னை–600 005.

சித்த மருத்துவம்

தொகுதி - 1 : வரலாறு

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்
சென்னைப் பல்கலைக்கழக வளாகம்
சென்னை - 600 005

2013

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழக வெளியீடு

முதற் பதிப்பு 2003

இரண்டாம் பதிப்பு 2007

மூன்றாம் பதிப்பு 2013

பதிப்புரிமை உடையது

நிறுவனர்

திரு. தி.சு. அவினாசிலிங்கம்

புரவலர்

முனைவர் நா. மகாலிங்கம்

தலைவர்

டாக்டர் வா.செ. குழந்தைசாமி

துணைத் தலைவர்

டாக்டர் மு. பொன்னவைக்கோ

செயலாளர்

டாக்டர் உலகநாயகி பழனி

பதிப்பாசிரியர்

முனைவர் பெ. அர்த்தநாரீசுவரன்

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழக வெளியீடு

ஆசிரியர் குழு

மரு. கு. கணபதி (ஒருங்கிணைப்பாளர்)

மரு. கி. நடராசன்

மரு. ச. முத்தரசன்

மரு. மொ. லோகமணியன்

மரு. செ.நெ. தெய்வநாயகம் (மறுசீராய்வாளர்)

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

சென்னைப் பல்கலைக்கழக வளாகம், சென்னை - 600 005.

விலை : ₹ 300/-

அச்சிட்டோர் : பாவை பிரிண்டர்ஸ் (பி) லிமிடெட்
சென்னை - 600 014.

அட்டைப்படம்: சிவகாமி பிரிண்டோ கிராபிக்ஸ்,
சென்னை-600 005

Bibliographical Data

Name of the Book	:	Siddha Maruttuvam Vol.1-Varalaru
Author/Editor	:	Dr.G.Ganapathy (Coordinator)
Edition	:	First Edition 2003 Second Edition 2007 Third Edition 2013
Copy Right	:	Tamil Valarchi Kazhagam
Language	:	Tamil
Subject	:	History of Siddha Medical System
Pages	:	x + 303
Price	:	₹ 300/-
Paper	:	Maplitho
Size	:	Double Crown
Binding	:	Deluxe
Point	:	12 Pt
Wrapper Design	:	Sivagami Printographics
Published by	:	Tamil Valarchi Kazhagam University Building Chepauk, Chennai- 600 005. Ph: 25365440
Printed by	:	Pavai Printers Pvt. Ltd. J.J. Khan Road, Royapettah. Chennai-600 014. Ph. 28482441, 28482973

[illegible]

முகவுரை		.....	ix
ஒருங்கிணைப்பாளர் உரை		.....	xiii
Introduction		.....	xv
1.	தமிழகத்தில் சித்தர் இயக்கம் – ஓர் அறிமுகம்	.....	1
2.	மருத்துவ வரலாறு	.....	43
3.	சங்க இலக்கியத்தில் மருத்துவம்	.....	53
4.	திருவள்ளுவரின் மருத்துவக் கோட்பாடு	.....	65
5.	சித்தர் அறிவியல்	.....	81
6.	சித்தர் அறிவியலும் ஆன்மீகமும்	.....	133
7.	சித்த மருத்துவரின் மாண்பு	.....	157
8.	சித்தர் கணம்	.....	167
9.	அகத்தியர்	.....	179
10.	திருமூலர்	.....	189
11.	போகர்	.....	195
12.	புலிப்பாணி	.....	201
13.	கொங்கணர்	.....	203
14.	மச்சமுனி	.....	207
15.	பாம்பாட்டிச் சித்தர்	.....	215

16. அகப்பேய்ச் சித்தர் 217
17. குதம்பைச் சித்தர் 219
18. உரோமரிஷி 221
19. கருவூரார் 225
20. இராமதேவர் 231
21. தேரையர் 235
22. யூகிமுனிவர் 241
23. சிவவாக்கியர் 249
24. தன்வந்திரி 255
25. தட்சிணாமூர்த்தி 259
26. நந்தீசர் 263
27. சட்டைமுனி 267
28. பிரம்மமுனி 271
29. சுந்தரானந்தர் 273
30. சித்த மருத்துவக் கல்லூரிகள் தோற்றமும் வளர்ச்சியும். . . 275

சொல்லடைவு 281

முகவுரை

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் சென்ற 56ஆண்டுகளாகத் தமிழ் மொழியின் வளர்ச்சிக்காக, ஆக்கப்பூர்வமான பணிகளைச் செய்து வருவதைத் தமிழ் மக்கள் நன்கு அறிவர்.

பொதுக் கலைக்களஞ்சியம் – 10 தொகுதிகள், குழந்தைகள் கலைக்களஞ்சியம் – 10 தொகுதிகள், உயிரியல் தாளமுறை, செயற்கைக் கோளின் கதை, மனிதன் சுற்றுச்சூழல் மற்றும் வேதிப்பொருட்கள், பரம்பரை தொடரும் பாதை எனும் அறிவியல் நூல்கள் ஆகியவற்றைத் தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் வெளியிட்டுள்ளது.

தமிழ் மக்களிடையே மருத்துவம் பற்றிய விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தும் நோக்கத்தில் மருத்துவக் களஞ்சியம் என்ற தலைப்பில் 12 தொகுதிகளை வெளியிடும் திட்டத்தை மேற்கொண்டு, இதுவரை 11 தொகுதிகள் வெளியிடப் பட்டு, மக்களிடையே நல்ல வரவேற்பைப் பெற்றுள்ளன.

சித்த மருத்துவம் நமது பண்டை மருத்துவ முறையாகும். சித்தர்களால் உருவாக்கப்பட்ட இம் மருத்துவ முறை வாழையடி வாழையெனப் பரம்பரை மருத்துவர்களால் பயன்படுத்தப்பட்டும், பாதுகாக்கப்பட்டும் வருகிறது, சித்த மருத்துவத்தின் மூலநூல்கள் பாடல்களால் அமைந்தவை, சித்தர்கள் பலரின் பாடல்கட்கு விளக்க நூல்கள் பல வந்துள்ளன. எனினும் சித்த மருத்துவத்தின் அடிப்படைகளை, அதன் வரலாற்றை, பொது மக்களும் புரிந்துகொள்ளும் வகையில் எளிய முறையில், அதே சமயத்தில் தேவையான தகவல்களுடன் சித்த மருத்துவம் பற்றி முறையான, முழுமையான ஒரு நூல் வரிசை வந்திருப்பதாகத் தெரியவில்லை. எனவே சித்த மருத்துவம் என்ற தலைப்பில் கீழே குறிப்பிடப்பட்டிருக்கும் ஆறு பிரிவு களில் ஆறு தொகுதிகளைக் கொண்ட ஒரு நூல் வரிசையை வெளியிடுதெனத் தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் முடிவு செய்தது.

சித்த மருத்துவம்

தொகுதி – 1	:	வரலாறு
தொகுதி – 2	:	சித்த மருத்துவத்தின் அடிப்படைகள்
தொகுதி – 3	:	வாத (வளி) நோய்கள்
தொகுதி – 4	:	பித்த (அழல்) நோய்கள்
தொகுதி – 5	:	கப (ஐய) நோய்கள்
தொகுதி – 6	:	சிறப்புத் தொகுதி (காயகற்பம், யோகம், வர்மக்கலை, தோல் நோய்கள் முதலியன)

சித்த மருத்துவப் பயிற்சியிலும், சித்த மருத்துவக் கல்வியைப் பயிற்று விப்பதிலும் தேர்ந்த அனுபவம் பெற்ற சித்த மருத்துவப் பேராசிரியர்கள் இப்பெரும் பணியில் பங்கேற்றுள்ளனர். இத்திட்டத்தின் முக்கிய நோக்கம், "உடம்பார் அழியின் உயிரார் அழிவர்" என்ற சித்த மருத்துவத்தின் அடிப்படைக் கோட்பாட்டை மக்களிடையே பரப்பி, உடல் நலம் பேணல் பற்றிய விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்து தலும், பல வகையான நோய்களைப் பற்றிய பொது விவரங்களை அவர்களுக்கு எடுத்துரைத்தலும், முறையான மருத்துவ உதவியை நாடத் துணைபுரிதலும் ஆகும். இது மருத்துவர்களுக்காக வெளியிடப்படும் நூல் தொகுப்பு அன்று. சித்த மருத்துவம் எனும் தமிழ் மருத்துவத்திற்கு ஓர் அறிமுக நூல் வரிசை ஆகும். அதே சமயம், மக்களுக்கான மருத்துவக் கை நூல்களும் (Medical Hand Books) ஆகும்.

படிப்பறிவு உடையோர்களிடையேகூட மருத்துவம் பற்றிய தெளிவு போதுமான அளவு இல்லை. மருத்துவத்தின் முதல் பணி உடல் நலத்தைக் காத்தலாகும் (Preservation of Health). அடுத்ததாக நோய் வரும் முன் நோய்வராது காத்தலாகும் (Prevention of Disease). நோயைத் தடுக்கத் தவறியோ அல்லது தடுக்க இயலாமலோ நோய்வாய்ப்பட நேர்ந்தால், அதனைக் குணப்படுத்துவது மூன்றாவது கட்டமாகும். நோய்த் தடுப்பைப் பற்றிய கவலையோ, நோயின் குறிகுணங்கள் தென்படினும் உரிய காலத்தில் மருத்துவம் செய்துகொள்ள வேண்டும் என்ற எண்ணமோ இல்லாதவர்களாகவே நம்மில் பலரும் இருந்துவருகின்றனர். இத்தகைய நிலைமையை மாற்றி, உடல் நலம் பேணுவதன் இன்றியமையாமையை எடுத்துரைத்து, தக்க முறையில் ஆற்றுப்படுத்துவனவாக இந்த நூல் வரிசை அமையும் என நம்புகிறோம்.

சித்த மருத்துவம் தொகுதி – **1 :** வரலாறு என்னும் இத்தொகுதி அறிமுகத் தொகுதியாக அமைகின்றது. வரலாற்று அடிப்படையில் தெளிவான, நம்பகமான சான்றுகளைக் கொண்டு சித்த மருத்துவத்தின் வரலாற்றைக் கூறுவது என்பது சாத்தியமற்றதாகவே உள்ளது. எனவே முடிந்தவரையில் கிடைக்கின்ற ஆதாரங்களைக் கொண்டும், வாய்மொழி வழக்குகளைக் கொண்டும் இத்தொகுதியில் சித்த மருத்துவத்தின் வரலாறு கூறப்பட்டுள்ளது.

இதன் ஆக்கத்தில் ஒருங்கிணைப்பாளராக இருந்து, உரிய நேரத்தில் கட்டுரைகளைத் தொகுத்தளித்த பேராசிரியர் மரு. கு. கணபதி அவர்களுக்கும் கட்டுரைகளை எழுதி உதவிய மரு. கி. நடராசன், மரு. ச. முத்தரசன், மரு. மொ. லோகமணியன் ஆகியோர்களுக்கும், மறுசீராய்வு செய்த மரு. செ.நெ. தெய்வநாயகம் அவர்களுக்கும் மரு. வீ. சுப்பிரமணியன் அவர்களுக்கும் மனமார்ந்த நன்றி.

ஈரோடு எஸ்.கே.எம். உடல், மனநலக் காப்பக அறக்கட்டளையினர் நூலை மீள்பார்வை செய்து அரிய கருத்துகளை வழங்கினர். மேலும் அறக்கட்டளையினர்

இந்நூல் அச்சிட்டப்படுவதற்குத் தேவையான செலவையும் ஏற்றுள்ளனர். அவர்கட்கு நாம் மனம் நிறைந்த நன்றி கூறக் கடமைப்பட்டிருக்கிறோம்.

நூலை நல்ல முறையில் அச்சிட்ட பாவை அச்சகத்தாருக்கும் கணிபொறியில் வடிவமைத்த திரு. து. வேல்முருகன் அவர்களுக்கும் நமது நன்றி உரித்தாகுக.

இந்நூலுக்கும் இனி வரவிருக்கும் 5 நூல்களுக்கும் தமிழ் மக்களிடையே நல்ல வரவேற்பு இருக்குமென நம்புகிறோம்.

வா.செ. குழந்தைசாமி
தலைவர்
தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

ஒருங்கிணைப்பாளர் உரை

மருத்துவ முறைகளிலே மிகவும் முன்னோடி மருத்துவமாகக் கருதப்படுவது சித்த மருத்துவமாகும். இம் மருத்துவம் தென் இந்திய நாட்டில் தோன்றிய பெரும் அறிஞர்களாம் சித்தர்களால் அறியப்பட்டது.

பிற்காலத்தில் பரம்பரை மருத்துவர்களால் பாதுகாக்கப்பட்டு, மக்கள் நெடுநாள் நோயின்றி வாழவும், அவர்களின் நோய்களைப் போக்கவும், பயன்படுத்தப்பட்டுவந்தது. பின் சில நாகரிக மாற்றங்களால் சித்த மருத்துவம் மக்கள் மத்தியில் முக்கியத்துவம் பெறாத நிலையிலிருந்தது. அதற்குக் காரணம் சித்த மருத்துவத்தின் அருமை பெருமைகளை அறியாமையே ஆகும். ஆனால் கடந்த 30–40 ஆண்டுகளில் தமிழக அரசே சித்த மருத்துவத்தைத் தனி மருத்துவப் பாடமாகக் கற்பித்து, அதன் பயனை மக்கள் முழுமையாக அடையவேண்டும் என்ற எண்ணத்தில் கல்லூரி வாயிலாகச் சித்த மருத்துவப் பட்டதாரிகளை, முதுநிலைப் பட்டதாரிகளை உருவாக்கி, மக்கள் மத்தியில் ஒரு புதிய நம்பிக்கையையும் அதன் உன்னதமான பயன்களையும் அடையச் செய்த முயற்சி வெற்றி பெற்றுள்ளது.

இந்நிலையிலும் சித்த மருத்துவ நூல்கள் பல இருந்தபோதிலும், மக்கள் எளிதில் உணர்ந்துகொள்ளக்கூடிய வகையிலும், மருத்துவ மாணவர்களுக்கு மேலும் பல தரவு நூல்கள் கிடைக்கிற வகையிலும் நூல்கள் வெளியிடப்படவேண்டிய கட்டாயச் சூழ்நிலையில் இருக்கிறோம். இந்த முக்கியத்துவத்தை உணர்ந்த தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம், மற்ற மருத்துவக் களஞ்சியங்களை வெளியிட்டுள்ளது போல் சித்த மருத்துவ நூல்களையும் வெளியிட வேண்டும் என்ற ஆவலில், சித்த மருத்துவ நூல்களை 6 தொகுதிகளாகப் பிரித்து, அதில் முதலாவது தொகுதியான சித்த மருத்துவம் – வரலாறு என்னும் இத்தொகுதியைத் தயாரிக்கும் பொறுப்பை என்னிடம் ஒப்படைத்தது.

இந்தத் தொகுதி சிறந்த முறையில் மக்களுக்கும், மருத்துவ மாணவர்களுக்கும் தரவு நூலாகவும் பயன்படத்தக்கது என்றால் அந்தப் பெருமை தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகப்

புரவலர் அமரர் திரு சி. சுப்பிரமணியம் அவர்களையும், அதன் தலைவர் டாக்டர் வா.செ. குழந்தைசாமி அவர்களையும். துணைத் தலைவர்கள் டாக்டர் நா. மகாலிங்கம், டாக்டர் பெ. இராமசாமி, செயலர்கள் திரு. வா.திருமலை, முனைவர் கொடுமுடி சண்முகன், ஆசிரியர் திரு மா. மதியழகன் ஆகியோரையும் சாரும் என்பதில் ஐயமில்லை. எனவே சித்த மருத்துவ வளர்ச்சிக்கு ஒரு வகையில் பாடுபடுகின்றவன் என்னும் முறையில் என் உளமார்ந்த நன்றியை இவர்கள் அனைவருக்கும் தெரிவித்துக்கொள்கிறேன்.

அடுத்ததாக இந்தத் தொகுதியை என்னுடன் இணைந்து பல தலைப்புகளில் கட்டுரைகள் எழுதி ஆக்கத்துடனும், ஊக்கத்துடனும் பணியாற்றிய மரு. கி. நடராசன், மரு.ச.முத்தரசன், மரு.மொ. லோகமணியன், மறுசீராய்வாளர் மரு. செ. நெ. தெய்வநாயகம் ஆகியவர்களுக்கும் என் நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

இந்தப் பணியை முடித்துக் கொடுக்க அனுமதி வழங்கிய இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஹோமியோபதித் துறை இயக்குநர் திரு. இராமமோகனராவ் இ.ஆ.ப. அவர்களுக்கு மனமார்ந்த நன்றியை என் குழு மருத்துவர்கள் சார்பாகவும் என் சார்பாகவும் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

மரு. கு. கணபதி

INTRODUCTION

SIDDHA SYSTEM OF MEDICINE is one of the ancient systems of medicine compiled by SIDDHARS, who lived a spiritual life in the southern region of India. The Siddhars were the embodiment of divine knowledge, with which they served the people to cure diseases. This practice has been hereditarily nurtured by their successors for generations.

The Siddha system of medicine is not only used to cure, but also to prevent diseases and in turn to increase the life span of human beings. This system, which had unfortunately suffered from gaining importance during the alien rule by the English and others, gained importance in the past four decades due to the support given by Government of Tamil Nadu.

As a result of the due recognition accorded by the Government of Tamil Nadu, degree courses were started in the Siddha system of medicine in 1964 in Madras University. Following this, Madurai Kamaraj University started U.G. course in Siddha in the year 1966 and P.G. course in the year 1972. At present, the Siddha degrees are awarded by the Tamil Nadu Dr. M.G.R. Medical University, Chennai, since all the medical colleges are affiliated to it.

The degree in Siddha medicine which was originally awarded as B.I.M. (Bachelor of Indian Medicine) is now being awarded as B.S.M.S. (Bachelor of Siddha Medicine and Surgery). The Post-Graduate degree is awarded as M.D. (Siddha) in six branches of specialization.

With a view to introducing the Siddha system to the reading public, the Tamil Valarchi Kazhagam which has already released 11 volumes of MARUTTUVA KALANJIYAM on modern medicine in Tamil, has been taking steps to publish 6 volume series on SIDDHA MEDICINE.

The first volume on the history of Siddha medicine i.e. SIDDHA MARUTTUVA VARALARU deals with the history of Siddha medicine and Siddhars who contributed to this sytem of medicine.

Siddha Maruttuvam : Volume I : Varalaru

An Introduction

This book which has been compiled by Prof. Dr. G. Ganapathy and others begins with the "Siddhars and their Movement in Tamil Nadu – An Introduction:" (First Chapter). In it mysticism, Siddhar mysticism, mystics and Siddhars supernatural powers are defined.

History of Medicine

The second chapter is on "History of Medicine". The formation of the Universe, Life and Language are explained. History of different types of Medical Sciences is also briefly stated.

Siddha Medicine during Sankam Age

In this chapter "Medicine in Sankam Literature" that five elements which are basic for the formation of every object and the living beings with the single sense to six senses are explained.

View of Tiruvalluvar on Medicine

In the fourth chapter Tiruvalluvar and his views on Medicine are explained. Naturally Tiruvalluvar is well versed in explaining any subject with great brevity and elaboration can be given by other experts for every stanza. Full explanations for two Kurals which are from the chapter "Maruttuva Athikaram" are given with application. The diagnostic methodology followed in Siddha system of medicine (En vagai thervu, Nadi, etc), the etiology of the diseases, line of treatment and treatment for ailments are explained based on the first Kural. The constitution of the body, stages of the diseases, relationship between the six seasons and the position of Vali (Vatham), Alal (Pitham) and Aiyam (Kapam) in the body (three vital factors) are explained based on the second Kural.

Scientific knowledge of Siddhars

In the fifth chapter, the principles of Siddha Medicine, atomic theory, explanation about the responsibility of Vali (Vatham), Alal (Pitham) and Aiyam (Kapam), about medicinal plants, metals, about "Mupu", the methods adopted in preparing Siddha medicine etc. are given in detail with scientific approach.

Science and the Spiritual knowledge of Siddhars

Details about 96 Thathuvams (principles), explanation about Varmam in Siddha medicine, Attanka Yogam are explained.

Virtue of Siddha Physician

In virtue of Siddha Physician the important characters to have, in which metal vessel the medicine has to be given or water has to be drunk, the knowledge about planets and their influence on the internal organs of the mankind are stressed.

Life history of Siddhars

In these chapters, 18 Siddhars and various other groups of 18 Siddhars, details about Attanga Siddhis (Super Natural powers), life history of various Siddhars and their valuable contribution to the system etc. are given in detail.

College level teaching of Siddha Medicine

In this chapter, the beginning and the development for learning the Siddha Medicine in college level is given. The Siddha Medical Colleges available for under graduate courses, Post graduate courses and Research in Siddha medicine, the role of State Government and the Central Government in the development of Siddha system are mentioned.

The authors of the book accept whole heartedly that the entire credit for the successful completion of the volume I goes to Tamil Valarchi Kazhagam. The authors express their gratitudes to the ex-Finance Minister, Govt. of India and ex-Governor of Maharashtra Government Late Thiru C. Subramaniam (Patron of Tamil
2 Valarchi Kazhagam), and Dr. V.C. Kulandaiswamy, ex-Vice-Chancellor of various

Universities and President of Tamil Valarchi Kazhagam for their personal interest in bringing out this book. We also record our sincere thanks to the other associates of Tamil Valarchi Kazhagam: Dr. N. Mahalingam and Dr. P. Ramaswamy, Vice-Presidents.

Dr. P. Balasubramanian and Thiru M. Mathialagan, Editors; and Thiru V. Thirumalai and Dr. Kodumudi Shanmugam, Secretaries in succession, Tamil Valarchi Kazhagam, for their valuable support.

I personally thank my colleagues, Dr. K. Natarajan, Dr. S. Mutharasan and Dr. M. Logamanian for their uninhibited service in the timely completion of this work.

We the authors of the book, thank the Director of Indian Medicine and Homoeopathy, Thiru Ram Mohana Rao, I.A.S. for his permission to carry out this great task.

We hope that this book will definitely serve as an introductory text to Siddha Medicine.

Dr. G. Ganapathy

1

தமிழகத்தில் சித்தர் இயக்கம் - ஓர் அறிமுகம்

மா. மதியழகன்

முன்னுரை

தமிழகத்தில் இலக்கியம் மற்றும் சமயச் சூழலில் புதிரானவர்கள், மர்ம மானவர்கள், சிக்கலுக்குரியவர்கள் என்றெல்லாம் கருதப்பட்டு வந்த குழுவினரே சித்தர்களாவர். ஆனால் இருபதாம் நூற்றாண்டில் பல துறைகளிலும் மறுமலர்ச்சி ஏற்பட்டது போலவே, சித்தர்களின் மீதான எண்ணத்திலும் சாதகமான மாற்றம் ஏற்பட்டது. மற்றவர்கள் அவர்களை விட்டு ஒதுங்கிப் போவதற்குக் காரணமாகக் கருதப்பட்ட புதிர், மர்மம் முதலானவைகளே இக்காலத்தில், அப்படி என்னதான் புரியாத புதிரும், சிக்கலும் அவர்களிடையே மண்டிக் கிடக்கின்றன என்பதை அறியும் ஆர்வத்தையும், துணிவையும், அக்கரையையும் அறிஞர்களிடையே ஏற்படுத்தின. அதன் விளைவாகச் சித்தர் பாடல்களைத் தொகுத்துப் பதிப்பித்தல், அவர்களைப் பற்றிய விளக்க நூல்களை எழுதுதல், ஆய்வுகளை மேற்கொள்ளுதல் முதலிய செயற்பாடுகள் மேற்கொள்ளப் படலாயின. அதன் மூலம் சித்தர்களுடையதும், சித்தர்களைப் பற்றியதுமான நூல்கள் கணிசமான அளவில் கிடைத்துள்ளன. தமிழ்ப் பண்பாட்டு மறுமலர்ச்சியின் காரணமாகச் *சித்த மருத்துவமும்* தனி மருத்துவ முறையாக அடையாளம் காணப்பட்டு, அங்கீகாரமும் பெற்றுள்ளது.

சித்தர்கள் நிறுவனமயப்பட்டவர்களா?

சமண, பௌத்த, சைவ, வைணவ சமயங்களைப் போல் நிறுவனமயமாக்கப் பட்ட சங்கம், சமயம், மடம் முதலிய அமைப்புகளை நிறுவி, அவ்வமைப்புகளின் கீழ்,

ஓர் இயக்கமாகச் சித்தர்கள் செயல்பட்டார்களா என்பது சித்தர்களைப் பற்றிய சிந்தனையின்போது முதற்கண் தோன்றும் வினாவாகும்.

ஓர் இயக்கம் என்பது, அது தோன்றி வளர்வதற்கான பல்வேறு வரலாற்று ரீதியான புறக்காரணிகளின் அடிப்படையில், குறிப்பிட்ட சிலவோ பலவோவான கொள்கைகளுக்காக, ஒரு தலைவனின் கீழ், பல தொண்டர்களின் செயல்பாட்டின் மூலம் இயங்குவதாகும். சமண, பௌத்த இயக்கங்கள் இவ்வகையில் தோன்றி வளர்ந்தனவே. இவ்வியக்கங்கள் வரையறுகப்பட்ட கொள்கைகளின் அடிப்படையில், திட்டமிட்ட முறையில் தம் கருத்துக்களை மக்களிடையே பரப்பி, ஒருசார் மக்களைத் தங்களின் ஆதரவாளர்களாகவும் ஆக்கிக் கொண்டன. சைவ, வைணவ சமயங்களும் கடவுளரைத் தலைவராகக் கொண்டு, வரையறுத்த கொள்கைகளின் அடிப்படையில் இயங்குவனவாகும். தமிழகத்தில் சித்தர் இயக்கம் என்பது மேற்கூறிய சமண, பௌத்த, சைவ, வைணவ இயக்கங்களைப் போல செயற்படவில்லை என்பது வெளிப்படையாகத் தெரியவருகிறது. அப்படியானால் சித்தர்கள் என்ற பெயரில் ஒரு சாராரை, ஓரினப்பட்டவர்களாகக் கருதுவது எதனடிப்படையில் என்பது அடுத்துத் தோன்றும் வினாவாகும்.

ஒரு தலைமையின் கீழ், வரையறுக்கப்பட்ட கொள்கையின் அடிப்படையில் சங்கம், சமயம், மடம் முதலிய அமைப்பு நிறுவனமாகச் சித்தர்கள் இயங்கவில்லை என்றாலும் கருத்தியல் (Concept) ஒருமைப்பாடொன்றன் அடிப்படையில் ஒரு சாராரைச் சித்தர் என்ற வகைப்பாட்டுக்குரியோராகக் கூறமுடிகிறது. சித்தர்கள் ஓரியக்கத்தினராகத் திட்டமிட்டுச் செயற்படவில்லை, என்றாலும் அவர்களிடையே குரு – சீடப் பாரம்பரிய உறவு முறை இருந்தது போல் தோன்றுகிறது.

சித்தர்களை குரு – சீடப் பாரம்பரியத்தைத் தழுவியர்களாகக் கொள்வதுவும் மேம்போக்கானதொரு கருத்தாகவே காணப்படுகிறது. ஏனென்றால் அவர்களுள் எல்லாச் சித்தர்களுக்கும், இன்னாருக்கு இன்னார் குரு, இன்னாருக்கு இன்னார் சீடன் என்ற பரம்பரை வழித் தொடர்ச்சியை அறியமுடியவில்லை. சித்தர் பாடல்கள் பலவற்றில் குரு வணக்கம் வருகிறது.

அங்கையிற் கண்ணாடிபோல ஆதிவத்துவை
அறிவிக்கும் எங்கள் உயிரான குருவைச்
சங்கையறச் சந்ததமுந் தாழ்ந்து பணிந்தே
தமனியப் படம் எடுத்து ஆடுபாம்பே.[1]

(உள்ளங்கையில் இருக்கும் கண்ணாடி பார்ப்பவரின் முகத்தைக் காட்டுவதுபோல் பரம்பொருளை அறிவிக்கும், உயிருக்கு நிகரான குருவை ஐயத்திற்கிடமின்றி நித்தமும் தாழ்ந்து பணிந்து, பாம்பே நீ படம் எடுத்து ஆடுவாயாக.)

என்றவாறு வரும் குரு வணக்கத்தில், குருவினுடைய பெயர் விதந்து கூறப் பெறுவதில்லை. பொதுப்படையான குரு வணக்கமாகவே அமைந்திருக்கும். சித்தர்களுடைய பாடல்கள் பலவும், குரு ஒருவர் தம் சீடனுக்குக் கூறும் அமைப்பில் அமைந்தனவாகும்.

அய்யனே குருவான அகண்டமூர்த்தி
அரிதாமென்ற ஞானமெல்லாம் அருளிச் செய்தாய்
மெய்யனே ஏறுகிற சாதகஞ்சொல்
வேதாந்த லட்சியத்தை விளங்கச் சொல்லு.
. . . .
சாற்றிடென்று கேட்ட மாணாக்க னேகேள்
சந்தோட மாச்சுதிப்போ சார்பு சொல்வேன்.[2]

(பரந்த ஞானத்தை உடைய குருவே அரிய பல அறிவுரைகளைப் புகட்டியதைப் போன்றே, வீடுபேற்றை அடைவதற்கான மார்க்கமாகிய பிராணாயாமத்தை எடுத்துரைப்பீராக .... இலக்கை அடையும் மார்க்கத்தைக் கேட்ட மாணவனே! மிக்க மகிழ்ச்சியுடன் கூறுகிறேன்.)

என்பது சித்தர் பாடல்கள் பலவற்றின் அமைப்பு முறை. சித்தர் பாடல்களில் மிகப்பரவலாகப் பயின்று வரும் 'பாரப்பா', 'கேளப்பா', 'காணப்பா', 'ஆமப்பா', என்றவாறு வரும் முன்னிலைகளும், பிறர் கேட்கச் சித்தர் சொல்லுவதாக அமைந்த அமைப்பைக் காட்டுவனவாகவே உள்ளன. சித்தர்கள் யாவரும் உண்மையில் சீடர்களை முன்னால் இருத்திக் கொண்டு, அவர்களுக்கு போதிப்பதற்காகத்தான் தம் செய்யுட்களை இயற்றினர் என்று துணிந்து கூறவியலாது. ஒரு சிலர் அவ்வாறு செய்திருக்கலாம். பெரும்பாலான சித்தர் பாடல்கள் குரு சீடனுக்குக் கூறும் 'பாவனையில்' அமைந்தனவேயாகும். இத்தகைய சூழ்நிலையில் சித்தர்களை, 'ஓரினப்பட்டவர்களாகக் கூறுவது, நுண்மையாக, கருத்தியலில் அவர்களிடையே காணப்படும் ஒருமைப்பாட்டையும் மரபுத் தொடர்ச்சியையும் வைத்தேயாகும்.

இதே போன்று சித்த மருத்துவர்களிடையேயும் இன்னார் இன்னாருக்கு உரைத்தார் என்று பரம்பரைத் தொடர்ச்சியைக் கூறும் முறைகளும் நம்பிக்கைகளும் காணப்படுகின்றன. அவற்றுள் ஒன்று: "சிவபெருமான் உமையவளுக்கும், உமை நந்திதேவருக்கும், நந்தி தன்வந்திரிக்கும், தன்வந்திரி அச்சுவினி தேவர்களுக்கும், அவர்கள் அகத்தியருக்கும், அகத்தியர் புலத்தியருக்கும், புலத்தியர் தருமசௌமியருக்கும், தருமசௌமியர் தேரையருக்கும், தேரையர் தன் வழி வந்த ஏனையோர்க்கும் கற்பித்தார்" என்பதாகும். இத்தகைய வம்சாவளியின் வரலாற்றுத்தன்மை என்ன என்பது ஆராய்ச்சிக்கு உரியதாகும்.

எனவே சித்தர் என்போர் பருமையளவில், நிறுவனமயப்பட்ட சங்கம், சமயம் முதலிய அமைப்புகளை நிறுவி, அதன்வழி இயங்கவில்லை; அவர்கள் தம் கொள்கைகளை மக்களிடையே பிரச்சாரம் செய்து, தமக்கென ஒரு கூட்டத்தைச் சேர்க்க முயன்றவர்களும் அல்லர். 'ஒத்த கருத்தியலின் மரபுத்தொடர்ச்சியை உடைய ஒரு கூட்டத்தவர்' என்ற முறையிலேயே அவர்களை ஓரினப்பட்டவர்களாகக் கொள்ள முடிகிறது.

சித்தர் என்போர்

சித்தர் என்ற சொல்லை இடுகுறிப் பெயராக் கொண்டால், ஆன்மீகத் தேடலில் ஈடுபட்ட ஒரு கூட்டத்தாரைக் குறிப்பதாகக் கொள்ளலாம். ஆனால் இப்பெயரைக் காரணப்பெயராகக் கொண்டு பல்வேறு காரணங்கள் கூறப்பட்டுள்ளன.[3] அக்காரணங்கள் யாவும் கூறியோர்தம் கருத்து விளக்கங்களாகவே அமைந்துள்ளன. சித் – சித்து – சித்தி – சித்தம் – சித்தர் என்பன ஒன்றோடொன்று தொடர்புடைய அல்லது ஒரு மூலத்திலிருந்து தோன்றிய சொற்களாகக் காணப்படுகின்றன. இறைவனை 'சத், சித், ஆனந்தம்' என்னும் மூன்று நிலைகளை உடையவனாகக் கூறுவது வழக்கம். இத்தொடரிலுள்ள 'சித்' என்னும் சொல் இறைவனைப் பேரறிவாளன் என்று சாற்றுகிறது. இதிலிருந்து சித் – சித்து என்னும் சொல் பேரறிவு என்னும் பொருளை உடையது என்பது தெளிவாகிறது. 'சித்தம்' என்பதை அந்தக்கரணங்களுள் ஒன்றாக சைவ சித்தாந்த சாத்திரம் கூறுகின்றது. இது தீர்மானிக்கும் தன்மை உடையது. சித்தர்களின் கருத்துப்படி இதுவே மனம் – உள்ளம் – இருதயம்; இதுவே மனிதனுக்கு மூலப் பொருள்.[4] 'சித்தி' என்பது பெறத்தக்க பேற்றை அடைதல் என்னும் பொருளை உடையது.[5] எனவே அறிவுபூர்வமான, சிந்தனைத் தெளிவின் மூலம் பெறத்தக்க பேறு இதுவெனத் தீர்மானித்து, அப்பேற்றினைப் பெற முயன்றவர்களே சித்தர்களாவர். சித்தர்கள் பெறத்தக்க பேறாகக் கருதியதும் வீடுபேற்றை அடையும் நிலையையேயாகும். இவ்வாறல்லாமல் வீடுபேறு அல்லது மோட்சம் அடைந்தவர்களே சித்தர்கள், அல்லாதவர்கள் பக்தர்கள் என்று கருதுவாருமுண்டு.[6] இது பொருந்தாது. சித்தர்களும் பக்தர்களும் ஆன்மீகத் தேடலில் ஈடுபட்ட தனித்தனிக் கூட்டத்தாரேயாவர், இவ்விரு சாராருக்கும் அடிப்படை நோக்கம் வீடுபேறு அடைதலே. ஆனால் அப்பேற்றை அடையும் முறையிலேயே இருசாராரும் வேறுபடுகின்றனர். பக்தர்கள் உணர்வுவயப்பட்ட, சமயம் சார்ந்த ஆன்மீகவாதிகள் என்றால், சித்தர்கள் அறிவுவயப்பட்ட, சமயம் கடந்த ஆன்மீகவாதிகளாவர்.

சித்தர் என்போர் யாவர் என்பதற்கும் சித்தர் பாடல்களிலேயே சில விளக்கங்கள் காணக் கிடைக்கின்றன. பிராணாயாமத்தின் மூலம், பிராணனை

(குண்டலினி என்னும் உயிர்ப்பைப்) புருவமத்தியில் நிறுத்தி, ஒளிமயமான இறைவனை அகக்கண்களால் கண்டு மகிழ்பவனே சித்தன்.

யோகச் சமாதியின் உள்ளே யகலிடம்
யோகச் சமாதியின் உள்ளே யுளரொளி
யோகச் சமாதியின் உள்ளே யுளசத்தி
யோகச் சமாதி உகந்தவர் சித்தரே.[7]

என்று திருமூலரும் யோகச் சமாதியின் (யோகாசனம்) மூலம் அகநோக்கிப் பரம்பொருளை அறிய, அடைய முற்படுபவரே சித்தர் என்று குறிப்பிடுவர். கொங்கணர், கருவூரார், சட்டை முனி, இராமதேவர் முதலானோரும் 'வாலை' என்னும் உயிர்ப்பைத் தன்னுள்ளேயே இருத்தி, தன் அகத்திலே இறைவனைக் காண முற்படுபவரே சித்தர் என்று சித்தருக்கு இலக்கணம் கூறுகின்றனர்.[8] மூச்சையடக்கித் தன்னுளேயே தண்ணருள் இறைவனைக் காண முற்படும் நெறிக்கு மாறான, வைதீகச் சமயங்கள் கூறும் வேதாந்த சம்பிரதாயங்களை வெறுத்துப் புறந்தள்ளுவதும் சித்தருக்குரிய இயல்பாகும்.

மூலமதை யறிந்தக்கால் யோகமாச்சு; முறைமையுடன்
கண்டக்கால் வாதமாச்சு
சாலமுடன் கண்டவர்முன் வசமாய் நிற்பார்
சாத்திரத்தைச் சுட்டெரித்தால் அவனே சித்தன்.[9]

என்று அகஸ்தியர், சாத்திரத்தைச் சுட்டெரித்தலையும் சித்தருக்குரிய இலக்கண மாகவே கூறுவர். பத்திரகிரியாரும்

சாத்திரத்தைச் சுட்டு சதுர்மறையைப் பொய்யாக்கிச்
சூத்திரத்தைக் கண்டு துயர் அறுப்பது எக்காலம்[10]

என்பர்.

சமண சமயத்திலும் சித்தர் என்றதொரு பிரிவு உண்டு. தீவிர நோன்பை மேற்கொண்டு வாழ்ந்த அவர்களுக்கும் இங்கு ஆராய்ச்சிக்கு எடுத்துக்கொள்ளப் பட்டிருக்கும் சித்தர்களுக்கும் தொடர்பு இருப்பதாகத் தெரியவில்லை.

சித்தரும் அருளியலும்

அருளியல் (Mysticism) என்பது ஒரு பொதுவான கருத்தியல் (concept). மறைபொருளைத் தேடல், இறைமையோடு ஐக்கியமாதல், இறையனுபவம் எனப் பரந்துபட்ட அனுபவத்தைக் குறிப்பது. இது இறையனுபவத்தைப் பெற முற்படுவார்

தம் நிலைக்கேற்பப் பல்வேறு வகைப்பட்டதாக அமைகிறது. கிறித்துவ சமயம் சார்ந்தவர்களின் இறையனுபவம், 'கிறித்துவ அருளனுபவம்' (Christian mysticism), இஸ்லாமியர்களின் இறையனுபவம், 'இஸ்லாமிய அருளனுபவம்' (Islamic mysticism) என்று அழைக்கப்படுகின்றன. இவ்வகையில் சித்தர்களின் இறையனுபவம், 'சித்தர் அருளனுபவம் (Cittar mysticism) என்றே அமையும். இவ்வாறல்லாது Mystics என்றாலும் சித்தர் என்றாலும் பொருள் ஒன்றே எனக் கூறுவாறும் உளர்[11]. Mystics என்பதும் சித்தர் என்பதும் சொற்பொருள் அளவில் வேண்டுமானால் ஒரு பொருள் குறித்தனவாகலாம். ஆனால் இவ்விரு சொற்களும் வெறும் சொற்பொருளை மாத்திரம் உணர்த்தாமல், பரந்த நிலையில் ஒரு கருத் தியலை (Concept) உணர்த்தும்போது, சித்தர் மரபு, அருளியலின் ஒரு வகையாக மட்டுமே அமையும். ஏனெனில் சித்தர் என்ற சொல்லும் நடைமுறையில் ஆன்மீக வாதிகள் அனைவரையும் குறிப்பிடாமல் ஒரு சாராரை மட்டுமே குறிப்பதால், சித்தர்களைப் பொதுப்படையாக Mystics (அருளாளர்) என்று கொள்ளாமல், அருளாளர் வகையில் ஒரு சாரார்தான் எனக் கொள்வதுவே பொருந்தும்.

சித்தர் கணம் (எண்ணிக்கை)

தமிழகத்துச் சித்தர்கள் யார், அவர்கள் எத்தனை பேர் என்பதே ஒரு தனிச் சிக்கலாகும். அறிவுபூர்வமாகச் சிந்தித்துச் செயல்படுவோர் அனைவருமே சித்தர்கள்தாம் என்ற கருத்து நிலவுகிறது. இவ்வகையில் தொல்காப்பியர்[12], திருவள்ளுவர், வீரமாமுனிவர்,[13] பாரதியார், திரு. வி. கல்யாணசுந்தரனார்[14] முதலியவர்களும் ஆழ்வார், நாயன்மார்களும் கூடச் சித்தர்கள்தாம் என்ற கருத்து முண்டு.[15] இதுவொரு பொதுவான, மேலோட்டமான கருத்தேயல்லாமல் சித்தர் மரபு என்ற வரையறைக்குள் அடங்குவதன்று. சித்தர் மரபு என்ற வரையறையொன்றை வகுத்துக் கொண்டு காணுங்கால், மேற்கூறியவர்களின் நிலைவேறு, சித்தர்களின் நிலைப்பாடு வேறு என்பது புலனாகும். இங்குள்ள சிக்கலெல்லாம் சித்தர் மரபு என்ற வரையறைக்குள்ளேயே சித்தரின் எண்ணிக்கை எவ்வளவு என்பதாகும்.

தமிழகச் சித்தர்களைப் பதினெட்டுப் பேர்களாகக் கொண்டு, 'பதினெண் சித்தர்' என எண் அடை சாற்றி வழங்குவது பொதுவான வழக்கம். இந்திய மக்களிடையே பதினெட்டு என்ற எண் மிகவும் பிரபலமாக வழங்கிவரும் எண்ணாகும். தேவாசுரப் போர் நடந்த கால அளவு 18 ஆண்டுகள், இராமாயணப் போர் 18 மாதங்கள், பாரதப் போர் 18 நாள், செங்குட்டுவன் – கனக விசயன் போர் 18 நாழிகைகள், ஆடிமாதம் 18ஆம் நாள் சிறந்தது, புராணங்கள் 18, உபபுராணங்கள் 18, மெய்யெழுத்து 18, மேல் கணக்கு 18, கீழ்க்கணக்கு 18 எனப் பெரும்பாலான வற்றையும் பதினெட்டு என எண்ணிக்கைப் படுத்திக் கூறும் மரபுப்படியே

சித்தர்களையும் பதினெண்மர் எனக் கூறியிருக்கலாம். பகவத் கீதையில் பதினெட்டு வகையான யோகங்கள் கூறப்பட்டுள்ளன. அப்பதினெட்டு யோகங்களின் தாத்பரியமே (குறியீடே) பதினெண் சித்தர் என்ற கருத்துமுண்டு.[16] இக் கருத்துகளுக்கும் சித்தர்களைப் பதினெண்மராகக் கருதுவதற்கும் தொடர்பு ஏதுமில்லை என வெட்டிக் கூறுவதற்கோ அன்றி இக் கருத்துகளின் அடிப்படையில்தான் சித்தர் பதினெண்மர் என்ற வழக்குத் தோன்றியது என்று ஒட்டிக் கூறுவதற்கோ போதுமான ஆதாரங்கள் இல்லை. எனவே

பதினெட்டுப் பேர் எனக் குறித்ததன் நோக்கம்
ஒரு வேளை சித்தர் கூட்டம் எனக் கணக்கெடுக்கப்பட்ட
காலத்தில் பதினெட்டுப் பேர் மட்டும் இருந்திருக்கலாம்.
அதுவே மரபாக வந்திருக்கலாம். அல்லது சித்தர் கூட்டத்தில்
சிறப்போடு விளங்கியவர்கள் பதினெட்டுப் பேராக
இருந்திருக்கலாம்[17]

என்றே கருத வேண்டியுள்ளது. சிதம்பரம் நடராசர் கோயிலில் சித்தர்களாக இருபத்தியொரு உருவச் சிலைகள் வைக்கப்பட்டுள்ளன. இது முதலில், சித்தர் என்போர் பதினெட்டுப் பேர் மட்டுமல்லர் என்பதற்குக் காட்சி பூர்வமான சாட்சியமாகும். சித்தர்களைப் பதினெட்டுப் பேர்கள் எனக் கூறுவனவாகப் பல்வேறு பட்டியல்கள் உள்ளன.[18] அப்பட்டியல்கள் யாவும் ஒன்று போலில்லாமல், ஒன்றுக்கொன்று வேறுபட்ட நபர்களைக் குறிப்பனவாகவே உள்ளன. அப்பட்டியல்கள் கூறும் நபர்களையெல்லாம் தொகுத்துப் பார்த்தால் ஐம்பதுக்கும் மேற்பட்ட பெயர்களைக் காணமுடிகிறது. அப்பட்டியல்களில் இடம் பெற்றுள்ள சித்தர்களே அல்லாமல் வேறு பல சித்தர்களும், பெயர் தெரியாதவர்களும் கூடச் சித்தர் மரபுக்குரியவர்களாகக் காணப்படுகின்றனர்.[19] எனவே சித்தர்களை இத்துணை பேர் என அறுதியிட்டுக் கூறுவது நடைமுறைக்குப் பொருத்தமாகத் தோன்றவில்லை. கைலாயக் கம்பளிச் சட்டை முனி கூறுவது போல் அவர்களைப் பலராகக் கொள்வதுவே பொருத்தமானதாகும்.[20]

சித்தர் வரலாறு

தமிழகத்தில் சித்தர்களின் தோற்றக் காலம் எது என்பது பல்வேறு கருத்து முரண்களுக்குட்பட்ட களமாக விளங்குகிறது. குறுந்தொகையுள் (130) வரும்

நிலந்தொட்டுப் புகாஅர் வானமேறார்
விலங்கிரு முந்நீர் காலிற் செல்லார்
நாட்டி னாட்டி னூரி னூரிற்
குடிமுறை குடிமுறை தேரிற்
கெடுநரு முளரோநங் காதலோரே

எனும் பாடலை எடுத்துக்காட்டி, இப்பாடலில் வரும் நிலத்தினுள் உறைதல், வானத்தில் மறைதல், கடலின் மீது நடத்தல் என்னும் கருத்துகள் அட்டமா சித்திகளுள் அடங்கும் இயற்கை இகந்த கருத்துகளே; எனவே இப்பாடலில் வரும் இக்கருத்துகளை வைத்துத் தமிழகத்தில் சித்தர் மரபு சங்க காலந்தொட்டே நிலவி வருகிறது என்று கருதப்படுகிறது.[21] மேற்குறித்த வெள்ளிவீதியாரின் பாடல், தலைவனது பிரிவிடை வருந்திய தலைவியைத் தோழி ஆற்றுவிப்பதாக அமைந்தது. "தலைவன் நிலத்தைத் தோண்டி அதனுள்ளே சென்று விடமாட்டான்; ஆகாயத்தில் ஏறி மறைந்து விடமாட்டான்; பெருங்கடலைக் காலால் கடந்து தொலைதூரத்திற்குப் போய் விடவும் முடியாது; அவன் இந்நிலவுலகிலே, ஏதோவொரு நாட்டில், ஏதோவொரு ஊரில், ஏதோவொரு வீட்டில்தான் இருப்பான்; தன் வினை (பணி) முடிந்ததும் திரும்ப வருவான்; எனவே நீ கவலற்க" என்று கூறுகின்றாள். இக்கூற்றில் நிலந்தொட்டுப் புகலும் வானமேறலும் கடலைக் காலால் கடத்தலும் நடைபெறக்கூடிய மானுடச் செயல்கள் என்ற நேர் பொருளில் கூறப்படவில்லை. நடைபெறவியலாத அமானுடச் செயல் என்ற எதிர்ப் பொருளிலேயே கூறப்பட்டுள்ளன. எனவே இப்பாடலைக் கொண்டு தமிழகத்தில் சித்தர் மரபு, சங்க காலத்திலேயே இருந்தது என்று வாதாடத் தேவையில்லை. இதேபோன்று தமிழகத்தில் சித்தர் மரபின் தொடக்க காலத்தை வேத காலத்திற்கும் முற்பட்டதாகக் கூறுவதும்,[22] தமிழகத்தில் சித்தர் இயக்கத்தைத் தொன்மை வாய்ந்ததாகக் காட்ட வேண்டும் என்ற அபிமானம் பற்றியல்லாமல் ஆதாரபூர்வமாகவன்று.

தமிழகத்தில் சித்தர் என்ற சொல்லாட்சியையும் சித்தர் மரபுகளையும் முதன் முதலில் திருமூலரின் **திருமந்திரத்திலேயே** காண முடிகிறது. திருமூலரின் பூர்வீகம் கைலாயம் என்றும், இயற்பெயர் நாதர் என்றும் **பெரியபுராணம்** குறிப்பிடுகின்றது.[23] இவருடைய காலம் கி.பி. 6ஆம் நூற்றாண்டு எனக் கணிக்கப் பட்டுள்ளது.[24] இதே கால கட்டத்தில் வட இந்தியாவில் பீகாரிலும் வங்காளத்தின் வட பகுதியிலும் சகஜவாதிகள் (Sahajiyas) என்று சொல்லப்படுகின்ற சித்தர் கூட்டம் ஒன்று தோன்றியுள்ளது. இக்கூட்டத்தாரும் வைதீகச் சமய ஆசாரங்களையும் வேதாகம சாத்திரங்களையும் சாதிப்பாகுபாடுகளையும் புறக்கணித்து, பிராணா யாமத்தின் மூலம் தன்னுள் உறைகின்ற இறைவனை அறிய–அடைய முற்பட்டவர் களாவர். மருத்துவ முறைகளின் மூலம் உடலைக் காப்பதிலும் கவனம் செலுத்தி யுள்ளனர். இவர்கள் உருவ வழிபாட்டை மேற்கொள்ளவில்லை, என்றாலும் சிவனையே தம் முழுமுதற் கடவுளாகக் கொண்டவர்களாவர். எனவே இம்மரபும் சைவத்தின் ஒரு பிரிவாகவே கருதப்படுகிறது.[25] வடநாட்டுச் சித்தர்களை நாதர் என்று அழைக்கும் வழக்கமும் காணப்படுகிறது. **பெரியபுராணத்தின்**படி நாதர் என்ற திருமூலர் வடநாட்டிலிருந்து (கைலாயம்) தமிழ் நாட்டுக்கு வந்தவர் என்ற

நிலையையும், தமிழ்ச்சித்தர் மரபை முதன் முதலாகத் திருமூலரின் வாயிலாகவே அறிய முடிகிறது என்ற நிலையையும், இதே காலகட்டத்தில் வடநாட்டில் நாதர் (சித்தர்) மரபு தோன்றிப் பரவியது என்ற நிலையையும் சேர்த்துப்பார்க்கிறபோது, தமிழ்நாட்டுச் சித்தர் மரபிற்கும் வட நாட்டு நாதர் மரபிற்கும் இடையே நெருங்கிய உறவும் ஊடாட்டமும் இருந்திருக்கிறது என்பதை அறியமுடிகிறது. திருமூலரின் காலத்தை ஒட்டியே (பல்லவர் காலம்) சைவ சமயத்தின் பல்வேறு பிரிவுகளான பாசுபதம், காபாளிகம், காளாமுகம் முதலியனவும் வடநாட்டிலிருந்து தமிழ்நாட்டுக்கு வந்தேறியுள்ளன[26] என்பதும் அக்காலத்தில் நிலவிய கருத்துப் பரிமாற்றங்களை உறுதிபடுத்துவதாய் உள்ளன.

தமிழகச் சித்தர் மரபின் வரலாற்றைத் திருமூலரிலிருந்தே தொடங்க வேண்டியதாகிறது. தமிழ் இலக்கிய வரலாற்றில் சித்தர் கொள்கைகளுக்கு இலக்கிய வடிவம் கொடுத்த முதல்வர், மூலவர் திருமூலரே. அவரும் சித்தர் கொள்கைகளை மட்டும் கூறுவதாகத் தம் நூலை இயற்றினாரில்லை. சைவ சமய சித்தாந்தங் களுக்கு இடையேதான் சித்தர் மரபையும் கூறிச் சென்றுள்ளார். அவருடைய நூலும் சித்தர் இலக்கிய வரிசையில் இடம் பெறாது, சைவத் திருமுறைகளுள் ஒன்றாக – பத்தாம் திருமுறையாகக் கொள்ளப்பட்டுள்ளமையும் கவனத்திலிருத்த வேண்டிய தாகும். சித்தர் வரலாற்றில் இயற்கையிகந்த, அமானுட வாழ்வை மேற்கொண்ட வராக அறியவரும் முதல் சித்தரும் திருமூலரே. அவர் மூவாயிரம் ஆண்டுகள் வாழ்ந்ததாகவும், கூடுவிட்டுக் கூடு பாய்ந்ததாகவும் கதைகள் வழங்கி வருகின்றன.

சித்தர் வரலாற்றில் திருமூலரையடுத்து, ஒரு நீண்ட இடைவெளிக்குப் பிறகே மீண்டும் சித்தர் பற்றிய செய்திகளை அறிய முடிகிறது. கி.பி. 14ஆம் நூற்றாண்டு முதற்கொண்டே சித்தர்களின் வரலாறு தொடர்ச்சியாக அமைந்து வருகிறது.[27] சித்தர் மரபில் திருமூலரை அடுத்துத் தோன்றிய மிகப் பெருஞ்சித்தர் சிவவாக்கியர். வாழ்ந்த காலம் கி.பி. 14ஆம் நூற்றாண்டு. இவரே சித்தரின் கொள்கைகளை மட்டும் கூறுவதாகத் தனி நூலை இயற்றிய முதல் சித்தர். இவரைத் தொடர்ந்து இதே நூற்றாண்டில் பட்டினத்தார், பத்திரகிரியார், ஔவையார் முதலிய சித்தர்கள் வாழ்ந்துள்ளனர். இவர்களைத் தொடர்ந்து 15ஆம் நூற்றாண்டில் அகப்பேய்ச் சித்தர், அழுகுணி, இடைக்காடர், ஏனாதி, கடுவெளி, குதம்பை, காளை, பாம்பாட்டி முலியோர் வாழ்ந்துள்ளனர். இச்சித்தர்கள் யாவரும் சித்தர் மரபின் 'ஞான சித்தி' அல்லது 'யோக சித்தி'[28] மரபைச் சேர்ந்தவர்களாகவே அமைகின்றனர். இவர்கள் புறவுலகைப் புறக்கணித்துத் தன்னில் தான் ஒடுங்கி, தன்னுள்ளேயே லயிக்க வேண்டும் என்பதைப் போதித்துள்ளனர். இவர்கள் அறநெறிப் புலவர்களைப் போன்றே உலக நிலையாமை, யாக்கை நிலையாமை, பெண் வெறுப்பு முதலிய வற்றைக் கூறிச் சென்றுள்ளனர். உருவ வழிபாட்டையும். சாதி, சமய ஏற்றத்

தாழ்வுகளையும் போலி குருக்களையும் வைதீக நெறிகளையும் கட்டோடு வெறுத்தொதுக்கிவிட்டுச் சமரச சன்மார்க்கத்தையே அவாவியுள்ளனர்.

கோயிலாவது ஏதடா குளங்களாவது ஏதடா
கோயிலும் குளங்களும் கும்பிடும் குலாமரே
கோயிலும் மனத்துளே குளங்களும் மனத்துளே
ஆவதும் அழிவதும் இல்லையில்லை இல்லையே.[29]

என்பது தன்னுள்ளேயே இருக்கிற இறைவனை அறியாது, கோயிலிலும் குளத்திலும் சென்று தேடும் மூடர்களை (குலாமர்) நோக்கிப் பாடப்பட்ட பாடலாகும்.

பறைச்சியாவது ஏதடா பணத்தியாவது ஏதடா
இறைச்சி தோல் எலும்பினும் இலக்கமிட்டு இருக்குதோ
பறைச்சிபோகம் வேறதோ பணத்திபோகம் வேறதோ
பறைச்சியும் பணத்தியும் பகுத்துப்பாரும் உம்முளே.[30]

என்பது சாதிபேதத்தைக் கண்டிப்பது. அறிவியல் முறைப்படி, எந்தவொரு ஆரோக்கியமான பெண்ணுடன் உடலுறவு கொண்டாலும், ஏற்படும் இன்பம் ஒன்றேதான். தாழ்ந்த சாதிக்காரி என்பதால் குறைந்த இன்பமோ, உயர்ந்த சாதிக்காரி என்பதால் மிகுதியான இன்பமோ ஏற்பட்டுவிடாது. அப்படியிருக்கப் பறைச்சி என்றும் பணத்தி என்றும் தாழ்வு உயர்வு கற்பிப்பது ஏன் என்ற சிந்தனையைத் தூண்டுவது இப்பாடல். இதே போன்று வேதம், ஆகமம் முதலிய வைதீக சாத்திரங்களும் மக்களை ஏமாற்றிப் பிழைப்பு நடத்தும் புரோகிதர்களுக்காக இயற்றப்பட்டவை. எனவே இந்நூற் பயிற்சிகள் ஆன்மீகத் தேடலுக்குத் தேவையற்றவையேயாம்.

சதுர்வேதம் ஆறுவகைச் சாத்திரம் பல
தந்தரம் புராணங்கலை சாற்றும் ஆகமம்
விதம் விதமானவான வேறு நூல்களும்
வீணான நூல்களே என்று ஆடுபாம்பே[31]

என்பது அவர்கள் துணிபு.

தமிழகத்தின் இடைக்காலம் பேரரசின் கீழ், நிலமானிய சமூக அமைப்பு வன்மையாகக் கட்டமைந்த காலமாகும். இக்காலத்தில் வாழ்க்கை முறையானது கோயில்களின் கட்டுப்பாட்டில், வைதீகச் சமயங்களின் ஆதிக்கத்திற்கு உட்பட்டிருந்ததாகும். சாதிக் கட்டுப்பாடுகளும், சமய ஆசாரங்களும் சமூக வாழ்வின் இன்றியமையா அம்சங்களாகக் கடைபிடிக்கப்பட்டு வந்துள்ளன. தமிழகத்தில் ஆண்டான் அடிமை முறை மேலோங்கி இருந்ததும் இக்காலத்திலேதான். இத்தகைய

சூழ்நிலையில் சமகாலத்துச் சமூக, சமயக் கட்டுத்திட்டங்களை எதிர்த்துக் குரல் கொடுத்தவர்களாகச் சித்தர்கள் விளங்குகின்றனர். இதனால் இவர்களைச் சமூகச் சீர்திருத்தவாதிகளாகவும் புரட்சியாளர்களாகவும் கூட மதிப்பிடுவதுண்டு.[32] ஆனால் சித்தர்கள் அனைவரும் ஒன்று திரண்டு, ஒரியக்கமாகச் செயற்படாமல், தனித்தனியான உதிரிகளாகவே தம் எதிர்ப்பைத் தெரிவித்துள்ளனர். இவர்களால் சமூகத்தில் குறிப்பிடத் தகுந்த மாற்றம் எதையும் கொண்டுவர முடியாமல் போய்விட்டது. அரசியல் அதிகாரம் பெற்ற நிலவுடைமை அமைப்பில், வேதாகம வழிபட்ட வைதீக, சநாதனக் கோட்பாடுகள் ஆதிக்கம் செலுத்தி வந்த அக்காலத்தில், புரட்சிகரமான மாற்றங்களைக் கொண்டு வருவது சாத்தியமற்றதே.[33] எனினும் சித்தர்கள் தம் சமகாலத்துச் சமய, சமூக முறைமைகளை ஏற்காமல் புறக்கணித் தனர், சாடிக் கண்டித்தனர் என்பதே பெரிய காரியம்தான். அவர்கள் சமூக உறவுகளிலிருந்து தாமே ஒதுங்கியதோடு, பிறரால் ஒதுக்கியும் வைக்கப்பட்டனர்.

15ஆம் நூற்றாண்டிற்குப் பிறகு சித்தர் என்ற பெயரில் ஏராளமானோர் வாழ்ந்துள்ளனர். இக்கால கட்டத்தில் ஞான சித்தியைவிட 'காய சித்தியைப்' பற்றிக் கூறும் மருத்துவ, நாடி சாத்திர, வான சாத்திர, இரசவாத நூல்களே மிகுதியாகக் காணப்படுகின்றன. இந்நூல்களில் 14, 15ஆம் நூற்றாண்டுகளில் வாழ்ந்த ஞான சித்தர் நூல்களில் காணப்படுவதுபோன்று சமய, சமூக ஏற்றத் தாழ்வுகள் பற்றிய எதிர்ப்புக் குரல்களைக் காண முடியவில்லை. இது காலப்போக்கில் சித்தர்களிடையே ஏற்பட்ட சமரச உணர்வின் விளைவா என்பது தனியே ஆய்ந்தறிய வேண்டிய ஒன்று. இவர்கள் காயத்தைப் (உடலை) பேணுவதற்குதவும் மூலிகைகளையும் மருந்து செய்முறைகளையுமே கூறிச் சென்றுள்ளனர். அகத்தியர், போகர், தேரையர், யூகிமுனி, புலிப்பாணி, புலத்தியர், திருவள்ளுவர், மச்சமுனி, தன்வந்திரி, கோரக்கர், ரோமமுனி, புசுண்டர், புண்ணாக்கீசர் முதலியோர் காய சித்தர் மரபில் குறிப்பிடத் தகுந்தவர்களாவர்.

ஆக சித்தர் வரலாற்றில் கி.பி. 14, 15ஆம் நூற்றாண்டு வரையுள்ள காலகட்டத்தில் ஞான சித்தர் மரபு செல்வாக்கு பெற்றிருந்ததையும் 16ஆம் நூற்றாண்டிற்குப் பிறகு காய சித்தர் மரபு வளர்ந்து வந்துள்ளமையையும் அறிய முடிகிறது. 17ஆம் நூற்றாண்டில் தோன்றிய தாயுமானவரும் 19ஆம் நூற்றாண்டில் தோன்றிய இராமலிங்க அடிகளாரும் குறிப்பிடத் தகுந்த பிற்காலத்துச் சித்தர்களாவர். தாயுமானவரையும் இராமலிங்க அடிகளாரையும் சித்தர்கள் என்று மாத்திரம் கொண்டுவிட முடியாது. இவ்விருவரும் சித்தர் மரபு பற்றி மிகுதியாகச் சிந்தித் துள்ளனர். என்றாலும் இவர்களுடைய ஆளுமை, வெறும் சித்தர் பட்டியலோடு அடங்கிவிடவில்லை. சித்தர் என்ற நிலையோடு மிகச் சிறந்த பக்தி மார்க்கிகளாகவும், சைவ சமய சமரச சன்மார்க்கிகளாகவும் இவர்களுடைய ஆளுமை பன்முகப் பட்டுள்ளது.

சித்தர் வரலாறு ஒரு குறிப்பிட்ட காலத்தோடு மட்டும் முடிவடைந்துவிட்ட ஒன்றாகக் கருதப்படவில்லை. அது தொடர்ந்து வரும் ஒன்றாகவே நம்பப்படுகிறது. பொதுவாக சித்தர்கள் யாவரும் மரணமிலாப் பெருவாழ்வு உடையவர்கள், அவர்கள் இன்னமும் மலைக் குகை போன்ற மறைவிடங்களில் வாழ்ந்து வருகின்றனர் என்ற நம்பிக்கை நிலவுகிறது.[34] இது நம்பிக்கையின் பாற்பட்டதேயன்றி உண்மை யாகாது. இது பற்றிய ஆராய்ச்சி இங்கு தேவையில்லை.

சுப்பிரமணிய பாரதியாரையும் சித்தர் மரபுக்குரியவராகக் கூறுவது வழக்கம்.[35] அவர் தனிப்பட்ட வாழ்வில் சித்தராக – இயற்கையிகந்த அதீத ஆற்றல்களைக் கைவரப் பெற்றவராக வாழ்ந்தவர் அல்லர். ஆனால் காற்றை அடக்குதல், காலனை வென்று மரணமிலாப் பெருவாழ்வு வாழ்தல், உடலைப் பேணுதல், உன்மத்தனாகித் திரிதல், காக்கை, குருவி எங்கள் சாதி என அனைத்துயிர்களையும் தம்முயிர் போல் எண்ணிப் பூரித்தல் முதலிய சித்தர் மரபுகளைப் போற்றியவர் – பின்பற்றியவர் என்பதில் ஐயமில்லை.

சித்தர் மரபு

சித்தர்கள் தங்களுக்கென ஒரு தனிப்போக்கை (Trend) வகுத்துக் கொண்டவர்கள்; என்றாலும் அவர்களுடைய போக்கு ஒரே தன்மை வாய்ந்தது அன்று. அதனை இருவகைப்பட்டதாகவே கொள்ள வேண்டியுள்ளது.[36] பொதுவாகச் சித்தர்கள் வீடுபேறு அடைவதற்குச் சமய வழிப்பட்ட உருவ வழிபாட்டையோ, சாத்திரப் பயிற்சியையோ மேற்கொண்டவர்கள் அல்லர். உடலைக் கோயிலாகவும் உயிரைக் கடவுளாகவும் கருதியவர்கள்.

உள்ளம் பெருங்கோயில் ஊனுடம் பாலயம்
வள்ளற் பிரானார்க்கு வாய்கோ புரவாசல்
தெள்ளத் தெளிவார்க்குச் சீவன் சிவலிங்கம்
கள்ள புலனைந்துங் காளா மணிவிளக்கே.[37]

என்பது திருமூலர் தரும் விளக்கம். உடம்பாகிய கோயிலுள் இருக்கும் உயிராகிய கடவுளைப் பிராணாயாமத்தின் மூலம் கண்டறியலாம் என முயன்றவர்கள் ஒரு சாரார். இவர்கள் 'ஞான சித்தர்' அல்லது 'யோக சித்தர்' என்ற வகைக்குரியவர்களாக அமைகின்றனர். பிரிதொரு சாரார் உயிராகிய கடவுள் உறையும் உடம்பாகிய கோயிலைப் பாதுகாத்தலே விடுதலை அடைதலுக்குப் போதுமானது எனக்கொண்டு மருத்துவ முறைகளின் மூலம் உடம்பினை ஓம்புவதில் கவனம் செலுத்தியுள்ளனர். இவர்கள் 'காய சித்தர்' என்னும் வகையைச் சேர்ந்தவர்களாவர். முன்னவர் பிராணயாமத்தின் மூலம் உயிர்ப்பைத் தன்னுள்ளேயே அடக்கிப் பாதுகாப்பதன் மூலம்

உடலை அழியாமல் பாதுகாக்கலாம் எனக் கருதியவர்கள். பின்னவர்களோ மருத்துவ முறைகளைக் கையாண்டு உடலைப் பாதுகாப்பதன் மூலம் உயிரை நிலைபெறச் செய்து சாகாமல் வாழலாம் எனக் கருதியுள்ளனர். யோக சித்தர்கள் உயிருக்கு (கடவுள் – சிவன்) முதன்மை அளித்தவர்கள் என்றால் காய சித்தர்கள் உடலுக்கு (கோயில் – சீவன்) முதன்மை அளித்தவர்களாக அமைகின்றனர்.

இவ்விரு சாராரிடையே மற்றுமொரு பெரிய வேறுபாடும் காணப்படுகிறது. யோக சித்தர்கள் நிலையாமைக் கொள்கையை வற்புறுத்தியுள்ளனர். ஏனைய ஆன்மீகவாதிகள் மற்றும் அறநெறியாளர்களைப் போலவே இவர்களும் உலக மறுப்பாளர்களாகவே காணப்படுகின்றனர். ஆனால் காய சித்தர்களோ நிலையாமைக் கோட்பாட்டை வற்புறுத்தவில்லை. நிலைபேரற்ற இவ்வுலகப் பொருட்களின் துணைகொண்டே, நிலைபேற்றினை அடையலாம் என்ற உலக ஏற்பாளர்களாகவே காணப்படுகின்றனர். தமிழகச் சித்தர் மரபைத் தொடங்கி வைத்தவரான திருமூலர்கூட சித்தர் போக்கை இருவகைப்பட்டது என்று வெளிப்படையாக வகைப்படுத்திக் கூறவில்லை என்றாலும், பொதுப்படையாக, இவ்விரு மரபுகளையுமே கூறிச் சென்றுள்ளார்.

பூவினிற் கந்தம் பொருந்திய வாறுபோல்
சீவனுக்குள்ளே சிவமணம் பூத்தது
ஓவியம் போல உணர்ந்தறிவாளர்க்கு
நாவி யணைந்த நடுதறி யாமே.[38]

பூவினில் நறுமணம் பொருந்தியவாறு சீவனுக்குள்ளே (உடலுக்குள்ளே), சிவன் (உயிர்) பொருந்தியுள்ளான்; அவனை ஓவியம் போல ஒடுங்கி (செயலற்று) இருந்து தன்னுள்ளேயே கண்டு மகிழலாம் என்று யோக சித்தர் மரபைக் கூறுவது இது. இதேபோன்று அவர் உடலை ஓம்புவதன் மூலம் உயிரைக் காக்கும் காய சித்தர் மரபை, 'காய சித்தி உபாயம்'[39] என்றே தலைப்பிட்டுப் பதினாறு பாடல்களில் விளக்கிச் சென்றுள்ளார்.

உடம்பார் அழியில் உயிரார் அழிவர்
திடம்பட மெய்ஞ்ஞானம் சேரவு மாட்டார்
உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தே
உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே.[40]

என்றவாறு திருமூலர் காய சித்தர் மரபையும் வற்புறுத்தியுள்ளார். திருமூலரிடமும் உலக மறுப்புக் கொள்கையைக் காண முடிகிறது. அவர் யாக்கை நிலையாமை, செல்வம் நிலையாமை, இளமை நிலையாமை, உயிர் நிலையாமை, மகளிர் இழிவு முதலிய தலைப்புகளிலேயே (முதல் தந்திரம்) பல பாடல்களை இயற்றியுள்ளார்.

அடப்பண்ணி வைத்தார் அடிசிலை உண்டார்
மடக்கொடி யாரொடு மந்தனங் கொண்டார்
இடப்பக்கமே இறை நொந்தது என்றார்
கிடக்கப் படுத்தார் கிடந்தொழிந் தாரே.[41]

"ஒரு நாள் இரவு, நிறைவாக உணவை உண்டுவிட்டுத் தன் மனையாளொடு புணர்ந்து மகிழ்ந்தவர், இடப்பக்கமே சற்று நெஞ்சு வலிக்கிறது என்று படுக்கையில் படுத்தவர் படுத்தவரே, மறுநாள் அவர் எழுந்திருக்கவே இல்லை". என்பது இதன் பொருள். திருமூலர் ஞான சித்தி, காய சித்தி என்ற இரண்டையும் ஒரு நாணயத்தின் இரு பக்கங்களைப் போல் சித்தர் மரபாகக் குறிப்பிட்டுள்ளார். காலப் போக்கில் இவ்விரு கூறுகளும் தனித்தனிக் கிளைகளாகவே வளர்க்கப்பட்டு வந்துள்ளமையை அறியமுடிகிறது.

பதினெண் சித்தர் பெரிய ஞானக் கோவை, சித்தர் பாடல்கள் என்னும் தலைப்புகளில் சித்தர் பாடல்கள் தொகுக்கப்பட்டுப் பல பதிப்புகள் வெளி வந்துள்ளன.[42] அப்பதிப்புகளில் காணப்படுவன யாவும் ஞானக் கருத்துகளைக் கூறும் ஞான சித்தர் மரபைச் சேர்ந்தனவேயாகும். பொதுவாகச் சித்தர் பாடல் என்றாலே, அது ஞானக் கருத்துகளைக் கூறுவனவாகவுள்ள, அப் பதினெண் சித்தர் ஞானக் கோவைத் தொகுப்பைத் தான் குறிக்கும். அத் தொகுப்பிலடங்கியுள்ள பாடல்களே சித்தர் இலக்கியமாகவும் கருதப்படுகின்றன.[43]

ஞான சித்தி என்பது புறவுலகைப் புறக்கணித்து, அகவுலகை வேண்டுவது. புறவுலகம் நிலையற்றது, புறத்தே காணப்படும் பொருட்களால் மனிதனுக்குப் பயனில்லை என்பது இவர்கள் கொள்கை. இவர்கள் பஞ்ச பூதங்களுள் (மண், விண், நீர், நெருப்பு, காற்று) காற்றையே முதன்மையாக எடுத்துக் கொண்டவர்கள். காற்றிலிருந்தே பிற பூதங்களும் தோன்றின என்பது இவர்களின் வாதம்.[44] மனிதனுக்கும் மூலாதாரமாய் இருப்பது காற்றே – சுவாசமே. இதுவே உயிர் இச்சுவாசத்தை வெளியே விடாமல் தன்னுள்ளேயே அடக்கிப் பாதுகாத்தால் நரையில்லை, திரையில்லை, மூப்பில்லை, மேனி அழகு பெறும். மரணமிலாப் பெருவாழ்வு கிட்டும், பேரின்பத்தில் மூழ்கித் திளைக்கலாம்.

உருத்தரித்த நாடியில் ஒடுங்குகின்ற வாயுவைக்
கருத்தினால் இருத்தியே கபாலம் ஏற்ற வல்லிரேல்
விருத்தரும் பாலராவர் மேனியும் சிவந்திடும்
அருள்தரித்த நாதர்பாதம் அம்மைபாதம் உண்மையே.[45]

என்ற சிவவாக்கியமும் இந்நிலையை அப்பன் (சிவன்) மீதும், அம்மை (உமை) மீதும் ஆணையிட்டே கூறியுள்ளது. ஞான சித்தர்கள் காற்றை அடக்குதலுக்குப்

புறவயப்பட்ட எந்தப் பொருளையும் துணையாகக் கொள்வது வீண் என்கின்றனர். புறப்பொருட்கள் என்பன:

> தன்னுடைய சக்தி தன்னிலிருந்து வெளியே வியாபிக்கின்றன. அந்தச் சக்தியிலிருந்தே சிருஷ்டிகளுண்டாயின, தன்னால் சிருஷ்டிக்கப்படுகிற பொருள்களைத் தானே கட்டிப் பிடித்துப் புலம்புகிறான்... அந்தப் பிடியை அதிலிருந்து வேறுபடுத்தி அந்தச் சக்தியை தன் உள்ளில் நடத்தி ப்ரம்மரந்திரத்தில் கலக்கச் செய்வதுதான் மோஷம்.[46]

என்பது சித்த வேதம் கூறும் விளக்கமாகும் இக்கருத்திலிருந்து, புறப்பொருட் களால் மனிதனுக்கு 'பந்தம்' ஏற்படுமேயில்லாது விடுதலை கிட்டாது, எனவே புறப்பற்றினின்றும் முற்றாக விடுபட வேண்டும் என்பது புலனாகிறது.

ஞான சித்தர்கள் மோட்சம் அடைவதற்குப் பிராணாயாமம் (பிராணன் – உயிர், சுவாசம், காற்று; ஆயாமம் – காத்தல் – உயிர்ப்பைக் காத்தல் அல்லது காற்றை அடக்குதல்) ஒன்றையே மார்க்கமாகக் கூறி, வேறொன்றுமே தேவையில்லை என வலியுறுத்துகின்றனர். இவர்களுடைய நிலை செயலற்றுச் சிந்தை ஒடுங்கிய சமாதி நிலையாம். இந்நிலையை இவர்கள் 'தூங்காமல் தூங்குதல்'[47] 'மாளாமல் மாளுதல்'[48] என்றெல்லாம் வருணிக்கின்றனர்.

சித்தர் மரபில் இரண்டாவது வகையாக விளங்குவது காய சித்தர் மரபு. இம்மரபினோரும் பிராணாயாமத்தைக் கையாண்டவர்கள்தாம். ஆனால் புறவுலகைப் புறக்கணித்து அகநிலையில் ஒடுங்குதலை மாத்திரம் வற்புறுத்தியவர்களல்லர். புறப்பொருட்களின் துணையோடேயே அகநிலையை எய்தலாம் என்பது இவர் களுடைய போக்காகும். ஞான சித்தர் கடவுளை (உயிரை) நேரடியாக அடைய முற்பட்டவர்கள் என்றால், காய சித்தர்கள் கடவுளை, அக்கடவுள் உறையும் கோயிலின் (உடலின்) மூலமாகக் காண முற்பட்டவர்களாவர். ஆகையால் இவர்கள் உடலுக்கு முக்கியத்துவம் அளித்து, அதனைப் பேணும் மார்க்கமாக மருத்து வத்தையும், மருத்துவத்தோடு தொடர்புள்ள நாடி சாத்திரம், வான சாத்திரம், இரசவாதம் முதலிய துறைகளிலும் தம் கவனத்தைச் செலுத்தியுள்ளனர். இத் துறையில் இவர்கள் செய்தனவாக அச்சேறியும் ஏறாமலும் ஐநூறுக்கும் மேற்பட்ட நூற்கள் காணப்படுகின்றன. தமிழகத்தில் மேற்கூறிய பொருள்கள் (Subjects) குறித்த நூற்கள் யாவும் சித்தர் செய்தனவாகவே கருதப்படுவது வழக்கம்.[49]

இவ்வாறல்லாது சித்தர்களை மூவகையாகப் பாகுபடுத்தும் முறையும் காணப்படுகிறது. ஞான சித்தர், காயசித்தர் என்ற இரு நெறிகளிலும் அடங்காது, அல்லது இவ்விரு நெறிகளையும் இணைத்துக் கடைப்பிடிக்கும் நெறி ஒன்றிருப்

பதாகக் கருதப்பட்டு, அந்நெறியானது 'சன்மார்க்க சித்தர் நெறி' என்றும் அழைக்கப் படுகிறது. அந்த நெறிக்குரியவராகத் திருமூலர் மட்டும் இனங்காணப்பட்டுள்ளார்.[50] வேறுபட்ட கொள்கைகளுக்கிடைய சமரசம் கண்டு, அதன் அடிப்படையில் புதியதாக ஒரு மார்க்கம் தோன்றுமானால், அதைத் தனிப்பெயரில் அமைந்த, புதிய மார்க்க மாகக் கருதலாம். ஆனால் வேறுபட்ட கொள்கை என்ற உணர்வே இல்லாமல், சித்தர் பற்றிய பொதுவான, ஆரம்ப நிலைக் கருத்துகளைக் கூறியுள்ள திருமூலரை, சன்மார்க்க சித்தர் என்ற தனி வகைக்குரியவராகக் கொள்ளலாமா என்பது சிந்தனைக்குரியதாகும்.

சித்தரும் அரிய ஆற்றலும்

சித்தர்கள் மோட்சம் அடைவதற்காகப் பிராணாயாமப் பயிற்சியை மேற் கொள்ளும்போது அவர்களுக்குப் பல அரிய, அதீத ஆற்றல்கள் கைகூடுவதாகக் கருதப்படுகிறது. அவ்வாறு கூடும் ஆற்றல்கள் எட்டு வகையானவையாகக் (அட்டமா சித்தி) கூறப்பட்டுள்ளன.[51] திருமூலரும் இவ்வெட்டு வகைகளையும் தம் நூலிலேயே விளக்கி உள்ளார்.[52] சித்தர் பாடல்களிலும் சித்தருக்குக் கைகூடும் ஆற்றல்கள் தற்பெருமையுடனேயே குறிப்பிடப்பட்டுள்ளன. "கடும் நஞ்சையுடைய எட்டுத்தலை நாகத்தையும் மிகச் சாதாரணமாகப் பிடித்து ஆட்டுவோம்; இந்திரனின் உலகமாகிய தேவலோகத்தை பூலோகத்திற்கு வரச்செய்வோம்;[53] எட்டு மலைகளையும் பந்தாகச் சுருட்டி எறிந்து விடுவோம்; ஏழு கடல்களையும் குடித்து ஏப்பம் விடுவோம்; அளந்து மதிப்பிட முடியாத மணலையும் அளந்து விடுவோம்;[54] வெம்மை பொருந்திய சூரிய ஒளியைத் தண்மை வாய்ந்ததாக ஆக்குவோம்.[55] இவ்வளவு ஏன், பிரபஞ்சத்தைப் படைப்போனாகிய பிரமனையே எங்களுக்கு அடிமையாக்கிக் கொண்டு, அவனுடைய தொழிலை நாங்களே மேற்கொண்டு, சிவனுக்குச் சமமாக வாழ்வோம்"[56] என்று பாம்பாட்டிச் சித்தர் தம் ஆற்றல்களை எல்லாம் அடுக்கிக் கூறுவர். தாயுமானவ சுவாமிகளும் வித்தகச் சித்தர் கணத்தின் அரிய ஆற்றல்களை எல்லாம் பத்துப் பாடல்களில் விரித்துரைப்பர்.[57] திருவிளையாடற் புராணம் சிவனே சித்தனாகத் தோன்றி, அரிய பல சித்து விளையாடல்களைப் புரிந்ததாக எடுத்துரைக்கின்றது.[58] இத்தகைய அற்புத ஆற்றல்கள் சித்தர்களுக்கு உடல் மற்றும் உள்ளப் பயிற்சியின் மூலம் கைகூடுவது இயல்பே என்பர்.[59] இவ்வாற்றல்களை வைத்துப் பல வித்தைகள் காட்டி மக்களை மயக்கவும் கூடும். ஆனால் சித்தர்களின் நோக்கம் இவ்வாற்றல் களைப் பெறுவதன்று, வீடு பேறு அடைதலேயாகும். பெருங் குறிக்கோள் ஒன்றை நாடிப் போவோர்க்கு, இடைவழியில் கைகூடும் மிகச் சாதாரணமான வித்தை களாகவே இவை கருதத் தக்கன. உண்மையான சித்தர்கள் இவ்வாற்றல்களை ஒரு பொருட்டாகவே கருதமாட்டார்கள்.[60]

உலகு தழுவிய மரபு

தமிழ் நாட்டுச் சித்தர் இயக்கத்தைப் போலவே உலகின் பல்வேறு பகுதி களிலும் இவ்வகை இயக்கங்கள் தோன்றிப் பரவியுள்ளதை அறிய முடிகிறது. சீன நாட்டில் தோன்றிய தாவோயிசமும் அரேபிய நாடுகளில் நிலவிய சூபியிசமும் வட இந்தியாவின் நாத மரபும் தமிழ் நாட்டுச் சித்தர் இயக்கத்தைப் போன்றனவே யாகும். சமயச் சடங்குகளைப் புறக்கணித்தல், சாத்திரக் குப்பைகளை வெறுத் தொதுக்குதல்; சாதி முதலிய சமூக ஏற்றத் தாழ்வுகளைக் கண்டித்தல்; உருவ வழிபாட்டை மறுத்தல்; மரணமிலாப் பெருவாழ்வு வாழ்வதில் விருப்பம்; உடலை ஓம்ப மருத்துவ முறைகளைக் கையாளல்; மக்களிடமிருந்து விலகி உன்மத்தர்களாகத் தம் விருப்பப்படி வாழ்தல் முதலியன இவர்களிடையே காணப்படும் ஒருமைப்பாடுகள். இளந்தெங்கில் நீர் கலந்தாற்போல இறைவன் வந்து இவர்களுள்ளே கலந்து விட்டபடியால் வேறெதையும் வேண்டாது, பிற மாந்தரிடத்துத் தொடர்பு கொள்ளாது மௌனிகளாகவே இவர்கள் வாழ்ந்துள்ளனர்.

செய்யதெங்கிலே இளநீர் சேர்ந்த காரணங்கள் போல்
அய்யன் வந்து என்னுளம் புகுந்து கோயில் கொண்டான்
அய்யன் வந்து என்னுளம் புகுந்து கோயில் கொண்டபின்
வையகத்தில் மாந்தர் முன்னம் வாய் திறப்பது இல்லையே [61]

என்று தமிழ்ச் சித்தர் ஒருவர் தம் நிலைப்பாட்டை வெளிப்படையாகவே கூறிப் போந்துள்ளார்.

தமிழகத்துச் சித்தர் மரபும் வடநாட்டு நாத மரபும் நெருங்கிய தொடர்பு கொண்டன என்பது முன்னமே கூறப்பட்டது.[62] தமிழகத்துச் சித்தர்களைப் பதினெண்மர் என்று கூறுவது போலவே வடநாட்டு நாதர்களை 'நவநாதர்' என ஒன்பது பேராகக் கூறுவது வழக்கம். நவநாதர் என்ற தொடரில் உள்ள 'நவ' என்ற முன்னொட்டை 'நவம்' என்ற பெயர்ச்சொல்லாகக் கொண்டால் புதுமையான கருத்துகளைக் கொண்ட நாதர்கள் (தலைவர்கள்) என்ற பொருள் வருகிறது. இப்பொருளே சரியானதாகவும் படுகிறது[63]. இவ்வாறல்லாமல் 'நவ' என்பதற்கு ஒன்பது எனப் பொருள் கொண்டு நாதர்களை ஒன்பது பேராக மட்டும் கருதுவது பொருத்தமன்று. ஏனெனில் நாதர்கள் 80க்கும் மேற்பட்டோராகவே இருந்துள்ளனர். தமிழகச் சித்தரைப் போன்றே நாதர்களும் வைதீகச் சமயங்களை மறுத்தவர்கள். குரு–சீட மரபைத் தழுவியவர்கள்; இவர்களுக்கும் மூல குரு நந்தியே (சிவனே); இவர்களும் மனித ஏற்றத் தாழ்வுகளைக் கண்டித்து, ஒவ்வொரு சீவனையும் சிவமாகவே கருதியவர்கள். தமிழ்ச் சித்தர்கள் 'சித்த மருத்துவம்' என்ற மருத்துவ முறையை வளர்த்தெடுத்தது போலவே, நாதர்கள் 'ஆயுர்வேத மருத்துவ முறையை வளர்த்தெடுத்துள்ளனர்.

சித்தர் மரபு இலங்கைத் தமிழர்களிடையேயும் பரவியுள்ளது. ஈழத்துச் சித்தர்களின் வரலாறு கி.பி. 18ஆம் நூற்றாண்டிற்குப் பிறகே தெரிய வந்துள்ளது. இலங்கைச் சித்தர் மரபும் தமிழகத்துச் சித்தர் மரபும் ஒன்றே. இந்த நூற்றாண்டிலும் இலங்கையில் சித்தர் மரபு தொடர்ந்து நிலவி வருவதாக நம்பப்படுகிறது.[64]

சித்தர் கொள்கை

சித்தர் மரபு என்பதும் சித்தர் கொள்கை என்பதும் ஒன்றோடொன்று முரண்பட்டனவல்ல. ஆனால் அதற்காக இவ்விரு தலைப்புகளையும் ஒரே பிரிவாகக் கொண்டு ஆராய்வதற்கில்லை. சித்தர் மரபு என்பது, சித்தர்களிடையே நிலவிய பெரும்போக்கைக் (Trend) குறிப்பது. சித்தர் கொள்கை என்பது அவர்களுடைய கருத்து நிலையைக் (Idealogy) குறிப்பது. எனவே இரண்டையும் தனித்தனியாகக் காண்பதுவே தெளிவு தரக்கூடியதாகும்.

ஞான சித்தர் அல்லது யோக சித்தர், காய சித்தர் ஆகிய இரு சாராருமே சித்தர் கணத்தார்தாம் என்பதில் ஐயமில்லை. அடிப்படை நோக்கத்தில் (மோட்சம் அடைதல்) இரு மரபினோர்க்கும் கருத்து வேறுபாடில்லை. குறிக்கோளை அடையும் முயற்சி – முறையிலேயே வேறுபடுகின்றனர். இந்த முரண்பாடே, சித்தர் மரபு என்ற பொது நிலையிலிருந்து அவர்களை இரு வகைப்பட்டவர்களாகக் கொள்ள வைத்துள்ளது. பிற ஆன்மீக வாதிகளைப் போல, சமயக் கட்டுத் திட்டங்களுக்கு உட்பட்டு பக்தி, கர்மம், முதலிய மார்க்கங்களின் மூலம், உருவ வழிபாடு செய்தும், தல யாத்திரை, தீர்த்த யாத்திரை முதலியவைகளை மேற்கொண்டும், வேதம் முதலிய புனித நூல்களை ஓதியும், காணக்கூடிய உலகத்திற்கு அப்பாற்பட்டு விளங்குவதான பேரின்ப (சொர்க்கம்) உலகொன்றை அடைய வேண்டும் என்று முயன்றவர்கள் அல்லர் சித்தர்கள். இவர்கள் இறைவனைத் தம்மினின்றும் புறம்பே இருப்பதாகக் கொள்ளவில்லை. இளந்தெங்கில் நீர் புகுந்தாற்போல், இறைவன் தம் உள்ளேயே குடிகொண்டவன்,[65] மூலநாடி தன்னிலே முளைத்தெழுந்த சோதி[66]. அவனை அறிவதற்கு – அடைவதற்கு சமய நெறிப்பட்ட வழிமுறைகள் எதுவுமே தேவை யில்லை. தன் உயிர்ப்பை வெளியே விடாமல், தன்னுள்ளேயே அடக்கினால் போதும். அதுவே மோட்சம், அதுவே சிவானந்தத்தில் திளைத்தலாம். இதுவே சித்தர்களின் அடிப்படைக் கொள்கை.

இக்கொள்கையை உடைய சித்தர்கள் அண்டத்தையும் அதில் அடங்கியுள்ள பிண்டங்களையும் (பொருள்கள்) இருவேறுபட்டனவாகக் கருதவில்லை. அண்டத் திலுள்ள அனைத்து அணுவிலும் கலந்துள்ள ஆன்மா ஒன்றே.

அணுவில் அணுவினை ஆதிப் பிரானை
அணுவில் அணுவினை ஆயிரங் கூறிட்டு
அணுவில் அணுவை அணுக வல்லார்க்கு
அணுவில் அணுவை அணுகலு மாமே.

அணுவுள் அவனும் அவனுள் அணுவும்
கணுவற நின்ற கலப்ப துணரார்
இணையிலி யீச னவனெங்கு மாகித்
தணிவற நின்றான் சராசரத் தானே.[67]

என்பதும் இவர்களின் திடமான கொள்கை. இத்தகைய கொள்கையுடையோர், மக்களிடையே காணப்பட்ட சாதி, சமய வேறுபாடுகளையும் மூட நம்பிக்கைகளையும், கண்டித்ததில் வியப்பொன்றுமில்லை.

சித்தர்களின் கடவுள்

சித்தர்கள் திருமூலர் குறிப்பிடுவது போல 'ஒன்றே குலம்'[68] என்ற சாதி பேதங்களுக்கு அப்பாற்பட்டவர்கள் என்பதில் சிக்கல் இல்லை. ஆனால் அவர்களுடைய, 'ஒருவனே தேவன்' என்ற கொள்கை சில சிக்கல்களைத் தோற்றுவிக்கின்றது. சித்தர்கள் சமய முத்திரையற்ற சமரச சன்மார்க்க நெறியைப் பேணியவர்கள்தாம்; என்றாலும் அவர்கள் சிவனையே தம் ஒரே தேவனாகக் கொண்டதாகத் தெரிகிறது. சித்தர்கள் கொள்கையளவில் ஒரு தேவனைக் குறிப்பிட்டு, நடைமுறையில் அவ்வொரு தேவனாக சிவனையே கொண்டுள்ளதால் அவர்களை முற்றிலும் சமயம் கடந்தவர்களாகக் காண்பதற்குப் பதிலாக, சைவ சமயத்தின் ஒரு சாராராகவே கருத வேண்டியுள்ளது.[69] இதேபோன்று சித்தர்கள் உருவ வழிபாடு கூடாது என்று கூறியபோதிலும் அவர்கள் இறைவனை உருவமுடையவனாக, அதுவும் சைவர்கள் குறிப்பிடும் சிவக் கோலமாகவே காட்டியுள்ளனர்.[70] எனவே சைவத்தின் பல பிரிவுகளான நாயன்மார், பாசுபதர், காளாமுகர், காபாளிகர், வீரசைவர் என்போரைப் போல சித்தர்களும் ஒரு பிரிவினரே எனக் கொள்ள வேண்டியுள்ளது.

சித்தர்களும் நிலையாமையும்

"சித்தர்கள் எதார்த்த உண்மைகளை எடுத்து வைத்துத் தர்க்க ரீதியாகப் பொருள் முதல்வாத அடிப்படையில் ஆராய்ந்த அறிஞர்கள்,"[71] மாயாவாதத்திற்கு எதிரானவர்கள்[72] என்றெல்லாம் கருதப்படுகின்றனர். தமிழகத்தில் சித்தர் மரபைத்

தொடங்கி வைத்தவரான திருமூலரே யாக்கை (உடல்), உலகம், செல்வம், உயிர் முதலியவற்றின் நிலையாமைகளை விரிவாக வலியுறுத்தியுள்ளார். சித்தர் பாடல்களாகத் தொகுக்கப்பட்டு வெளிவந்துள்ள பதினெண் சித்தர் பெரிய ஞானக் கோவையில் காணப்படும் பாடல்களில் பெரும்பான்மையும் நிலையாமையை – மாயாவாதத்தைப் பேசுபவைதான்.

தாய்தந்தை பெண்டுபிள்ளை தானென் றிரங்கி நித்தம்
காய்பறிக்கி றாயே கனியிருக்க – தாய் தந்தை
எத்தனைபேர் பெற்றாரோ என் மனமே நாமுந்தான்
எத்தனைபே ரைப் பெற்றோம் இங்கு.[73]

காண்பது மழிந்து போகும் காயமுமழிந்து போகும்
ஊண்பொருள் அழிந்து போகும் உலகமும் அழிந்து போகும்
பூண்பணி நாகைநாதர் பொற்பதம் அழியாதென்று
வீண்பொழு தினைப் போக்காமல் வெளிதனில் ஒளிபார் நெஞ்சே.[74]

என்பனவெல்லாம் நிலையாமையை எடுத்தியம்புவனவேயல்லாமல் வேறில்லை. இத்தொகுப்பில் இடம் பெற்றுள்ள பட்டினத்தார் பாடல்களில் அளவு கடந்த பெண் வெறுப்பும் நிலையாமையுமே கூறப்பட்டுள்ளன.

எத்தனைபேர் நட்டகுழி எத்தனைபேர் தொட்ட முலை
எத்தனை பேர் பற்றி இழுத்த இதழ் நித்த நித்தம்
பொய்யடா பேசும் புவியில்மட மாதரைவிட்டு
உய்யடா உய்யடா உய்[75]

என்பது பட்டினத்தாரின் பெண் வெறுப்புப் பாடல். இலக்கியத்தில் இதைவிடக் கடுமையாகப் பெண் வெறுப்பைக் காட்டிவிட முடியாது. இவருடைய உடற்கூற்று வண்ணம் என்னும் நூல் யாக்கை நிலையாமையை உணர்த்துவதற்கென்றே இயற்றப்பட்டுள்ளது. எனவே சித்தர்களை மாயாவாதத்திற்கெதிரானவர்கள் என்று கூறிவிட முடியாது.

மருத்துவம் முதலிய நூல்களை இயற்றியுள்ள காய சித்தர்களை வேண்டுமானால் மாயாவாதிகள் அல்லர் என்று கொள்ளலாம். இவர்களுடைய நூல்களில் ஞான சித்தர் நூல்களைப் போன்று நிலையாமைக் கருத்துகள் விரிவாக, விதந்து கூறப்படவில்லை. இவர்கள் தம் நூல்களிலே, தாம் கூற எடுத்துக்கொண்ட மருத்துவம் முதலிய பொருட்களை (Subjects) அல்லாமல் வேறு எதையும் விரித்துரைக்கவில்லை. காய சித்தர்கள் தம் நூற்களில் நிலையாமையை விரித் துரைக்கவில்லை என்பதற்காக இவர்களை மாயாவாதத்தின் எதிரிகள் என்ற

அணியில் சேர்த்துவிடவும் முடியாது. காய சித்தர்கள் நிலைபேருடைய பரம்பொருளை அடைவதற்காக, நிலையற்ற புறப்பொருட்களையும் அல்லது உலகத்தையும் (ஞான சித்தர்களைப் போல் புறக்கணிக்காமல்) துணையாகக் கொண்டனர், அவ்வளவே.

சித்தர்கள் கருத்து முதல்வாதிகளே

சித்தர்கள் மாயாவாதத்திற்கு எதிரானவர்கள் அல்லர் என்பது போலவே அவர்கள் பொருள் முதல்வாதிகளோ (Materialists) அல்லது உலகாயதவாதிகளோ அல்லர். அவர்களும் ஏனைய ஆன்மீகவாதிகளைப் போலக் கருத்து முதல்வாதிகளே. அதிலும் அகநிலைக் கருத்து முதல்வாதிகளே (Subjective idealism) ஆவர். அகநிலைக் கருத்து முதல்வாதம் என்பது "பொருள் வகைப் புலப்பாடுகள் என்று கருதப்படுகின்ற அனைத்தும் மனிதனின் உணர்வில்தான், அதாவது அக நிலையில்தான் இருக்கிறது"[76] என்ற கொள்கையை உடையது. சித்தர்களின் தன்னில் தான் ஒடுங்கி, தன்னுள்ளேயே பேரின்பப் பெருவெளியைக் காணவேண்டும் என்ற கொள்கையும் இவ்வகநிலைக் கருத்து முதல் வாதத்தின் பாற்பட்டதுதான் என்பதில் ஐயமில்லை. சித்தர்கள் பூமியில் இருக்கின்ற அனைத்தும், மனிதர்கள் உட்பட ஒரே சீவன்தான்; மற்றவை வெறும் புலனுணர்வுகளே என்ற கொள்கையை உடையவர்கள். இதனை, "தானே ஈஸ்வரன், தன்னுடைய சக்தி வெளியினில் வியாபித்தபோது அதிலிருந்து உலகம் தோன்றியது"[77] என்று **சித்தவேதம்** என்ற நூல் வற்புறுத்துகிறது. இந்த வகையில் சித்தர்களுடைய கொள்கை 'ஆன்மீக நித்தியவாத'மும் (Solipism) ஆகிறது.

சித்தர் இலக்கியம்

சித்தர்கள் இலக்கியவாதிகள் அல்லர் என்பதைக் கவனத்திற்கொண்டு அவர்தம் பாடல்களை அணுகி, அவற்றின் இலக்கியத் தரத்தை மதிப்பிடுதல் வேண்டும். சித்தர்கள் புறநிலைகளைப் புறகணித்து, அகவயப்பாட்டிற்கே முதன்மை அளித்த மறைஞானக் கவிஞர்களாகக் காணப்படுகின்றனர். அவர்கள் உள்ளடக் கத்தை வெளிப்படுத்த உதவும் ஒரு சாதனமாகத்தான் செய்யுளைக் கொண் டுள்ளனர் என்றாலும் சித்தர் பாடல்கள் பலவும் கலை நயத்தோடேயே அமைந் துள்ளன. அவைகள் எளிய, இனிய சந்த நயத்தில் படிப்பவரின் மனதைக் கவரும் ஆற்றல் வாய்ந்தனவாக உள்ளன. தமிழ் இலக்கிய வரலாற்றில் பிற இலக்கிய வகைகளுக்கு ஒப்பாகவே சித்தர் இலக்கியமும் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்டுள்ளது.

சித்தர் இலக்கியம் எது என்பது வரையறை செய்யப்பட வேண்டிய தொன்றாகும். தமிழில் சித்தர் பெயரால் ஏராளமான நூற்கள் காணப்படுகின்றன.

சித்தர்களின் ஞானப் பாடல்களை எல்லாம் ஒன்று திரட்டி, பதினெண் சித்தர் பெரிய ஞானக் கோவை என்ற தலைப்பில் பல பதிப்புகள் கொண்டுவரப்பட்டுள்ளன.[78] அப்பதிப்புகளில் பதினெண் சித்தர் என்று குறிப்பிடப்பட்டிருந்தாலும் பதினெட்டிற்கும் மேற்பட்டச் சித்தர்களின் பாடல்கள் இடம் பெற்றுள்ளன.[79] தாயுமானவரும் சித்தர் மரபில் பல பாடல்களைப் பாடியுள்ளார்;[80] என்றாலும் அவருடைய பாடல்கள் அத்தொகுப்புகளில் இடம்பெறவில்லை. ஆனால் இராமலிங்க அடிகளாரும் ஒரு சித்தர், அவருடைய பாடல்களுக்கும் அத்தொகுப்பில் பிரதிநிதித்துவம் கொடுக்க வேண்டும் என்ற எண்ணத்தில் அப்பாடல்கள் சேர்க்கப்பட்டுள்ளனவே அல்லாமல், அவர் சித்தர் நெறிபற்றிப் பாடிய பாடல்களை எல்லாம் தொகுத்துச் சேர்க்கப்பட்டவை அல்ல. இது மனம்போன போக்கிலேயே செய்யப்பட்டுள்ளது. த. கோவேந்தன் என்பவர் பதிப்பித்துள்ள **சித்தர் பாடல்கள் (1976)** என்ற நூலில் முப்பத்திரண்டு சித்தர்களின் பாடல்கள் தொகுக்கப்பட்டுள்ளன. இத்தொகுப்பில் **பதினெண் சித்தர் பெரிய ஞானக் கோவையில்** இடம் பெற்றுள்ள 'இராமலிங்கர் பாடல்கள்' **சிவயோக சாரம், ஞானசர நூல், சிவானந்த போதம்** முதலிய நூல்கள் இடம் பெறவில்லை. மாறாக ஞானக் கோவையில் இடம் பெறாத உலோகாயதச் சித்தர், ஏனாதிச் சித்தர், காளைச் சித்தர், காரைச் சித்தர், தடங்கண் சித்தர் ஆகியோர் பாடல்கள் புதியனவாகச் சேர்க்கப்பட்டுள்ளன.

இத் தொகுப்புகளில் சித்தர் பாடல்கள் முற்றிலும் அடங்கிவிட்டன என்று கூறிவிடமுடியாது. இத்தொகுப்புகளில் இடம் பெற்றுள்ள பாடல்கள் யாவும் ஒரே மாதிரியான இலக்கியத் தரம் வாய்ந்தனவும் அல்ல.[81] சித்தர் இலக்கியத்தை முழுமையாக அறிந்துகொள்வதற்கும் ஆராய்வதற்கும் போதுமான, ஆதாரபூர்வமான பதிப்பு இன்னமும் வெளிவரவில்லை என்பது உண்மைதான்.[82] வந்துள்ள பதிப்புகள் பெரும்பான்மையும் மலிவுப் பதிப்புகளாகவே உள்ளன. காய சித்தர்களின் மருத்துவ, நாடி சாத்திர நூல்களை இலக்கியமாகக் கருதத் தேவையில்லை. ஞான சித்தர் பாடல்களையே இலக்கியமாகக் கொள்ள வேண்டும்.

தமிழ் இலக்கியத்தைச் சங்க இலக்கியம், நீதி இலக்கியம், பக்தி இலக்கியம், காப்பிய இலக்கியம், சிற்றிலக்கியம் என்றெல்லாம் வகைப்படுத்துவது போன்றே சித்தர் பாடல்களும் 'சித்தர் இலக்கியம்' என்ற தனி வகையாகக் கூறத்தக்க வகையிலேயே அமைந்துள்ளன.[83] சித்தர்கள் தம் நூற்களைக் கற்றறிந்த பண்டிதர்களை நோக்கிப் பாடியவர்களல்லர். பாமர மக்களுக்காகவே பாடியுள்ளனர். அவர்கள் மரபிலக்கியப் போக்குகளை மீறி, பழகு தமிழில், எளிய நடையில் பாடிச் சென்றுள்ளனர், என்றாலும் அவர்கள் முற்றிலும் யாப்பு வரையறைகளைப் புறக்கணித்தவர்களுமல்லர்.

தம் கருத்துகளைப் பாமர மக்களை நோக்கிக் கூறிய சித்தர்கள், அப்பாமர மக்களின் இலக்கிய வடிவத்தைப் பெருமளவில் கையாண்டுள்ளனர். கும்மி,[84] ஏற்றம்,[85] ஒப்பாரி[86] முதலியன அவர்களால் கையாளப்பட்டுள்ள நாட்டுப்புற இலக்கிய வடிவங்களாகும். சித்தர் பாடல்களில் அமைந்துள்ள பொருள் விளங்காப் புதிர் நிலை விடுகதைத் தன்மை வாய்ந்ததாகும்.

மாங்காய்ப்பால் உண்டு மலைமேல் இருப்போர்க்குத்
தேங்காய்ப்பால் ஏதுக்கடி – குதம்பாய்
தேங்காய்ப்பால் ஏதுக்கடி.[87]

என்ற பாடலில் வரும் மாங்காய்ப் பால் என்பதென்ன, தேங்காய்ப் பால் என்பதென்ன, மலை மீது இருப்பவர் யார், மலை மீது இருப்பவர் மாங்காய்ப் பாலை உண்டால் அவருக்குத் தேங்காய்ப் பால் ஏன் தேவையில்லை, என்பன அடுக்கடுக்காகத் தோன்றும் வினாக்கள். இலகுவில் விடை கிடைத்து விடாத புதிர்கள். சித்தர் மரபுகளையும் குழுக்குறி முறைகளையும் அறிந்திருந்தால்தான் இவற்றிற்கு எளிதில் விடை காண முடியும். மாங்காய்ப் பால் என்பது மூலாதாரத்தில் உள்ள குண்டலினி என்னும் உயிர்ப்பைப் பிராணாயாமத்தின் மூலம் புருவ மத்தியில் கொண்டுவந்து நிறுத்தினால் அது பாலாக – அமுதமாக வடியும். அந்தப் பாலைப் பருகுவதன் மூலமே பேரின்பப் பெருவெள்ளத்தில் மூழ்கித் திளைக்கலாம். இவ்வாறு மூழ்கித் திளைப்பதை விடுத்து, தென்னங்கள் (தேங்காய்ப் பால்) முதலிய போதைப் பொருட்களைப் பருகுவது வீண் என்பது இப்பாடல் உணர்த்த வரும் பொருளாம். இப்பாடலில் வரும் மலைமீதிருப்போர் என்பதற்குப் பிராணாயாமம் செய்யும் சித்தர் என்பது பொருள். இவ்வாறு பொருள் விளங்காப் புதிர்ப் பாடல்கள் விடுகதையின் இயல்பு கொண்டன என்பதில் அய்யமில்லை. நாட்டுப்புறப் பாடல்களில் வரும் 'தங்கரத்தினமே', தங்கமே தங்கம்', 'ஞானத் தங்கமே' முதலிய விளிப் பெயர்களைப் போன்றே சித்தர் பாடல்களில் 'குதம்பாய்', 'ஞானப்பெண்ணே', 'வாலைப் பெண்ணே', 'கோனாரே', 'தாண்டவக் கோனே' என்றவாறு விளிகள் அமைந்து வந்துள்ளன. சித்தர் பாடல்களில் காணப்படும் பேச்சு வழக்குச் சொற்களும், வந்த சொல்லோ அன்றி அடியோ மீண்டும் வருந்தன்மையும், மக்களிடையே மிகப் பரவலாக வழங்கி வருதலும் சித்தர் இலக்கியத்தில் உள்ள நாட்டுப்புற இலக்கியச் சாயலைப் பறைசாற்றுவனவே.[88] சித்தர் பாடல் தொகுப்புகளாக வெளிவந்துள்ள பெரும் பாலான பதிப்புகளும் மக்கள் பதிப்பாக, மலிவுப் பதிப்பாக அமைந்துள்ளமையும் அவற்றின் நாட்டுப்புறச் சாயலையே காட்டுகின்றது. தென்னிந்திய நாட்டுப்புறப் பாடல்களைத் தொகுத்த கோவர் (Charles E. Gover)[89] என்பாரைச் சித்தர் பாடல்கள் நாட்டுப்புறப் பாடல்களாகவே மயங்க வைத்துள்ளமையும் குறிப்பிடத்தக்கதாகும்.

சித்தர் இலக்கியமும் குறியீட்டியலும்

இலக்கிய இயக்கம் (Literary Movement) என்ற வகையில் சித்தர் இலக்கியத்தைக் குறியீட்டு (Symbolistic) இலக்கியமாகவே கொள்ள வேண்டும். உலக இலக்கிய வரலாற்றில் குறியீட்டியல் முறையானது 19ஆம் நூற்றாண்டின் இறுதியில் பிரான்சு நாட்டில், ஓர் இலக்கிய இயக்கமாகக் கொண்டுவரப்பட்டு, அதற்கான வரைவிலக்கணங்களும் வகுக்கப்பட்டுள்ளன. ஆனால் தமிழகத்தில் குறியீட்டியலானது, ஓர் இலக்கிய இயக்கம் என்ற சிந்தனையற்ற நிலையில், சித்தர் பாடல்களில் – திருமூலர் காலந்தொட்டு – நீண்ட காலமாகவே கையாளப்பட்டு வந்துள்ளது. அருளியல் (Mystical) கருத்துகளைக் குறியீட்டின் மூலம்தான் வெளிப்படுத்த முடியும் என்பது பொது நியதி.[90] எனவே சித்தர்களும் சாதாரணமாகப் பொருள் விளங்காத நிலையில் தாராளமாகக் குழுக்குறிகளைக் கையாண்டு இருள்மைத் தன்மை வாய்ந்தனவாகவே பாடல்களைப் பாடியுள்ளனர். அவர்தம் பாடல்களில் வரும் குழுக்குறிகளை அறிந்து கொள்வதற்குத் தனிப் பயிற்சி வேண்டும். இல்லையேல் அவர்களின் நூற்களைப் பயின்றறிவது கடினம்.

மூலமாம் குளத்திலே முளைத்தெழுந்த கோரையை
காலமே எழுந்திருந்து நாலுகட்டு அறுப்பிரேல்
பாலனாகி வாழலாம் பரப்பிரமம் ஆகலாம்
ஆலம் உண்ட கண்டர்பாதம் அம்மைபாதம் உண்மையே.[91]

என்பது ஒரு சித்தர் பாடல். இப்பாடலில் பயின்று வந்துள்ள சொற்களிலோ, சொற்களைச் செய்யுளாக அமைத்துக் கூறியுள்ள நடையிலோ ஒன்றும் கடினம் இல்லை. இப்பாடலுக்குச் சாதாரணமாக, "மூலம் என்னும் குளத்தில் வளர்ந்துள்ள கோரைப் புற்களைக் காலையில் எழுந்திருந்து நான்கு கட்டுகள் அறுத்தால், இளமையோடு வாழ்வது மட்டுமல்லாமல் பரம்பொருளும் தாமேயாகலாம்; இது ஆலம் உண்ட நீலகண்டன் மற்றும் அம்மையின் மீது ஆணையாக உண்மையேயாம்'' என்ற பொருளையே தருகிறது. ஆனால் இதன் உண்மையான பொருள், "மூலாதாரத்தில் இருக்கும் குண்டலினி என்னும் உயிர்ப்பைப் பிராணாயாமத்தின் மூலம் சுழுமுனை என்னும் நெற்றிக்கண்ணில் (புருவ மத்தி) பொருத்தி, அவ்வாறு பொருத்துவதன் மூலம் உண்டாகும் அமுதப்பாலைப் பருகினால் மரணமிலாப் பெருவாழ்வு – சித்தி – கிடைக்கும்" என்பதாகும். அதாவது தன்னுடைய உயிர்ப்பை – சுவாசத்தைத் தன்னுளே அடக்கி, தன்னுள் இருக்கும் இறைமையை அறிந்து, பேரின்பப் பெரு வெளியில் மூழ்கவேண்டும் என்ற ஞான சித்தர் மரபையே இப்பாடல் உணர்த்துகிறது. இப்பாடல் யாக்கப்பட்ட முறை எளிமையாகத் தோன்றினாலும், இதில் சொல்லப்பட்ட கருத்து, குறியீட்டின் வாயிலாக, இருள்மை நிலையில் வைக்கப்பட்டுள்ளதால் இதன்பொருள் அவ்வளவு இலகுவில் பிடிபட்டு

விடக் கூடியதன்று. இதனையே 'ஏமாற்றும் எளிமை'[92] என்பர். சித்தர் பாடல்கள் பெரும்பான்மையும் இவ்வகையில் அமைந்தனவே.

குறியீட்டியிலானது இரண்டு வகைப்பட்டதாகக் காணப்படுகிறது. இவற்றுள் ஒன்று மானிடப்பக்கம் சார்ந்தது. மற்றது மனம் கடந்தது – அமானுடப்பக்கம் சார்ந்தது.[93] இவ்விரு வகைகளுள் சித்தர்கள் கையாண்ட குறியீடு மனங்கடந்த குறியீட்டியலாகும். புறப்பொருள் உலகம் (Objective world) நிலையில்லாதது, உண்மையற்றது; கண்களால் காணவியலாத முழுப்பொருளின் (பரம்பொருளின்) பிரதிபலிப்பே இவ்வுலகம். அதாவது விரிந்ததொரு நிறை உலகம் – இலட்சிய உலகம் நுண்மை நிலையில் இயங்குகிறது. நிறைவில்லாத இவ்வுலகு அதன் பிரதியாக உள்ளது என்பது மனங்கடந்த அல்லது அமானுடப் பக்கம் சார்ந்த குறியீட்டாளர்களின் கொள்கை.[94] இந்த "உள்ளிருப்பதும், நிலையானதுமான உண்மையைக் குறிப்பின் வழியேதான் உணர்த்த முடியும்"[95] என்பது இவர்களின் வாதம். சித்தர்களின் இலக்கியக் கொள்கையும் இதுவே தான். இக்கருத்தை மனதிற்கொண்டு அணுகினால், சித்தர்களின் பாடல்களில் பயின்று வந்துள்ள குழுக்குறிகளும் இருள்மைத் தன்மையும் தர்க்கப் பொருத்தமானவையே என்பது விளங்கும்.

நவீனக் குறியீட்டாளர்கள் கூறும் 'குறியீட்டியல் கவிதைகள் இசையோடு நெருங்கிய தொடர்புடையன, யாப்பு மீறுவன'[96] என்ற வரையறைகளும் சித்தர் பாடல்களுக்கு மிகவும் பொருந்தியுள்ளன.

நந்தவனத்திலோ ராண்டி – அவன்
நாலாறு மாதமாய்க் குயவனை வேண்டிக்
கொண்டுவந்தானொரு தோண்டி – மெத்தக்
கூத்தாடிக் கூத்தாடிப் போட்டுடைத்தாண்டி.[97]

என்ற பாடலைக் கேட்டாலோ, படித்தாலோ தன்னிச்சையாகத் 'தந்தன, தந்தன, தான–தன' என்ற மெட்டில் கைத்தாளம் போடத் தோன்றும். இப்பாடலை இசை நயத்தோடல்லாது வெறும் செய்யுளாக உணர முடியாது. இது இசையோடு இரண்டறக் கலந்ததாகும். சித்தர் பாடல்கள் பெரும்பான்மையும் இவ்வாறு அமைந்தனவே. நவீனக் குறியீட்டாளர்கள், தங்களது சுற்றுச் சூழல் மீதும், நடுத்தர வகுப்பாரின் ஒழுக்க நிலை மீதும் ஏளன உணர்ச்சி கொண்டு சாடினர்[98] என்பது போலவே சித்தர்களும் தம் சுற்றுச் சூழலை வெறுத்து, ஒதுங்கி வாழ்ந்தவர்கள்தாம்; வேதாகம வைதீகர்களின் ஒழுகலாறுகளை எள்ளி நகையாடியவர்தாம். ஆனால் நவீனக் குறியீட்டாளர்களைப் போல மனித இனத்தின் மீது வெறுப்போ, துயரவாதம் (Sadism), காமவெறி முதலிய வக்கிர புத்தியோ[99] கொண்டவர்கள் அல்லர். சித்தர்கள்

மனித நேயம் மிக்கவர்கள், மனித குல உய்விற்காகப் பாடுபட்டவர்கள் என்ற வகையில் நவீனக் குறியீட்டாளர்களிடமிருந்து பெரிதும் வேறுபடுகின்றனர்.

சித்தர் இலக்கியம் பற்றிக் குறிப்பிட்டுச் சொல்ல வேண்டிய மற்றுமொரு செய்தி, இவ்விலக்கியத்தில் உணர்வுக்கு மிகுதியும் இடமில்லை. புதுக்கவிதை களைப் போல அறிவுபூர்வமாகக் கருத்தை நறுக்கெனத் தெரிவிப்பனவாகும். இவ்வகை இலக்கியத்தில் உணர்வுச் சித்திரிப்பைவிடச் சிந்தனைச் செறிவே மிகுதி.

சித்தர் அறிவியல்

தமிழர்களின் ஆன்மசக்தி, ஞானச் செருக்கு ஆகியவற்றின் நிலைக்களமாக இருப்பவை சித்தர் வாக்குகள்,[100] திராவிடர்களின் விஞ்ஞான முறையை வளர்த்தவர்கள் சித்தர்கள்[101] என்றெல்லாம் சித்தர்கள் போற்றப்படுகின்றனர். இப்போற்றுதல்கள் சித்தரைப் பற்றிய மிகையான கருத்துகள் அல்ல. சித்தர் மரபிலே காய சித்தியைப் பற்றிச் சிந்தித்த சித்தர்களே உடலை அழியாமல் பாதுகாத்து, மரண மில்லாப் பெருவாழ்வு வாழ்வதை ஒரு தனி அறிவியல் முறையாகவே வளர்த் தெடுத்துள்ளனர். எனவே 'சித்தர் அறிவியல்' என்ற இப்பகுதி, காய சித்தர்களின் பங்களிப்பைப் பற்றியது, ஞான சித்தர்களைப் பற்றியதன்று.

காய சித்தர்கள் உடலைப் பேணுவதற்கு மூலிகைகளையும், உலோகத் தாதுக்களையும் நுணுகி ஆராய்ந்துள்ளனர். இவ்வாராய்ச்சியின் விளைவாக வளர்ந்து வந்த மருத்துவ முறையானது தமிழ் நாட்டுச் சித்தர்களின் தனி முறையாகவே, 'சித்த மருத்துவம்' என்ற பெயரில் வழங்கி வருகிறது. மூலிகைகளிலிருந்தும் உலோகத் தாதுக்களிலிருந்தும் பெறப்பட்ட மருந்தை உரிய காலத்தில், உரிய முறையில் பயன்படுத்துவதற்குப் பருவங்கள் பற்றிய அறிவும் தேவை. இதனை யொட்டி வானியல் பற்றிய அறிவு சித்தர்களிடையே வளரலாயிற்று. சித்த மருத்துவத் தோடு தாவரவியல், நிலவியல், உடலியல், இரசாயனம் ஆகிய அனைத்தும் தொடர்புடையனவாகையால், தமிழகத்தில் இவ்வறிவியல் துறைகளும் சித்தர் களாலேயே வளர்க்கப்பட்டுள்ளன. இவற்றோடு சித்தர்கள் இரசவாத முறையையும் தங்கள் மருத்துவத்தில் பெருமளவிற்குப் பயன்படுத்தி வந்துள்ளனர். எனவே தமிழகத்தின் மரபு முறை அறிவியல் துறைகளுக்கு எல்லாம் மூலவர்கள் சித்தர்கள் தான் எனில் மிகையாகாது.[102]

சித்தர்களின் அறிவியல் துறைகள் மக்களிடையே விரிவாகப் பரவி, தொடர்ந்து வளர்க்கப்படவில்லை என்பதும் உண்மைதான். அதற்குக் காரணம் சித்தர்கள் தமது

காலத்துச் சாதி, சமயப் பாகுபாடுகள், வேதாகமச் சாத்திரங்கள், வைதீகப்பற்று, மூட நம்பிக்கைகள், உருவ வழிபாடு முதலியவற்றை எதிர்த்தனர். அதன் விளைவாகப் பழமைவாதிகளின் எதிர்ப்புக்கு ஆளாக வேண்டி இருந்தது. அரசியல் செல்வாக்கும் சமூக மதிப்பும் பெற்றிருந்த மேல் தட்டு மக்களால் மாந்திரீகர்களாகவும் பித்தர்களாகவும் நிந்திக்கப்பட்டும் சமூகத்திலிருந்தே புறக்கணிக்கவும் பட்டார்கள். அவர்களுடைய அறிவியல் பரிசோதனைகள் மாயாசால வித்தைகளாகத் திரித்துக் கூறப்பட்டன. எனவே சித்தர்கள் சமூகத்திலிருந்து ஒதுங்கியும் ஒதுக்கப்பட்டும் வாழ வேண்டியதாயிற்று. அவர்களுடைய அறிவியல் துறைகளும் வளர்ச்சியடையாது போயிற்று. [103]

எப்படியாயினும் சித்தர்கள் கலை (இலக்கியம்), அறிவியல் ஆகிய இரு துறைகளிலுமே தமிழர்களுக்கு அளித்துள்ள பங்களிப்பு குறைத்து மதிப்பிடக் கூடியதன்று. கலைப் பிரிவில் சித்தர் பாடல்கள் (ஞான சித்தர்கள்) ‘சித்தர் இலக்கியம்’ என்ற தனி வகையாக விளங்குவது போலவே, அறிவியல் துறையில் அவர்களுடைய (காய சித்தர்கள்) மருத்துவ முறை, ‘சித்த மருத்துவம்’ என்ற தனி முத்திரையுடன் அமைந்துள்ளது. சர்வதேச அளவில் வழங்கி வரும் ஆயுர்வேத முறை, யுனானி முறை, அலோபதி முறை, ஹோமியோபதி முறை, அக்குப்பஞ்சர் முறை முதலிய மருத்துவ முறைகளைப் போல, சித்த மருத்துவ முறையும் ஒரு தனி மருத்துவ முறையாக வழங்கி வருகிறது என்பதும் குறிப்பிடத்தக்க தொன்றாகும்.

சான்றாதாரங்கள்

குறிப்பு : இக்கட்டுரையில் எடுத்தாளப்பட்டுள்ள சித்தர் பாடல்கள் யாவும் அரு. ராமநாதன் பதிப்பித்துள்ள "சித்தர் பெரிய ஞானக் கோவை என வழங்கும் சித்தர் பாடல்கள்" என்ற நூலிலிருந்தேயாகும்.

1. பாம்பாட்டிச் சித்தர் பாடல் – 14.
2. கைலாயக் கப்பளிச் சட்டை முனி நாயனார் ஞானப் பாடல்கள் – 43,44.
3. இரா. மாணிக்கவாசகம், நம் நாட்டுச் சித்தர்கள், ப.40.
4. ஸ்வாமி சிவானந்த பரமஹம்ஸர், சித்த வேதம், ப.26.
5. கலைக் களஞ்சியம், தொகுதி–4, ப.643.
6. மேற்படி, ப.643.
7. திருமந்திரம், 1490.
8. கொங்கண நாயனார் வாலைக் கும்மி–74; சட்டை முனி ஞானம்–1; இராமதேவர் பூஜா விதி–3; கருவூரார் பூஜா விதி–18.
9. அகஸ்தியர் ஞானப்பாடல்கள், ஞானம் –2–5.
10. பத்திரகிரியார் மெய்ஞானப் புலம்பல்–155.
11. கலைக் களஞ்சியம், தொகுதி–4, ப.645.
12. வி. பலராமய்யா, சித்தர் மெய்ப்பொருள், பக்.8,9.
13. எம்.பி. தங்கவேலு, "தமிழகமும் சித்த வைத்தியமும்", இரண்டாவது உலகத் தமிழ்க் கருத்தரங்கு நிகழ்ச்சிகள். (பதி.) வி.ஐ. சுப்பிரமணியம், ப.141.
14. க. கைலாசபதி, ஒப்பியல் இலக்கியம், ப.211.
15. கலைக் களஞ்சியம் தொகுதி–4, ப. 643.
16. Swami Advayananda Saraswathi, Eighteen Siddhars and the Dark God with 18 steps.
17. இரா. மாணிக்கவாசகம், நம் நாட்டுச் சித்தர்கள், பக்.108, 109.
18. சே.பிரேமா, சித்த மருத்துவத் தொகையகராதி, பக். 39-45.

19. அரு. ராமநாதன் பதிப்பித்துள்ள சித்தர் பெரிய ஞானக்கோவை என வழங்கும் சித்தர் பாடல்கள் என்ற நூலில் உள்ள 'ஞானசர நூல்', 'சிவானந்த போதம்', 'காயக் கப்பல்', முதலிய நூல்களை இயற்றியவர் யார் எனத் தெரியவில்லை.

20. கைலாயக் கம்பளிச் சட்டைமுனி நாயனார் பாடல்கள்– பின் ஞானம் நூறு – 84, 91.

21. கலைக் களஞ்சியம் தொகுதி–4, ப.645.

22. A. Shanmuga Velan, Siddhar's Science of Longevity and Kalpa Medicine of India, P.18.

23. பெரியபுராணம் – "திருமூல நாயனார் புராணம்".

24. மு. அருணாசலம், தமிழ் இலக்கிய வரலாறு – 14ஆம் நூ.ப.340.

25. K. Satchidandamurthy, Philosophy in India, P.65.

26. மா. இராசமாணிக்கனார், பல்லவர் வரலாறு, ப. 271.

27. இது மு. அருணாசலம் அவர்களின் தமிழ் இலக்கிய வரலாறு, 14.,15,16ஆம் நூற்றாண்டு தழுவியது.

28. சித்தர்கள் 'ஞான சித்தர்' அல்லது 'யோக சித்தர்' மற்றும் 'காய சித்தர்' என இருவகைப்பட்டவர்கள் என்ற செய்தி இக்கட்டுரையில் 'சித்தர் மரபு' என்ற தலைப்பில் விளக்கப்பட்டுள்ளது.

29. சிவவாக்கியர் பாடல்–33.

30. மேற்படி, 38.

31. பாம்பாட்டிச் சித்தர் பாடல்–98.

32. A.V. Subramania Iyer,. The Poetry and the Philosophy of the Tamil Siddhars, P.83.

33. க. கைலாசபதி, ஒப்பியல் இலக்கியம், பக். 196,197.

34. வி. பலராமய்யா, சித்தர் மெய்ப்பொருள், ப.21.

35. க. கைலாசபதி, ஒப்பியல் இலக்கியம், ப.212.

36. A. Shanmuga Velan, Siddhar's Science of Longevity and Kalpa Medicine of India, P.18.

37. திருமந்திரம், 1823.

38. மேற்படி, 1459.

39. மேற்படி, மூன்றாந் தந்திரம்.

40. மேற்படி, 724.

41. மேற்படி, 148.

42. அ) இராமலிங்க முதலியார் பதிப்பு – 1899.

ஆ) வா. சரவணமுத்துப் பிள்ளைப் பதிப்பு – 1904.

இ) இ. ராம. குருசாமிக் கோனார் பதிப்பு – 1914.

ஈ) வித்தியாரத்நாகர அச்சுக்கூடப் பதிப்பு – 1933.

உ) இரத்தினநாயகர் & சன்ஸ் பதிப்பு – 1938.

ஊ) மே. வீ. வேணுகோபாலப் பிள்ளை, எம்.ஆர். அப்பாதுரை பதிப்பு – 1947.

எ) அரு. ராமநாதன் பதிப்பு – 1959.

ஏ) அரம்பேடு சிவப்பிரகாச முதலியார் பதிப்பு–1967.

ஐ) த. கோவேந்தன் பதிப்பு – 1976.

ஒ) ச. மெய்யப்பன் பதிப்பு – 1987.

ஓ) ஸ்ரீரங்கம் சித்தர் பதிப்பு – 1990.

ஔ) வளர்மதி பதிப்பு – 1992.

க) எஸ்.பி. ராமச்சந்திரன் பதிப்பு – 1995.

43. மு. அருணாசலம், தமிழ் இலக்கிய வரலாறு– 16ஆம் நூ. பாகம்–3, ப.227.

44. அரு. ராமநாதன் பதிப்பில் இடம்பெற்றுள்ள "பீருமுகமது ஞானரத்தினக் குறவஞ்சி", அருணாசல குருவின் "நிஜானந்த போதம்" முதலிய நூல்களும் ஸ்வாமி சிவானந்த பரமஹம்சர் இயற்றியுள்ள சித்த வேதம் என்ற நூலும் இக்கருத்தினையே வலியுறுத்துகின்றன.

45. சிவவாக்கியர் பாடல் – 4.

46. ஸ்வாமி சிவானந்த பரமஹம்சர், சித்த வேதம், ப.54.

47. பத்திரகிரியார் மெய்ஞ்ஞானப் புலம்பல்–1.

48. பீருமுகமது ஞானரத்தினக் குறவஞ்சி – 61.

49. மு. அருணாசலம், தமிழ் இலக்கிய வரலாறு, 15ஆம் நூ.ப.317.

50. R. Venkatraman, A History of the Tamil Siddha Cult, pp.7-8.

51. அட்டமா சித்தி என்பன :

அணிமா – சிறியதாதல், மகிமா–பெரியதாதல், கரிமா–கனமானதாதல், லகிமா–இலேசானதாதல், பிராத்தி–எங்கும் சஞ்சரித்தல், பிரகாமியம்–கூடுவிட்டு .டுபாய்தல், ஈசத்துவம்–எல்லாவற்றையும் இயக்குதல், வசித்துவம்–உ னத்தையும் தன் வசமாக்குதல்.

52. திருமந்திரம்– மூ ன்றாந் தந்திரம்.

53. பாம்பாட்டிச் சித்தர் – 25.

54. மேற்படி–28.

55. மேற்படி–31.

56. மேற்படி–32.

57. தாயுமானவர் பாடல்கள் – “சித்தர் கணம்”, “தேசோமயானந்தம்”.

58. பரஞ்சோதி முனிவர், திருவிளையாடற் புராணம் – “எல்லாம்வல்ல சித்தரான படலம்”, “அட்டமா சித்தி அருளிய படலம்”.

59. இரா. மாணிக்கவாசகம், நம்நாட்டுச் சித்தர்கள், ப.64.

60. ஆ. பாலகிருஷ்ண பிள்ளை (பதி.), திருவருட்பா உபதேசப் பகுதி, ப.134.

61. சிவவாக்கியர் பாடல்–31.

62. இக்கருத்து, இக்கட்டுரையின் ‘சித்தர் வரலாறு’, என்னும் பகுதியில் விளக்கப்பட்டுள்ளது.

63. இரா. மாணிக்கவாசகம், நம் நாட்டுச் சித்தர்கள், ப.119.

64. இலங்கையில் இருபதாம் நூற்றாண்டிலும் சித்தர்கள் வாழ்வதாகவும், தாமே சித்தரிடம் ஆசி பெற்றதாகவும் நா. முத்தையா என்பவர் ‘ஈழத்துச் சித்தர்கள்’ என்ற தம் நூலில் பல இடங்களில் குறிப்பிட்டுள்ளார். தமிழகத்திலும் இதே நிலைதான். சித்தர் மெய்ப்பொருள் என்ற நூலை எழுதிய வி.பலராமய்யாவும் சித்தரிடம் ஆசி பெற்றதாகக் கூறியுள்ளார். ‘சித்தர்கள்’ என்ற நூலின் ஆசிரியரான கே.ஆர்.பசுபதி என்பவரின் முன்னோர்கள் சித்தர் மரபைச் சேர்ந்தவர்கள் எனக் குறிப்பிட்டுள்ளார்.

65. சிவவாக்கியர் பாடல்–31.

66. மேற்படி, 68.

67. நிஜானந்த போதம்– ப.459.

68. திருமந்திரம்– 2104.

69. M. Arunachalam, "Medieval Literature - The Later period 1250-1850 A.D." , Proceedings of the Fifth International Conference Seminar of Tamil Studies, Vol.I, P.7b-10.

70. சிவவாக்கியர் இறைவனை ஆலமுண்ட கண்டனாகவும் (14ஆம் பாடல்), மாதொரு பாகனாகவும் (19ஆம் பாடல்), அம்பலத்தில் ஆடுபவனாகவும் (34ஆம் பாடல்) குறிப்பிடுகின்றார். பிற சித்தர்களும் இவ்வாரே பல இடங்களில் குறிப்பிட்டுள்ளனர்.

71. சாமி. சிதம்பரனார், சித்தர்கள் கண்ட விஞ்ஞானம் – தத்துவம், ப.50.

கே.ஆர். பசுபதி, சித்தர்கள், ப.2.

72. க. கைலாசபதி, ஒப்பியல் இலக்கியம், ப.187.

73. பட்டினத்தார் ஞானம், 70.

74. கணபதிதாசர் நெஞ்சறிவிளக்கம்–3.

75. பட்டினத்தார் திருப்பாடல் திரட்டு–பொது–16.

76. இயக்கவியல் பொருள் முதல் வாதமும் வரலாற்றுப் பொருள் முதல் வாதமும் (தொடக்க நூல்), ப.22.

77. ஸ்வாமி சிவானந்த பரமஹம்ஸர், சித்த வேதம், ப.27.

78. இப்பதிப்பு விவரம் 41ஆவது குறிப்பில் தரப்பட்டுள்ளது.

79. இந்நூலில் பட்டினத்தார், பத்திரகிரியார், சிவவாக்கியர், பாம்பாட்டி, இடைக்காடர், அகப்பேய், குதம்பை, கடுவெளி, அழுகனி, கொங்கனர், பீருமுகமது, மதுரை வாலைசாமி, சேஷயோகி, சட்டை முனி, திருவள்ளுவர், கணபதி தாசர், அகஸ்தியர், உரோமரிஷி, திருமூல நாயனார், சுப்பிரமணியர், வால்மீகர், நந்தீஸ்வரர், இராமதேவர், கருவூரார், கைலாயக் கம்பளிச் சட்டை முனி நாயனார், காகபுசுண்டர், சூரியானந்தர், பூரணானந்தர், இராமலிங்கர், குருஞான சம்பந்த சாமிகள், அருணாசல குரு முதலியவர்களின் பாடல்கள் தொகுக்கப்பட்டுள்ளன. இதுவல்லாமல் "ஞானசர நூல்", "சிவானந்த போதம்", "காயக் கப்பல்", முதலியன ஆசிரியர் பெயர் தெரியாத நூற்களாகச் சேர்க்கப்பட்டுள்ளன.

80. "சித்தர் கணம்", "தேசோமயானந்தம்" என்னும் தலைப்புகளில் அப்பாடல்கள் அமைந்துள்ளன.

81. மு. அருணாசலம், தமிழ் இலக்கிய வரலாறு – 14ஆம் நூ. ப.339.

82. --------. தமிழ் இலக்கிய வரலாறு–16ஆம் நூ. பாகம் 3, ப.233.

83. சி.கோ. தெய்வநாயகம், சித்தர் சிந்தனைகள், ப.62.

84. "கொங்கண நாயனார் வாலைக் கும்மி", "மதுரை வாலைசாமி ஞானக் கும்மி".

85. "சேஷ யோகியார் ஞான ஏற்றம்".

86. பட்டினத்தாரின் "அருட் புலம்பல்", பத்திரகிரியாரின் "மெய்ஞானப் புலம்பல்".

87. குதம்பைச் சித்தர் பாடல் – 28.

88. சு. சண்முகசுந்தரம், நாட்டுப்புற இலக்கியத்தின் செல்வாக்கு, பக்.35–38.

89. Charles E. Gover, The Folk Songs of Southern India, PP.147-177.

90. Encyclopaedia Britannica Vol. 12, P.787.

91. சிவவாக்கியர் பாடல் – 150.

92. இரா. மாணிக்கவாசகம், நம்நாட்டுச் சித்தர்கள்– ப.250.

93. ஆரார், சிம்பலிசம், ப.64.

94. மேற்படி, ப.64.

95. மேற்படி, ப.66.

96. மேற்படி, பக்.67,68.

97. கடுவெளிச் சித்தர் பாடல்–4.

98. ஆரார், சிம்பலிசம், ப.69.

99. மேற்படி, ப.69.

100. கே.ஆர். பசுபதி, சித்தர்கள், அ.வெ.ர. கிருஷ்ணசாமி என்பவரின் பதிப்புரை.

101. வி. பலராமய்யா, சித்தர் மெய்ப்பொருள், ப.3.

102. க. கைலாசபதி, ஒப்பியல் இலக்கியம், ப.196.

103. மேற்படி, பக். 196–197.

துணைநூற் பட்டியல்

தமிழ்

1. அம்புஜம்மாள், எஸ். பகவான் ஸ்ரீ காரைச் சித்தர். சென்னை : சித்தாஸ்ரமம், 1961.
2. அரவிந்தன், மு.வை. சித்தர்கள் ஓர் அறிமுகம். சென்னை : மணிவாசகர் பதிப்பகம், 1987.
3. அருணாசலம், ப. திருமந்திரக் கோட்பாடு. மறுபதிப்பு, சென்னை : பாரி புத்தகப் பண்ணை, 1983.
4. அருணாசலம், மு. தமிழ் இலக்கிய வரலாறு. திருச்சிற்றம்பலம்: காந்தி வித்தியாலயம், 14, 15ஆம் நூ. 1969; 16ஆம் நூ.பாகம் 3, 1976.
5. அன்னி மிருதலகுமாரி தாமசு."சித்தர் பாடலின் சில செய்யுள் வடிவங்கள்", எட்டாவது கருத்தரங்கு ஆய்வுக் கோவை, தொகுதி.1. பதி. ச. அகத்தியலிங்கம் & தா.ஏ. ஞானமூர்த்தி. அண்ணாமலை நகர்: இந்தியப் பல்கலைக் கழகத் தமிழாசிரியர் மன்றம், 1976.
6. ஆரார். சிம்பலிஸம். திருப்புத்தூர்: அறிவகம். 1982.
7. இயக்கவியல் பொருள் முதல் வாதமும் வரலாற்றுப் பொருள் முதல் வாதமும் (தொடக்க நூல்). மாஸ்கோ : முன்னேற்றப் பதிப்பகம், 1978.
8. இரகுநாதன் சி.அ. கஞ்சமலை சித்தர். சென்னை: முத்தமிழ் நிலையம், 1947.
9. இரத்தின நாயகர் அண்டு சன்ஸ் பதிப்பு. பதினெண் சித்தர் பெரிய ஞானக் கோவை, மறுபதிப்பு, சென்னை : 1951.
10. இராசமாணிக்கனார், மா. பல்லவர் வரலாறு. சென்னை: கழகம், 1944.
11. இராசேந்திரன், அ. "போகர்", ஏழாவது கருத்தரங்கு ஆய்வுக் கோவை, தொகுதி–2. பதி. ச. அகத்தியலிங்கம், ம. ப. அண்ணாமலை நகர் : இந்தியப் பல்கலைக் கழகத் தமிழாசிரியர் மன்றம், 1975.
12. இராமலிங்கம், அரங்க. திருக்குறளில் சித்தர் நெறி. சென்னை: தேன் மழைப் பதிப்பகம். 1994.
13. இளங்குமரன், இரா. சித்தர் பாடல்கள் : சிவவாக்கியர். சென்னை : கழகம், 1984.
14. --------. சித்தர் பாடல்கள் : குதம்பைச் சித்தர், சென்னை : கழகம், 1987.

15. இளமதி, சு. (சானகிராமன்). "சித்தர்கள் காட்டும் குரு", பதினைந்தாவது கருத்தரங்கு ஆய்வுக்கோவை, தொகுதி – 3. பதி. ச. அகத்தியலிங்கம். ம.ப. அண்ணாமலை நகர் : இந்தியப் பல்கலைக் கழகத் தமிழாசிரியர் மன்றம், 1983.

16. -------. "கொங்கணரும் குறியீடும்", பதினாறாவது கருத்தரங்கு ஆய்வுக் கோவை, தொகுதி–3. பதி. ச. அகத்தியலிங்கம். ம.ப. அண்ணாமலை நகர்: இந்தியப் பல்கலைக் கழகத் தமிழாசிரியர் மன்றம், 1984.

17. -------. "சித்தர்களின் அறிவியல் கருத்துக்கள்", இரண்டாம் கருத்தரங்கு – தமிழ் இலக்கிய ஆய்வுக் கோவை, தொகுதி–1. பதி.ச. அகத்தியலிங்கம். & சோ. ந. கந்தசாமி. தஞ்சாவூர் : அனைத்திந்தியத் தமிழ் இலக்கியக் கழகம், 1988.

18. ----. சித்தர்களின் சிந்தனைகள். புதுச்சேரி : 1991.

19. கமலக்கண்ணன், பா. சித்தர் நூல்களில் அகத்தியர், திருவள்ளுவர் வரலாறு. சென்னை: வானதி பதிப்பகம், 1993.

20. கருப்பையா, பழ. பட்டினத்தார் ஒரு பார்வை, சென்னை: மணிவாசகர் பதிப்பகம், 1998.

21. கல்யாணசுந்தரம், திரு. வி. சித்த மார்க்கம், சென்னை: சாது அச்சுக்கூடம், 1954.

22. கன்னியப்பன், சிவ. சித்தர் பாடல்கள் திரட்டும் உரையும். சென்னை : முல்லை நிலையம், 1997.

23. காயாரோகணம், பா. சொ. "சித்தர் இலக்கியம்", வானவில். பதி. இரா. குமர வேலன், ம.ப. மறுபதிப்பு, சென்னை : 1989.

24. குணா. தமிழர் மெய்யியல். சென்னை:1980.

25. குப்புசாமி முதலியார், க.ந. சித்த மருத்துவம். சென்னை : அரசாங்க வெளியீடு, 1954.

26. குருசாமிக் கோனார், இ. ராம. பதி. வைத்திய வாத யோக ஞான சாஸ்திரத் திரட்டு. மதுரை: 1914.

27. கேசவப் பிள்ளை, பி. சித்தர் காப்பியம். திருநெல்வேலி : 1982.

28. கைலாசபதி, க. ஒப்பியல் இலக்கியம். சென்னை : நியு செஞ்சுரி புக் ஹவுஸ், 1969.

29. கோவேந்தன், த. பதி. சித்தர் பாடல்கள். சென்னை: பூம்புகார் பிரசுரம், 1976.

30. சண்முகசுந்தரம், சு. நாட்டுப்புற இலக்கியத்தின் செல்வாக்கு. சிதம்பரம் : மணிவாசகர் பதிப்பகம், 1980.

31. சரவணமுத்துப் பிள்ளை, வா. பதி. பதினெண் சித்தர் அருளிய பெரிய ஞானக் கோவை. மறுபதிப்பு, சென்னை : 1939.

32. சாமி, A.A. சித்த விஞ்ஞானம். பெரம்பலூர் : சித்த விஞ்ஞானக் கழகம், 1982.

33. சாரங்கபாணி, A.R. சித்தர் நெறி (2 பாகங்கள்). சென்னை: மணிவாசகர், பதிப்பகம், 1997.

34. சிதம்பரனார், சாமி, சித்தர் கண்ட விஞ்ஞானம் – தத்துவம். சென்னை:இலக்கிய நிலையம், 1961.

35. சிவப்பிரகாச முதலியார், அமரம்பேடு. பதி. பதினெண் சித்தர்கள் பாடல். சென்னை: 1967.

36. சிவானந்த பரமஹம்சர், ஸ்வாமி. சித்த வேதம். கோயம்புத்தூர்: 1928.

37. சுப்பிரமணியன், சக்தி பி. நெல்லை மாவட்டச் சித்தர்கள். சென்னை: கழகம், 1995.

38. சோமு, மீ.ப. சித்தர் இலக்கியம் – ஆய்வு நூல். அண்ணாமலை நகர்: அண்ணாமலைப் பல்கலைக் கழகம், பகுதி 1 & 2, 1988; பகுதி 3, 1989.

39. ஞானி. மார்க்சியமும் தமிழ் இலக்கியமும். கோவை : பரிமாணம் வெளியீடு, 1988.

40. தங்கவேலு, எம்.பி. "தமிழகமும், சித்த வைத்தியமும்", இரண்டாவது உலகத்தமிழ்க் கருத்தரங்கு நிகழ்ச்சிகள். பதி. வி.ஐ. சுப்பிரமணியம். சென்னை : 1971.

41. தெய்வநாயகம்,சி.கோ. சித்தர் சிந்தனைகள். சிதம்பரம் : மணிவாசகர் பதிப்பகம், 1984.

42. நாராயணன், க. சித்தர் தத்துவம். மறுபதிப்பு, சென்னை : தமிழ் புத்தகாலயம், 1990.

43. பசுபதி, கே.ஆர். சித்தர்கள். திருச்சி: 1990.

44. பரமகுரு, பொன். நான் கண்ட சித்தர்கள். சென்னை : வானதி பதிப்பகம்.

45. பலராமையா, வி. அமுத கலசம். சென்னை: அருட்பெருஞ்சோதி பதிப்பகம்.

46. ––––––. சித்தர் மெய்ப்பொருள். சென்னை: 1969.

47. ––––. சாகாக்கலை. சென்னை : 1975.

48. ––––––––. கடவுளும் மோட்சமும். சென்னை : 1976.

49. ––––––––. முப்பு குரு. சென்னை : 1977.

50. பாரடே, மோசஸ் மைக்கேல். தமிழ்ச் சித்தர் பாடல்களும் விவிலியமும் (சமயக் கருத்துக்கள்). சென்னை : சி.எஸ். ஐ. திருச்சபை வெளியீடு, 1999.

51. பாலகிருஷ்ண பிள்ளை, ஆ. பதி. திருவருட்பா உபதேசப் பகுதி. சென்னை : 1959.

52. பிரேமா, சே. சித்த மருத்துவ நூலோதி. தஞ்சாவூர் : தமிழ்ப் பல்கலைக் கழகம், 1988.

53. ––––––. சித்த மருத்துவத் தொகையகராதி. தஞ்சாவூர் : தமிழ்ப் பல்கலைக் கழகம், 1989.

54. மாடசாமி, ச. பாம்பாட்டிச் சித்தர். மதுரை : ஒ வெளியீடு, 1980.

55. மாணிக்கம், மு. "சிவவாக்கியர் தத்துவம்", செந்தமிழ்ச்செல்வி. 59.2 (1984), 65–76.

56. மாணிக்கவாசகம், இரா. திருமந்திர ஆராய்ச்சி சென்னை : அன்னை அபிராமி அருள் வெளியீடு, 1982.

57. ––––––. நம் நாட்டுச் சித்தர்கள். மறுபதிப்பு, சென்னை: அன்னை அபிராமி அருள் வெளியீடு, 1982.

58. ––––. சித்தர்கள் பரிபாஷை அகராதி. மறுபதிப்பு சென்னை : திருமகள் நிலையம், வெளியீடு, 1988.

59. ––––. சித்தர்கள் சொன்னவை. சென்னை : அபிராமி அருள் வெளியீடு, 1985.

60. மாணிக்கவாசகம், ஞா. & இராமலட்சுமணன், பதி. சித்தர் பாடல்கள். சென்னை: உமா பதிப்பகம், 1995.

61. முத்தப்பன், பழ. "சித்தர் தத்துவம்", பதினேழாவது கருத்தரங்கு ஆய்வுக் கோவை தொகுதி–3. பதி. ச. அகத்தியலிங்கம். ம.ப. அண்ணாமலை நகர் : இந்தியப் பல்கலைக் கழகத் தமிழாசிரியர் மன்றம், 1985.

62. முத்தையா, நா. ஈழத்துச் சித்தர்கள். சென்னை : பாரி நிலையம் : 1980.

63. முருகேசன், சி.எஸ். சித்தர்களின் சாகாக் கலை. சென்னை: அழகு பதிப்பகம், 1996.

64. மெய்யப்பன், ச. பதி. சித்தர் பாடல்கள். மறுபதிப்பு, சென்னை : மணிவாசகர் பதிப்பகம், 1991.

65. ராமச்சந்திரன், எஸ்.பி. பதி. சித்தர்கள் வரலாறு கூறும் சதுரகிரித் தலபுராணம். மறுபதிப்பு, சென்னை : தாமரை நூலகம், 1994.

66. -------. பதி. சிவவாக்கியம் 1000. சென்னை : தாமரை நூலகம், 1994.

67. ------. பதி. நாற்பத்தெண் சித்தர்கள் திருவாய் மலர்ந்தருளிய பெரிய ஞானக் கோவை. சென்னை : தாமரை நூலகம், 1995.

68. ----. பதி. யோகஞான சாஸ்திரத் திரட்டு (8 பாகங்கள்). சென்னை : தாமரை நூலகம், 1995–1996.

69. ராமநாதன், அரு. பதி. சித்தர் பெரிய ஞானக் கோவை என வழங்கும் சித்தர் பாடல்கள். மறுபதிப்பு, சென்னை : பிரேமா பிரசுரம், 1986.

70. ராமலிங்க முதலியார். பதி. பெரிய ஞானக்கோவை, சென்னை : 1899.

71. வடிவேலு முதலியார், மா. பதி. சிவவாக்கியர் பாடல் மூலமும் உரையும். சென்னை.

72. வளர்மதி. பதி. பதினெண் சித்தர் பாடல்கள். மறுபதிப்பு, சென்னை : மதி நிலையம், 1992.

73. வித்தியாரத்நாகர அச்சுக்கூடப் பதிப்பு. பதினெண் சித்தர் பெரிய ஞானக்கோவை. சென்னை : 1933.

74. வேணுகோபாலப் பிள்ளை, மே.வீ. & எம்.ஆர். அப்பாதுரை. பதி. சித்தர் பெரிய ஞானக்கோவை. மறுபதிப்பு, சென்னை:1956.

75. வேலன், தா.தி. திருவள்ளுவர் ஒரு சித்தர். சென்னை : 1990.

76. வேலுச்சாமி, கி. "சித்தர்கள் மூச்சோட்டக் கணிப்பு", பதினான்காவது கருத்தரங்கு ஆய்வுக்கோவை, தொகுதி–3. பதி. ச. அகத்தியலிங்கம். ம.ப. அண்ணமாலை நகர் : இந்தியப் பல்கலைக் கழகத் தமிழாசிரியர் மன்றம், 1982.

77. ஜகதீசன், அ. "கடுவெளிச் சித்தர் யோகத்தை அணுகும் முறை", பன்னிரண்டாவது கருத்தரங்கு ஆய்வுக்கோவை, தொகுதி–3. பதி.ச.அகத்தியலிங்கம் & தா.ஏ. ஞானமூர்த்தி. அண்ணாமலை நகர் : இந்தியப் பல்கலைக் கழகத் தமிழாசிரியர் மன்றம், 1980.

78. ஜெகதீசன், ஏ. "சித்தர் சித்தாந்தம்", பதினான்காவது கருத்தரங்கு ஆய்வுக் கோவை, தொகுதி–3. பதி. ச. அகத்தியலிங்கம். ம.ப. அண்ணாமலை நகர் : இந்தியப் பல்கலைக் கழகத் தமிழாசிரியர் மன்றம், 1982.

79. ஜெயா, P. "சித்தர் கூறும் தெய்வங்கள்", ஆறாவது கருத்தரங்கு ஆய்வுக்கோவை, பதி. ச. அகத்தியலிங்கம், ம.ப. அண்ணாமலை நகர் : இந்தியப் பல்கலைக் கழகத் தமிழாசிரியர் மன்றம், 1974.

80. ------. "சித்தர் பாடல்களில் ஐம்புலன்கள்", ஏழவாது கருத்தரங்கு ஆய்வுக்கோவை, தொகுதி–1. பதி. ச. அகத்தியலிங்கம். ம.ப. அண்ணாமலை நகர் : இந்தியப் பல்கலைக் கழகத் தமிழாசிரியர் மன்றம், 1975.

81. ------. "சித்தர் பாடல்களில் முன்னிலைக் கிளவி", எட்டாவது கருத்தரங்கு ஆய்வுக்கோவை, தொகுதி–2. பதி. ச. அகத்தியலிங்கம் & தா. ஏ. ஞானமூர்த்தி. அண்ணாமலை நகர் : இந்தியப் பல்கலைக் கழகத் தமிழாசிரியர் மன்றம், 1976.

82. ஸ்ரீரங்கம் சித்தர். பதி. சித்தர்களின் ஞானப் பாடல்கள் (2 தொகுதிகள்). ஸ்ரீரங்கம் : 1990.

ஆங்கிலம்

1. Advayananda Saraswati, Swami. Eighteen Siddhars and the Dark God with 18 Steps. Madurai : nd.

2. Arunachalam, M. "The poetry and philosophy of Siddhar Sivavakkiyar", Saiva Siddhata. VI. (1971), 8-21;85-94.

3. ________. "The Life and Philosphy of Siddhar Pattinattar", Saiva Siddhata VIII. 2 (1973), 68-77.

4. _____. "The Siddha Cult in Tamilnad", Bulletin of the Institute of Traditional Culture. (1977), 85-117.

5. Buck, David C. "The Snake in the Song of a Sittar", Structuralism in South Indian Studies. Ed. C.Yocum and H. Buck.

6. ______. Dance Shake Dance ! : The Song of Pambatticcittar. Calcutta : Writers Workshop, 1976.

7. _____. "Siddhanta, Siddha and Saiva", Experiencing Siva : Encounters with a Hindu Deity. Ed. Fred W. Clothy and J. Bruce Long. Delhi : Manohar 1983.

8. Encyclopaedia of Britannica Vol. 12 and 17. London : 1979.

9. Ganapathy, T.N. The Philosophy of the Tamil Siddhas. New Delhi : Indian Council of Philosophical Research, 1993.

10. Gover, Charles E. The Folk Songs of Southern India. Rpt. Chennai : Kalkam, 1983.

11. Govindaswamy, M. A Survey of the Sources for the History of Tamil Literature. Annamalai Nagar: Annamalai University, 1977.

12. Kamaliah, K.C. "Sivavakkiyar and Vemana", இலக்கிய ஒப்பாய்வு (Studies in Comparative Literature). Ed. V.M. Gnanaprakasam and K.P. Aravanan. Chennai : 1974.

13. Kandaswamy Pillai, N. History of Siddha Medicine. Chennai : 1979.

14. Karai Siddhar. Golden Lay (காரைச் சித்தர் கனக வைப்பு). Chennai : Siddhars ramam, nd.

15. Lalitha Kameswaran. "A study of Reference to Medicine in Literature in Tamil Nadu", Proceedings of the Second International Conference Seminar of Tamil Studies Vol. I, Ed. R. E. Asher, Chennai: I. A.T. R., 1971.

16. Manickavasagam,R. "Siddhars Mystic Poetry", Literary Heritage of the Tamils. Ed., S.V. Subramanian and N. Ghadigachalam. Chennai : International Institute of Tamil Studies, 1981.

17. Raja, P. "Tamil Siddhas", Journal of the Institute of Asian Studies. VI. 2 (1989), 143-158.

18. ______. and M. Mathialagan. "The Cittar Movement in Tamil Literature". Encyclopaedia of Tamil Literature Vol. I. Chennai : Institute of Asian Studies, 1990.

19. Ramachandra Dikshitar, V.R. Studies in Tamil Literature and History. Chennai : Kalakam, 1930.

20. Ramachandran, C. The Siddha and our Heritage, Palani: 1988.

21. Rama Sastrai, U. V. "The Doctrinal Culture and Tradition of the Siddhas", The Cultural Heritage of India Vol.IV. Ed. Haridas Bhattachariya. Rpt. Calcutta : Sri Ramakrishna Mission, 1983.

22. Satchidanandamurty, K. Philosophy in India. New Delhi : Motilal Banarsidoss, 1985.

23. Shanmuga Velan, A. Siddhar's Science of Longevity and Kalpa Medicine of India. Chennai : 1963.

24. Srirangam Siddhar. The Essence of Siddhar's Poems. (Kakabusandar). Trichy : 1992.

25. Subramania Iyer, A.V. The Poetry and Philosphy of the Tamil Siddhars. Citamparam : Manivacakar Patippakam, 1969.

26. Subramnian, S.V. and V.R. Madavan. ed., Heritage of the Tamils - Siddha Medicine. Chennai : International Institute of Tamil Studies, 1984.

27. Venkatraman, R. A History of the Tamil Siddha Cult. Madurai: Ennes Publications, 1990.

28. Zvelebil, Kamil V. The Smile of Murugan on Tamil Literature of South India. Leiden : E.J. Bril, 1973.

29. _____. The poets of the Powers. London : 1973.

2

மருத்துவ வரலாறு

மரு. ச. முத்தரசன்

உயிர்த் தோற்றம்

அணுவிலிருந்து, நுண்திரள்களாய்க் கூடி, பல்கிப் பெருகி, திரண்டு, உருண்டு பருப்பொருளாய்த் தோன்றிய உயிரினங்கள், தம் பண்பிற்கும் செயலுக்கும் ஏற்றவாறு நாளடைவில், ஓரறிவு முதல் ஆறறிவு உயிர்கள் அனைத்தும் தோன்றி, நின்று நிலைத்து வருகின்றன.

மொழி வரலாறு

ஆதியில் மனிதர்கள் தமது செய்கைகளாலும், உணர்ச்சிகளாலும், ஒலிக்குறிப்புகளாலும், மற்றவர்களுடன் தம் எண்ணங்களைப் பகிர்ந்து கொண்டனர். இன்றும் பறவை, விலங்கு மற்றும் ஈ, எறும்பு போன்றவையும் தமக்குள் ஏதோ பேசிக் கொண்டுதான் இருக்கின்றன. கால மாற்றங்களால் ஒலிக்குறிப்பிலிருந்து ஒலியும், ஒலியிலிருந்து மொழியும், மொழியின் குறியே எழுத்தாகவும் பரிணமித்தன. மொழியின் கரு ஒலியே. ஒலியின் சங்கமங்களின் தொகுதி சங்கீதமாகிறது. கீதத்தின் வித்து நாதமே. நாதமே அனைத்திற்கும் கரு என்பது மறுக்க முடியாத உண்மை. "ஓங்காரமாய் விளங்கும் நாதம்" என்பதால் இதனை அறியலாம். "ஓம்" எனும் சொல்லே உலகத் தோற்ற, ஒடுக்கத்துக்குக் காரணமாக இறைவனைக் குறிப்பது என்பர் அறிஞர்.

உலகத் தோற்றம்

உலகமும் அதிலுள்ள பொருள்களும், ஐம்பெரும் பொருள்களால் ஆக்கப்பெற்று (ஆக்கல்), ஒருங்கே தோன்றி, நிலைத்து (நிலைபெற்று) (அளித்தல்–காத்தல்), ஒருங்கே அழியும் என்று கூறுவர். உலகில் உள்ள எவ்வுயிரும், எப்பொருளும் நிலைபெற்று இருப்பதில்லை. இவ்வொடுக்கமும் தோற்றமும், உயிரும், பொருளும் அழிவின்றி உருமாறி வருவதாகக் கொள்ளலாம்.

மருத்துவம் என்று தோன்றியது என்பதை அறியுமுன், இவ்வுலகம் என்று தோன்றியது என்பதை அறிதல் இன்றியமையாதது. இவ்வுலகம் பன்னெடுங் காலமாக உயிரினங்களின் தோற்றத்திற்கு முன்னதாகவே இயங்கி வருகிறது. எனவே உலக வரலாற்றை :

1. உயிரினம் தோன்றாத உலகம்
2. முதல் உயிரினம் தோன்றிய உலகம்
3. இரண்டாவது உயிரினம் தோன்றிய உலகம்
4. பல்வகை உயிரினம் தோன்றிய உலகம்
5. பறவை உயிரினம் தோன்றிய உலகம்
6. விலங்கு உயிரினம் தோன்றிய உலகம்
7. மனித உயிரினம் தோன்றிய உலகம்

என ஏழு வகைகளாகப் பிரிக்கலாம்.

1. உயிரினம் தோன்றாத உலகம்

சுமார் மூன்று ஆயிரங்கோடி ஆண்டுகளுக்கு முன்னர் இவ்வுலகத்தில் உயிரினங்களே தோன்றவில்லை. காரணம் என்னவென்றால் நிலத்தின் தட்ப வெப்ப நிலைகள் உயிரினத்தின் தோற்ற வளர்ச்சிக்குத் துணை புரிவதாக இல்லை.

2. முதல் உயிரினம் தோன்றிய உலகம்

சுமார் இரண்டு ஆயிரங்கோடி ஆண்டுகளுக்கு முன்னர் கடல்பாசி போன்ற தாவர இனங்கள் தோன்றின. அமீபா போன்ற உயிரினங்களே முதல் உயிரினம் தோன்றிய உலகத்தைச் சார்ந்தவையாகும்.

3. இரண்டாவது உயிரினம் தோன்றிய உலகம்

நாளடைவில் புழுப் பூச்சிகள் தோன்றலாயின. இவை யாவும் கடலில் தோன்றிய உயிரினங்களின் ஆரம்ப நிலைகளாகும். காலப் போக்கில் கடல் வாழ் உயிரினங்கள் பெருகலாயின. அவை காலப் போக்கில் இயற்கையின் மாறுபாடு களை அனுசரித்துத் தங்களது இருப்பிடத்தை நீரிலிருந்து நிலத்திற்கு மாற்றிக் கொண்டன. கடலிலும், நீரிலும், வாழும் தவளை இனமே இதற்குச் சான்றாகும். தொடக்க காலத்தில் மீன் போலவே நீரில் வாழ்ந்தவை வளர்ச்சியடைந்தவுடன் நிலத்தில் வாழ ஆரம்பித்தன. நண்டு இனத்தையும் இதனுடன் சேர்க்கலாம்.

4. பல்வகை உயிரினம் தோன்றிய உலகம்

500 கோடி ஆண்டுகளுக்கு முன்னர் கடலில் பல்வகை உயிரினங்கள் தோன்றலாயின. கடல்பாசி, புழுப் பூச்சிகளை உண்டு சிறிய மீன் வகைகளும், சிறிய மீன்களை உண்டு பெரிய மீன்களும், பெரிய மீன்களை உண்டு திமிங்கலம், முதலை இனங்களும் வாழ்ந்தன.

5. பறவை உயிரினம் தோன்றிய உலகம்

300 கோடி ஆண்டுகளுக்கு முன்னர், ஆதி காலத்தில் உயிரினங்கள் யாவும் பல்வேறு காலங்களில் படிப்படியாகத் தோன்றியது போலவே, முதலில் பறவை இனங்கள் கடலிலும், பின்னர் நிலத்திலும் தோன்றின எனலாம்.

6. விலங்கு உயிரினம் தோன்றிய உலகம்

200 கோடி ஆண்டுகளுக்கு முன்னர் காலத்தின் கோலத்தால், விலங்குகள் நிலவுலகில் தோன்றலாயின. அவைப் பூனை முதல் யானை வரை, மான் முதல் சிங்கம் வரை எனலாம்.

7. மனித உயிரினம் தோன்றிய உலகம்

100 கோடி ஆண்டுகளுக்கு முன்னர் மனிதர்கள் தோன்றி இருக்கக் கூடும் என்பது ஆராய்ச்சியாளர் துணிபு. குரங்கிலிருந்து பிறந்தவன் மனிதன் என்பதும் உறுதி ஆகியுள்ளது.

கற்காலம்

கற்கால மனிதர்கள் குகைகளில் வாழத்தொடங்கி, மலையிலும், மலையடி வாரத்திலும் வாழ்ந்து வந்தனர். இவர்கள் கற்களாலான ஆயுதங்களைப் பயன்படுத்தி வேட்டையாடவும், தங்களது எதிரிகளை அழிக்கவும் கற்றிருந்தனர். பச்சை மாமிசம், காய்கறிகளே இவர்களது உணவு. மருத்துவம் இலக்கியங்களுக்கும் முற்பட்ட காலத்தில், ஆதிகாலத்திலேயே தோன்றியது என்பது உள்ளங்கை நெல்லிக் கனியைப் போன்றதாகும். உடலையும் உள்ளத்தையும் நல்வழிப்படுத்துவதே மருத்துவத்தின் தலையாய கடமையாகும். எவ்வாறு இலக்கணங்களுக்கு முற்பட்டது இலக்கியமோ, அவ்வாறே இலக்கியத்திற்கு முற்பட்டது மருத்துவமாகும். "இலக்கியத்திலிருந்து எடுபடுவது இலக்கணம்" எனும் விதி உண்மையானால், இயல், இசை, நாடக இலக்கியங்களுக்கு முற்பட்டு நிற்பது மருத்துவமேயாகும் என்று வரையறுக் கலாம். பசிப்பிணிக்கு முற்பட்டது உடல் பிணியும், உடற்பிணிக்கும் முற்பட்டது உள்ளப் பிணியுமாகும் எனலாம். உணவு எனும் மருந்தால் பசி எனும் பிணி தீர்வது போல், மருந்தெனும் உணவால் நோய் எனும் பிணி (உடல் அல்லது உள்ளத்தைப் பற்றியது) தீரும் என்பது உண்மை.

இரும்புக் காலம்

நாகரிகம் வளரும் போது கற்களை விட்டு, இரும்புகளாலான ஈட்டி, வேல் போன்ற ஆயுதங்களைப் பயன்படுத்தி வேட்டையாடவும், எதிரிகளை அழிக்கவும் தொடங் கினர். நெருப்பின் பயனை அறிந்து மாமிசம், காய்கறிகளை வாட்டி உண்ணலாயினர்.

இக்காலத்தில் மனிதர் தமது ஆயுதங்களைப் பெருக்கி வாள், அம்பு, கேடயம் போன்றவற்றைப் பயன்படுத்திப் போரிடவும், வேட்டையாடவும் கற்கத் தொடங்கினர். சுவையான உணவுகளைச் சமைத்து உண்ணவும், தங்கள் தலைவனுக்கு அடங்கி நடக்கவும் கற்றனர்.

தற்காலம்

இன்று நாகரிகம் எங்கோ போய்க் கொண்டிருக்கிறது. எங்கே போய் முடியும் என்பதை அறுதியிட்டு யாராலும் உறுதியாகக் கூறமுடியாது. மண்ணிலும், அதன் சூழல்களிலும், விண்ணிலும் அதில் வலம் வரும் கோள்களிலும் பலவகையான மாற்றங்களைக் காண்கிறோம்.

மருத்துவ முறைகள்

அவிழ்தம் எனும் சொல் உணவாகிச் சோற்றைக் குறித்தலை, "குறமகள் ஆக்கிய வால் அவிழ் வல்சி" என்ற பத்துப்பாட்டினால் உணர்ந்து கொள்ள முடிகின்றது. அவிழ்தம் என்பதன் திரிபாகிய அமிழ்தம், அமுது ஆகிய இரு சொற் களும் உணவையே குறிக்கின்றன. எனினும் தொட்டிலில் தொடங்கி, கட்டிலில் முடியும் மானிட வாழ்க்கையில் பயன் தருகின்ற பாலை அமிழ்தம் என்பர். ஈண்டு அவிழ்தம் எனும் சொல்லானது உணவை மட்டுமின்றி, உணவோடு நெருங்கிய தொடர்புடைய மருந்தையும் குறித்தல் அறியற்பாலது. பண்டைத் தமிழர் உணவை மருந்தாகவும், மருந்தை உணவாகவும் உட்கொண்டனர். உணவின் முடிவே மருந்தின் தொடக்கமும் ஆகியது.

பிணி, மூப்பு, சாக்காடு என்னும் இடர்களைத் (துன்பங்களை) தவிர்த்து, உடலை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்து, உடலை வளர்த்து, உடலில் உயிர் நீடித்து நன்னிலையில் நிற்குமாறு செய்து, உயிர்/ஆன்மா எனப்படும் சீவாத்மாவை வளர்த்தலே இன்பம் பயப்பதாகும். உயிரோடு நன்னிலையில் நீண்ட காலம் வாழப் பிணிக்கப்பட்ட வளி (வாதம்), அழல் (பித்தம்), ஐயம் (கபம்) எனும் முக்குற்றங்களைத் தன்னிலைப் படுத்திச் சீராக்கலே பிணி நீக்கம், வைத்தியம், பரிகாரம், மருத்துவம் எனப்படுகிறது.

உணவு என்றதும் வயிறார உண்டு களிப்பதை நினைவில் கொள்வதையே நம்மில் பலர் அறிவோம். எல்லா உயிர்கட்கும் இன்றியமையாத முதல் உணவு காற்று. இரண்டாவது உணவு கனலாகிய வெப்பம். இதனை அனல் என்றும் கூறுவர். மூன்றாவது உணவு நீர். இயற்கையின் தட்ப வெப்ப நிலைகளுக்கு ஏற்ப, கால மாறுபாடுகளை ஒட்டியே இம்மூவகை உணவுகளின் தேவைகள் நிறைவு பெறுகின்றன. திரவ உணவு வகைகள் மற்றும் தண்ணீர், வெந்நீர் ஆகியனவும் மருத்துவத்தில் தலையாய இடம்பெற்றுள்ளன. மிக எளிதில், விரைவில் செரிமான மாகும் உணவு தண்ணீரே ஆகும். வெந்நீர் செரிப்பதற்குச் சற்று நேரம் தாமதம் ஆகிறது. உணவாகிய நீர், தண்ணீராகவோ, வெந்நீராகவோ அளவு அறிந்து, பயன் கருதி உட்கொள்ளும் காலத்தில், மருந்தாகவும் பயன் தருகிறது. சிலர் நீரை அதிகமாக உட்கொள்ளுவது தீமை என்றும் சிலர் நீரைக் குறைவாக உட் கொள்ளுவது நன்மை என்றும் கூறுவர். இருவரது கருத்தும் சரியன்று. அளவிற்கு மிஞ்சினால் அமுதமும் நஞ்சாகும். அளவோடு இருந்தால் நஞ்சும் அமுதாகும். பாம்பின் நஞ்சை முறிக்க அதன் நஞ்சே மருந்தாதலைப் பலரும் அறிவர். மருந்தின் வளர்ச்சியே மருத்துவத்தைத் தோற்றுவித்தது எனல் மிகையாகாது. "வாளால்
5 அறுத்துச் சுடினும் மருத்துவன்பால் மாளாத காதல் நோயாளன் போல்" எனும் ஆழ்வார்

பாடலினால் (நாலாயிர திவ்வியப் பிரபந்தம்) மருத்துவனின் மாண்பும் இறைவனின் மாண்பும் வெளிப்படுகின்றன. அவை மட்டும் அன்றி பக்தனின் மாற்றுக் குறையாத பக்தியும், நோயாளனின் அளவிடற்கு அரிய பொறுமையும் வெளிப்படுகின்றன. மருந்தின்றி நோய் தீருமா எனில், தீரும் என்பதே வள்ளுவர் வாக்கு. இதனை "மருந்தென வேண்டாவாம் யாக்கைக்கு அருந்தியது அற்றது போற்றி உணின்" என்ற குறள் வெண்பாவால் உணரலாம்.

மருத்துவம் மனிதனது நலத்திற்கும், வாழ்விற்கும் முதன்மையாக விளங்கியதோடு, நாகரிக வளர்ச்சியைத் தொடர்ந்து தானும் வளர்ந்து வந்த ஓர் மாபெரும் கலையாகும். நாகரிகத் தொட்டிலில் சமுதாயம் எனும் குழந்தைத் தாலாட்டப்படும் போது, மருத்துவம் பல்வேறு காலங்களில் தளிர்த்து வளர்ந்து, வாழ்ந்து வருகின்றது. அனைத்து மருத்துவ முறைகளும், தங்களுக்கே உரித்தானத் தனித்தன்மையைக் காத்து வருதல் கண்கூடு. உயிரினங்களின் பரிணாம வளர்ச்சியைப் போலவே, மருத்துவமும் பல்வேறு மாற்றங்களை, பல்வேறு கால கட்டங்களில் சந்திக்க வேண்டியிருந்தது என்பது முற்றிலும் உண்மையே.

சித்த மருத்துவம்

'சித்' எனும் சொல் எளிமை, தனிமை, தொன்மை, வன்மை, வாய்மை, தூய்மை, முழுமை, மேன்மை எனப் பலவகையாகப் பிரிந்து பொருள் தருவதோடு இவை அனைத்தையும் தன்னுள் அடக்கி, தானே அவையாகி, அவையே தானாகி, தனக்கு ஒப்பனவும் மிக்கனவுமின்றித் தனித்தன்மைப் பெற்றமையைக் குறிக்கும் விழுமிய சொல்லாகும். சித்தியடைதல் யோக நிலையடைதலைக் குறிக்கும். சித்தர்கள் என்பவர்கள் யோகிகளே. யோகிகள் என்பவர்கள் சித்தர்களே. யோகிகளாகி, சித்தர்கள் வாழ்க்கையின் முழுமையைப் பெற்றவர்கள்.

சித்தியை மூவகையாகப் பிரிக்கலாம். அவையாவன: கரும சித்தி, காய சித்தி, யோக சித்தி என்பனவாகும்.

1. கரும சித்தி

நித்திய கருமங்களாகிய காலைக் கடன்களை முடித்தலில் தொடங்கி, உணவு, உழைப்பு, ஓய்வு, உறக்கம், ஆசை, பாசம், நேசங்களோடு நாள்தோறும் சிக்கித் தவித்து, பிறந்து, வளர்ந்து, வாழ்ந்து, தளர்ந்து முடியும் சாதாரண மானுட வாழ்க்கையே நாம் அனைவரும் காண்பதாகும். இதை அனைவரும் செய்தாலன்றி வாழ முடியாது. எனவே இதனை அறிஞர் கரும (காரியம்) சித்தி என்பர். மனிதர் மட்டுமின்றி, உயிர்

வாழும் ஈ, எறும்பு முதல் பறவைகளும், மிருகங்களும், நீர் வாழ் முதலை, திமிங்கலம் போன்றவைகளும் தமது கரும சித்தியைக் கடைப்பிடித்து ஒழுகி வருதல் இயற்கையின் நியதி.

2. காய சித்தி

இதனை உடற் சித்தி என்றும் கூறுவர். காயம் எனும் இவ்வுடம்பிற்கு வந்த, வரும் நோய்களை நீக்கி, உடலைக் கல் போலாக்கி, நீண்ட காலம் வாழ்வதற்கு ஏதுவாகிய மருந்துகளையும், உணவு வகைகளையும், உண்டு வாழ்தல் காய சித்திக்கு வழி கோலும், "மாறுபாடில்லாத உண்டி மறுத்துண்ணின் ஊறுபாடு இல்லை உயிர்க்கு", "மருந்தென வேண்டாவாம் யாக்கைக்கு அருந்தியது அற்றது போற்றி உணின்" எனும் குறட்பாக்கள் காய சித்திக்குப் பெரிதும் துணை புரிதலைக் காணலாம்.

3. யோக சித்தி

உயிருடன் நின்ற உடலை மரணத்திலிருந்து மீட்கத் தலைப்பட்டவர்கள் பலர். அவர்கள் அனைவரும் மணி, மந்திரம், மருந்துகளின் துணை கொண்டு, அமிர்த நிலையாகிய யோக நிலையைத் தொடங்கி, இறவா நிலையை அடையத் தலைப் பட்டனர்.

தேகமியா தேனுமொரு சித்திபெறச்
சீவன்முத்தி யாகுநெறி நல்லநெறி

எனத் தாயுமானவரும்,

செத்திறந்து போய்க்கதியைப் பெற நினைந்தே
ஏமாந்த பேதையைப்போல் எனை நினையேன்

என இராமலிங்க சுவாமிகளும் கூறியுள்ளனர். யோக சித்திக்கு மூலகாரணமானவர் இறையனார்–சிவனார்–சித்தனார் எனப்படுவர்.

சிவபெருமான், உமையவளுக்கும், உமையவள் நந்திக்கும் சொல்ல, நந்தியிட மிருந்து திருமூலர் கற்றுத் தம் சீடர்களுக்குச் சொல்ல, குரு–சீடர் வழியாகச் "சித்த மருத்துவம்" காலந்தோறும் வழிவழியாகப் பல்கி, பரவிச் செழித்து நிலைத்து நிற்பதாக நம்பப்படுகிறது.

சித்தர்கள் யோகிகளாகக் காடு மேடுகளில் அலைந்து, திரிந்து மானுடம்

தழைப்பதற்காகவும், அவர்தம் நோய் தீர்ப்பதற்காகவும், உடலைப் பேணிக் காப்பதற்காகவும் அரும்பாடுபட்டுள்ளனர்.

இந்தியத் துணைக்கண்டத்தில் தமிழர் மருத்துவமாகிய சித்த மருத்துவமும் ஆரியர் மருத்துவமாகிய ஆயுர் வேதமும், அரேபியர் மருத்துவமாகிய யுனானியும், ஆங்காங்கே நிலைபெற்று, இன்றும் மக்களிடையே செல்வாக்குப் பெற்று விளங்கி வருகின்றன. இம்மூவகை மருத்துவங்களும் தம்முடைய மொழி வரலாற்றைத் தொடர்பு கொண்டே தோன்றி, வளர்ந்து, வாழ்ந்து வருகின்றன.

தமிழர்தம் மருத்துவமாகிய சித்த மருத்துவம் காலத்தால் முற்பட்டது என்பது புராணக் கூற்றாகும். சிவன், உமைக்குக் கூற வழிவழியாக அவர்தம் சீடர்களுக்கு விளக்கப்பட்டுப் பரம்பரை பரம்பரையாகச் சித்த மருத்துவம் பரவி வளர்ந்து வந்ததாகத் தெரியவருகின்றது. சித்த மருத்துவம் 5000 ஆண்டுகளுக்கு முற்பட்டது என்றும், அன்றே மனிதன் தனது உடலுறுப்புகளையும், அவற்றின் பயன்களையும், அவ்வுடலுக்கு வரும் நோய்களையும் நீக்க மருத்துவமும் அறிந்திருக்கக்கூடும் என்பது தமிழ் அறிஞர்களின் கருத்தாகும்.

சீன மருத்துவம்

இந்தியத் துணைக் கண்டத்தினைத் தொட்டுவரும் திபெத்தும், சீனாவும் அந்தக் காலத்தில் தமிழர் மருத்துவமாகிய சித்த மருத்துவம் போன்றே தமக்கென மருத்துவ முறைகளைக் கொண்டிருக்கக்கூடும் என்றும், இன்றைய அக்குபிரஸ்ஸர், அக்கு பஞ்சர் போன்றவை தமிழர் மருத்துவமாகிய வர்ம மருத்துவ முறையிலிருந்து தோன்றியிருக்கக் கூடும் என்றும் வரலாற்று அறிஞர்கள் கருதுகின்றனர்.

ஆயுர்வேத மருத்துவம்

வேத காலத்திற்குப் பின்னரே ஆயுர்வேத மருத்துவம் தோன்றியது என்பது அதன் பெயராலேயே உறுதி செய்யப்படுகின்றது. இக்காலம் புராண, இதிகாச காலங்களுக்குப் பிற்பட்டது என்பது வெள்ளிடை மலை. ஆயுர்வேத மருத்துவம் பிரம்மாவின் மூலமாக பிரஜாபதிக்கும், அவர் மூலமாக அசுவினி தேவர்களுக்கும், ஆத்ரேயருக்கும் பாரம்பரியமாக வழங்கி வருவதாகக் கூறப்படுகிறது. ஆயுர்வேதம் என்னும் பெயரே வேத காலத்தைக் குறிக்கிறது. எனவே வேத காலத்திற்குப் பின்பே ஆயுர்வேதம் தோன்றியது எனும் கொள்கை சரியானதே.

கி.பி. இரண்டாம் நூற்றாண்டில் அரசன் கனிஷ்கர் காலத்தில் சரக்கா என்பவர் மருத்துவத்தில் பெயர்பெற்று விளங்கியதைப் புத்த பாரம்பரிய வரலாறு கூறுகிறது.

அறுவை மருத்துவத்தில் சுஸ்ருதா தலைசிறந்து விளங்கியதாகக் கூறுவர். இரசாயன சாஸ்திரத்தை நாகார்ஜுனர் பரப்பியதாகக் கூறுவர்.

யுனானி மருத்துவம்

கிரேக்க மருத்துவம் மந்திரங்களையும், மூட நம்பிக்கைகளையும், மதச் சடங்குகளையும் அடிப்படையாகக் கொண்டிருந்தது, உலகின் எல்லா மருத்துவ முறைகளுக்கும் இது பொருந்துகிறது. கி.பி. 476–இல் ரோமானிய சாம்ராஜ்யம் வீழ்ச்சியுறவே, கிரேக்க, ரோமானிய மருத்துவ முறைகள் நலிவுற்றன. அதன் பின்னர் 7–ஆம் நூற்றாண்டின் தொடக்கத்தில் அராபிய மருத்துவம் என்னும் யுனானி மருத்துவம் தோன்றியது. அராபிய மருத்துவர்களில் புகழ் பெற்றவர்கள் அவிசென்னா (கி.பி. 980–1037) மற்றும் ராஸஸ் (18–ஆம் நூற்றாண்டு) முதலியோராவர்.

யோக மருத்துவம்

அந்தக் காலத்தில் சித்தர்கள் யோக நிலைகளையும், அதன் பயன்களையும் அறிந்து மானுடம் பயன்பெறும் வகையில் அவற்றைக் கூறிச் சென்றனர். எனினும் காலப்போக்கில் யோக மருத்துவம் 'யோகா' எனும் பெயர்பெற்று, தன்னுடன் இயற்கை மருத்துவத்தையும் இணைத்துக் கொண்டுள்ளது. இது இன்று தனி மருத்துவமாக விளங்குகின்றது.

திருமூலர் யோகாசனங்களால் காலையில் பித்த நோய்களும், பகலில் வாத நோய்களும், மாலையில் கப நோய்களும் குணமடையும் என்று கூறியுள்ளதை நோக்க, சித்த மருத்துவத்தின் ஓர் அங்கமே யோகாசனம் என்பது வெள்ளிடை மலையன்றோ.

இயற்கை மருத்துவம்

சித்த மருத்துவத்தை நன்கு கற்று ஆராய்வோர், அம்மருத்துவம் இயற்கை யோடு இயைந்தது என்பதை நிச்சயம் மறுக்கமாட்டார். "அண்டத்தில் உள்ளதே பிண்டம், பிண்டத்தில் உள்ளதே அண்டம்" என்பதே இதற்குச் சான்று பகர்கின்றது. எனினும் இன்று சித்த மருத்துவமும், இயற்கை மருத்துவமும் ஒரே கோட்பாடு களைக் கொண்டிருந்த போதிலும் தனித்தனியாக இயங்கி வருகின்றன. யோகாவும் அப்படியே சித்த மருத்துவத்திலிருந்து பிரிந்துவிட்டது.

அலோபதி மருத்துவம்

கிரேக்க மற்றும் ஆங்கிலேய மருத்துவத்தின் தொகுப்பே அலோபதி மருத்துவம் ஆகும். மூட நம்பிக்கைகளைத் தகர்த்தெறிந்த ஹிப்போகிரேட்டஸ் இதன் தந்தை எனப்படுகிறார். இன்றும் 'ஹிப்போகிரேட்டஸ் உறுதிமொழியை (Hippocrates Oath) (இதனை நாம் சத்தியப்பிரமாணம் என்றும் கூறலாம்) அலோபதி மருத்துவம் பயின்று தொழில் தொடங்குவோர் எடுத்துக் கொள்கின்றனர்.

ஹோமியோபதி மருத்துவம்

இதனைக் கண்டுபிடித்தவர் டாக்டர். சாமுவேல் ஹானிமான் (Dr. Samuel Hahnemann, 1755-1843) என்ற ஜெர்மானியர் ஆவார். இவர், அலோபதி மருத்துவ முறையை நன்கு கற்றவர் என்பது இங்குக் குறிப்பிடத்தக்கது. மிகச்சிறிய அளவி லான மாத்திரை மற்றும் திரவ வடிவில் இம்மருந்து வழங்கப்படுகிறது. இதுவும் மக்களிடையே பிரபலமாக வழங்கிவருகிறது.

3

சங்க இலக்கியத்தில் மருத்துவம்

மரு. ச. முத்தரசன்

முன்னுரை

ஆதிகாலத்தில் மனிதன் நெருப்பை அறியவில்லை. கல்லாலான ஆயுதங் களாலும், பின்னர் வில், ஈட்டி போன்ற ஆயுதங்களாலும் விலங்குகளைக் கொன்று, அவற்றின் இறைச்சியைப் பச்சையாகவே உண்ணத் தொடங்கினான். இதை வரலாற்று அறிஞர்கள் உறுதி செய்கின்றனர். சிக்கி முக்கி கற்களைக் கொண்டு தீயை உண்டாக்கக் கற்ற பிறகு, மனிதன் விலங்குகளின் இறைச்சியை நெருப்பில் சுட்டு, நன்கு சுவைத்து உண்ணலானான். பின்னர் நிலத்தில் பயிர் செய்து வாழத் தலைப்பட்டான். ஆற்றங்கரைகளிலேயே வீடுகளை அமைத்து வாழலானான். காட்டு மிருகங்களை, வீட்டு மிருகங்களாகப் பழக்கப்படுத்தி வளர்க்கலானான். பாலும், தயிரும், மோரும், வெண்ணெயும், நெய்யும் உணவாயின. காலப்போக்கில் அறுசுவை உணவை, அமுதமாக உண்ணும் அரிய பேற்றினை மனிதன் பெற்று மகிழ்ந்தான்.

மருந்தின் அடிப்படை உணவே

பழந்தமிழகத்தில் சீரகச் சம்பா என்னும் நெல் (சீரகம் போன்ற அமைப்புடைய சம்பா நெல் என்று பொருள்) பயிரிடப்பட்டன என்றும், கிரேக்க மன்னன் அலெக்சாண்டர் இந்தியப் படையெடுப்பை முடித்துத் திரும்பியபோது, தன் நாட்டிலும் இந்நெல்லைப் பயிரிடுமாறு செய்தான் என்றும் வரலாற்று ஆய்வாளர்கள் கூறுவர். "நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்" என்பது முதுமொழி. "வீட்டுச் செல்வம்

மாடு" என்றால் "தோட்டச்செல்வம் கீரை" ஆகும். "ஆய கலைகள் அறுபத்து நான்கு" என்பர். இதில் சமையல் கலையும் அடங்கும்.

"உண்டி கொடுத்தோர் உயிர் கொடுத்தோரே" என்பதாலும், "உடம்பார் அழியின் உயிரார் அழிவர்" என்பதாலும், உயிரைப் பேண உடம்பும், உடம்பைப் பேண உணவும் இன்றியமையாதவை என்பது தெளிவாகிறது. கருவறையிலிருந்து கல்லறை செல்லும்வரை, மானிட வாழ்வில் உணவு தலையாய இடத்தைப் பெறுகிறது.

பிறந்த குழந்தை வளருங் காலத்தில் நாட்டின் மரபிற்கும், தாய், தந்தையரின் பழக்க வழக்கங்களுக்கும் ஏற்ப, உணவு, உடை, உறையுள் முறைகளைத் தானும் கடைப்பிடிக்கிறது. உணவு நாட்டுக்கு நாடு, வீட்டுக்கு வீடு, ஆளுக்கு ஆள் என்ற அடிப்படையில் மாறுபட்டு மனிதனின் இயல்புகளையும், பண்புகளையும் மாற்றி அமைக்கிறது என்பது யாரும் மறுக்க முடியாத உண்மை.

உயிரைப் பேண உடம்பைப் பேணுகிறோம். உடம்பையும், உள்ளத்தையும் பேண உணவைப் பேணுகிறோம். எனவே மனிதனுக்கும் மருத்துவத்திற்கும் உள்ள தொடர்பு உணவிலிருந்தும், சுற்றுச் சூழலிலிருந்துமே தொடங்குகிறது என்பது வெளிப்படையான உண்மையாகும்.

திணைப் பாகுபாட்டில் மருத்துவம்

சங்கப் பாடல்கள் பெரும்பாலும், இலக்கிய இன்பங்களோடு, நுண்ணிய அறிவியற் செய்திகளையும், சுவையுறக் கூறும் பான்மையால், இன்றும் நம் அகங்களைக் கவர்ந்து கொண்டே இருக்கின்றன. சங்க கால மக்கள் இயற்கையோடு, இயைந்து வாழ்ந்ததைச் சங்கப் பாடல்கள் பறை சாற்றுகின்றன. அவர்கள் வாழ்க்கையை அகம், புறம் என்று இரு கூறுகளாகப் பகுத்து, அக வாழ்க்கை எவ்வாறு புற வாழ்க்கையோடு மிக நெருக்கமாக ஒன்றி நிற்கின்றது என்பதைப் படம் பிடித்துக் காட்டியுள்ளனர். அவர்கள் நிலத்தை நானிலம் என்றனர். நன்னிலமாகியப் பழந்தமிழ் நாடு நானிலங்களில் அடங்கியது எனினும் ஐந்திணைகளாக உண்மைக் காதலைப் பேசுங்காலத்தில், பாலையையும், ஐந்தாவதாகச் சேர்த்து, ஐவகை நிலங்களாகப் பகுத்த பான்மையைக் கீழ்காணும் செய்யுளால் அறியலாம்:

முல்லையும் குறிஞ்சியும் முறைமையிற் திரிந்து
நல்லியல் பிழந்து நடுங்குதுயர் உறுத்துப்
பாலை என்பதோர் படிவம் கொள்ளும்.

ஐந்திணைக்கும் அவ்வந்நிலப் பகுதியில் சிறந்து விளங்கும் பூவின் பெயரை இட்டு மகிழலாயினர். அகத்திணையும், புறத்திணையும் தம்முள் பாகுபாடு கொண்டவை

என்பதால் புறத்திணைகட்கும் பூக்களின் பெயர்களைச் சூட்டலாயினர். ஒருதலைக் காமத்தைக் (வேட்கை) கைக்கிளை என்றும், ஒவ்வாக் காமத்தைப் பெருந்திணை என்றும், ஐந்திணைகளோடு இரு திணைகளையும் சேர்த்து ஏழு திணைகளாகக் கொண்டனர். ஒவ்வொரு திணைக்குரிய மரம், செடி, கொடி வகைகளையும், பொழுதையும், பொழுதுக்கு இயைந்த காதல் உணர்வுகளையும் அழகுறக் கூறலாயினர். சங்க காலப் புலவர்கள் மக்களின் மனப்பாங்கை நன்கறிந்த வராயிருந்தனர். மேலும் இயற்கையின் எழில் கூறுகளை, நுண்மான் நுழை புலன் கொண்டு ஆய்ந்தறிந்து தம் செய்யுட்களில் ஆங்காங்கே பயன்படுத்தியுள்ளனர்.

பச்சிலை மருந்தால் (மூலிகை மருந்து) பல்வகை நோய்களைத் தீர்க்கும் பான்மை ஈண்டு நினைவு கூறத்தக்கது. எனவே, மரம், செடி, கொடிகளைப் பற்றிய நுண் அறிவை சங்க காலத்திலேயே அவர்கள் கற்றறிந்து, தம் காலத்திலேயே மூலிகை களையும், மலர்களையும், கிழங்கு வகைகளையும், மருந்தாகப் பயன்படுத்தியதை அறிய முடிகிறது. சங்கப் பாடல்களில் காணும் மரம், செடி, கொடிகள், பறவை, விலங்கினங்களில் பெரும்பாலானவை இன்றும் தமிழ்நாட்டில் காணப்படுகின்றன.

ஐம்பூதக் கூட்டே உலகம்

அகத்தியம், தொல்காப்பியம், பத்துப்பாட்டு, எட்டுத்தொகை, பதினெண்கீழ்க் கணக்கு என்னும் நூல்களால் பண்டைத் தமிழரின் வீரம், தீரம், பராக்கிரமம், ஆண்மை, பெண்மை, சான்றாண்மை, கொடைவன்மை, கலை, நாகரிகம், காதல், பண்பாடு, மதம், தத்துவம், ஆட்சி முறை ஆகியவற்றை அறிய முடிகிறது.

சோதிடமும், பறவை சாத்திரமும், பிராணாயாமமும், இரசவாத வித்தையும், மருத்துவ விஞ்ஞானத்திற்கு அடிப்படையாக உள்ளன. இவற்றை விஞ்ஞான அறிவோடு, மெய்ஞ்ஞானப் புலமையையும் கொண்டு, மனித உடலின் அமைப்பு, உடலில் தத்துவங்களை ஆராய்தல் இன்றியமையாதது. அடிப்படைத் தத்துவங்களை அறிந்து, ஆய்ந்து கற்றோர் மட்டுமே மருத்துவத்தின் பெருமையை உணரவும், உணர்த்தவும் வல்லார் ஆவர். ஐம்பூதக் கூட்டே உலகத்தின் அந்தமும் ஆதியுமாகும்.

மண்டிணிந்த நிலனும்
நிலனேந்திய விசும்பும்
விசும்புதைவரு வளியும்
வளித் தலைஇய தீயும்
தீமுரணிய நீரும் என்றாங்கு
ஐம்பெரும் பூதத் தியற்கை (புறநானூறு 2)

உடம்பொடு நின்ற உயிர்க்கும், ஏனையவற்றிற்கும் இக்கொள்கை பொருந்தும், மரங்களன்றி, மலைகளும் வளர்கின்றன என்பது அறிவியலார் கண்ட உண்மை. இனி

நெடுங் கடலுந் தன்நீர்மை குன்றும் தடிந்தெழிலி
தான்நல்கா தாகி விடின்.

எனும் குறளை நோக்குங்கால், நீரின் பயனும், அந்நீரைப் பொழியும் மழையின் சிறப்பும் "வான் சிறப்பில்" காணலாம். மேலும்

"நீரின் றமையா யாக்கைக் கெல்லாம்"
"உண்டி கொடுத்தோர் உயிர் கொடுத்தோரே".
"உண்டி முதற்றே உணவின் பிண்டம்".

என்பவை நீர் மற்றும் உணவின் இன்றியமையாமையைத் தெற்றெனப் புலப்படுத்து கின்றன. உணவின்றி எவ்வுயிரும் தோன்றா, வளரா, வாழா என்பதால், அவைப் பிண்டம் எனப்பட்டன. நீரின் அருமை, பெருமையை இன்றைய விஞ்ஞானமும் ஒப்புக்கொள்கிறது.

நிலத்தைச் சூழ்ந்துள்ள நீரும், உடலைச் சார்ந்துள்ள நீரும் உலகப் பரப்பில் முக்கால் பகுதிக்கும் மேலாக உள்ளன. நீருக்கு அடுத்தபடியாக உணவு தேவைப் படுகிறது. நீரும் ஓர் உணவாகிறது என்பதை இன்றைய மேலைநாட்டு மருத்துவர்கள் கூறுவதை அன்றே திருவள்ளுவர்,

துப்பார்க்குத் துப்பாய துப்பாக்கித் துப்பார்க்குத்
துப்பாய தூஉம் மழை.

என்று மிக அழகாக, "வான் சிறப்பு" என்னும் அதிகாரத்தில் கூறியுள்ளார்.

விசும்பின் துளிவீழி னல்லால்மற் றாங்கே
பசும்புல் தலைகாண் பரிது.

என்பதும் அவரது குறளே. எனவே நீரின்றி நிலமும் நிலமின்றி நீரும் இல்லை என்பது கண்கூடு. இதனைக் கீழ்காணும் புறநானூறும் (18) உறுதி செய்கின்றது:

உணவெனப் படுவது நிலத்தொடு நீரே
நீரும் நிலனும் புணரியோ ரீண்டு
உடம்பும் உயிரும் படைத்திசி னோரே.

உயிரினப் பாகுபாடு

ஓரறிவு முதல் ஆறறிவு வரை உள்ள அனைத்தையும் தொல்காப்பியர் வகைப்படுத்தியுள்ளார்.

ஒன்றறி வதுவே உற்றறி வதுவே
இரண்டறி வதுவே அதனொடு நாவே
மூன்றறி வதுவே அவற்றொடு மூக்கே
நான்கறி வதுவே அவற்றொடு கண்ணே
ஐந்தறி வதுவே அவற்றொடு செவியே
ஆறறி வதுவே அவற்றொடு மனனே
நேரிதி னுணர்ந்தோர் நெறிப்படுத் தினரே

– தொல்காப்பியம், மரபியல் 27

புல்லும் மரனும் ஓரறி வினவே
பிறவு முளவே யக்கிளைப் பிறப்பே

நந்து முரளு மீரறி வினவே
பிறவு முளவே யக்கிளைப் பிறப்பே

சிதலும் எறும்பும் மூவறி வினவே
பிறவு முளவே யக்கிளைப் பிறப்பே

நண்டுந் தும்பியும் நான்கறி வினவே
பிறவு முளவே யக்கிளைப் பிறப்பே

மாவும் புள்ளும் ஐயறி வினவே
பிறவு முளவே யக்கிளைப் பிறப்பே

மக்கள் தாமே யாறறி வுயிரே
பிறவு முளவே யக்கிளைப் பிறப்பே.

– தொல்காப்பியம், மரபியல் 28–33

கல், புல், பூண்டு, செடி, கொடி, மரம்	–	ஓரறிவு
புழு, நத்தை, சங்கு	–	ஈரறிவு

எறும்பு, கரையான்	–	மூவறிவு
நண்டு, வண்டு	–	நாலறிவு
விலங்கு, பறவை	–	ஐயறிவு
மானிடர்	–	ஆறறிவு

பசியைப் பிணியாகவே அன்றும், இன்றும் கருதுகின்றனர். "பசி வந்திடப் பத்தும் பறந்து போகும்" என்பது பழமொழி. இனி அன்றே தன் பசியைப் போக்குவார் யார் என்று அறிந்துகொள்ள விரும்பிய புலவர், மற்றொரு புலவரிடம்,

பசிப்பிணி மருத்துவ னில்லம் அணித்தோ
சேய்த்தோ கூறுமின் எமக்கே

– புறநானூறு 360

என வினவுவதால் அறியலாம்.

கண்ணப்பர், முக்கண் முதல்வனுக்குத் தம் கண்களையே ஒவ்வொன்றாக எடுத்து அப்பியதால் (பொருத்தியதால்) கண்ணப்பர் எனப் பெயர் பெற்றதாலும்,

வாளா லறுத்துச் சுடினும் மருத்துவன்பால்
மாளா தகாதல் நோயாளன் போல

எனும் நாலாயிர திவ்வியப் பிரபந்தத்தாலும்,

உடலிடைத் தோன்றிற் றொன்றை அறுத்ததன் உதிரமூற்றிச்
சுடலுறச் சுட்டு வேறோர் மருந்தினாற் றுயரந் தீர்வர்

என்ற கம்பராமாயணத்தாலும் அன்றே அறுவை மருத்துவத்தைப் பழந்தமிழர் அறிந்திருந்தனர் என்பதை உணரலாம்.

மேலும்,

வேலுக்குப் பல்லிறுகும் வேம்புக்குப் பல்துலங்கும்
பூலுக்குப் போகம்பொழியுங்காண் – ஆலுக்குத்
தண்டா மரையாளுஞ் சாருவளே நாயுருவி
கண்டால் வசீகரமாங் காண்

எனும் பதார்த்த குண சிந்தாமணிப் பாடல் பல்வகை மூலிகைகளின் பயன்களை விளக்கமாகக் கூறுவதை அறியலாம்.

நிலந்தீ நீர்வளி விசும்போ டைந்துங்
கலந்த மயக்கம் உலகம் ஆதலின்

– தொல்காப்பியம் 635

ஐம்பூதக் கூட்டே உடல்

உடலின் அமைப்பு பஞ்ச பூதங்களை அடிப்படையாகக் கொண்டது. அவ் வுடலின் இயக்கமும், பஞ்ச பூதங்களான அறுசுவைகளைக் கொண்டே இயங்கி வருகின்றது. பெறர்க்கரிய கருநெல்லிக் கனியை, அதியமான் ஔவையாருக்குக் கொடுத்து, தமிழுக்குத் தொண்டு செய்யச் சொன்னது, தமிழ் உள்ளவரை ஔவையும் வாழவேண்டும் என்ற ஆசையால் மட்டுமின்றி, தமிழ் மூதாட்டியின்பால் கொண்ட அன்பின் பெருக்கத்தாலேயே என்று கூறல் மிகையாகாது. ஆல், அரசு, அத்தி போன்ற மரவகைகள் பண்டைக்காலங்களில் இருந்தன என்பதற்குச் சான்றுகள் உள்ளன.

தெள்ளிய ஆலின் சிறுபழத் தொருவிதை
தெண்ணீர் கயத்தின் சிறுமீன் சினையினும்
நுண்ணிதே ஆயினும் அன்னல்யானை ஆட்பெரும் படையொடு
மன்னர்க் கிருக்க நிழலா கும்மே

''ஆலும் வேலும் பல்லுக்குறுதி'' என்பது பழமொழி. ஆலம் பழத்தைக் காயவைத்து சூரணம் செய்து சாப்பிட்டால், ஆண்களுக்கு வன்மையும், பொலிவும் உண்டாகும். பெண்களுக்கு மென்மை அழகுத் தோற்றமும் ஏற்படும். கருப்பைக் கோளாறுகளும் தீரும்.

நன்னீரை வாழி அனிச்சமே நின்னினும்
மென்னீரள் யாம்வீழ் பவள்.

உயிரியல் வழி மருத்துவம்

அனிச்சமும் அன்னத்தின் தூவியும், மாதர்
அடிக்கு நெருஞ்சிப் பழம்.

மென்மைக்கு இலக்கணமாகக் கூறப்பட்டப் பெண்களின் பாதங்களுக்கு, மிக மென்மையான அனிச்ச மலரும், அன்னப் பறவையின் சிறகும் நெருஞ்சி முள் போன்று வருத்தம் தரத்தக்கன. அனிச்ச மலரும், அன்னப் பறவையின் சிறகும், நெருஞ்சி முள்ளும் மருத்துவப் பயனுடையவை. இதைத் திருவள்ளுவர் முதலானோர் அக்காலத்திலேயே அறிந்திருந்தனர்.

காணின் குவளை கவிழ்ந்து, நிலன்நோக்கும்
மானிழை கண்ணொவ்வோம் என்று.

குவளை மலர்களுக்குக் காணும் தன்மை இருந்தால், சிறந்த கண்களையுடைய இவளுக்கு யாம் ஒப்பாக மாட்டோம் என்று, வெட்கித் தலைகுனிந்து நிலத்தை நோக்கும். குவளை மலர்கள் அக்காலத்தில் இருந்தமைக்கு இது சான்றாகும்.

மருத்துவ நோக்கில் கள்ளும் காமமும்

வெட்சி, கரந்தை, வஞ்சி, காஞ்சி, நொச்சி, உழிஞை, தும்பை, வாகை, பாடாண், பொதுவியல், கைக்கிளை, பெருந்திணை என்னும் திணைகளும், அவற்றின் துறைகளும் அவற்றிற்கேற்ற மலர்களும் புறநானூற்றின் படைப்புகளே. இனி வீரக் கழலுடைய மறவர் தாம்பெற்ற வெற்றியைக் கள்ளுண்டு களித்ததோடு, மகிழ்ச்சியோடுப் பிறருடன் ஆடியதைக் குறிப்பிடும் வகையில் 'கள்ளுண்டு ஆடியது' எனும் பொருள் கொண்ட புறநானூற்றுப் பாடல்கள் பல உள. அவற்றில் காணப்படும் பாடல்கள் பலவும் வெட்சித் திணையைப் பற்றியே பேசுகின்றன. அக்காலத்தில் வெற்றி பெற்றோர், தமது வெற்றியைக் கொண்டாடும் காலத்தில், கள்ளுண்பதை வழக்கமாகக் கொண்டிருந்தனர் என்று இதனால் தெளிவடையலாம். கள்ளானது (மதுவானது) அன்றும், இன்றும் வெற்றி பெற்றோரின் விளையாட்டுகளில் / விருந்துகளில் ஓர் அங்கமாகி, மாறாத வழக்கத்தை ஏற்படுத்தியுள்ளதை நாம் ஏற்றுக்கொள்ளுதலே ஏற்புடையதாகும். கள் (மது) அளவாக உண்ணும் காலத்தில் மருந்தாகவும், அதையே விருந்தாக்கினால் மருத்துவ குணம் மாறி நஞ்சாகவும், தனது பேராற்றலைக் காட்டிவிடும் என்பதை அறிதல் இன்றியமையாதது. இனி வள்ளுவர் தமது குறட்பாவில், 'கள் உண்ணாமை' என்னும் ஓர் அதிகாரத்தைப் படைத்து, அதில் வரும் பத்துக் குறட்பாக்களிலும் கள்ளுண்ணாமை சிறந்தது என்று வலியுறுத்திக் கூறுகின்றார். அதில் ஓர் குறள் மிக இன்றியமையாதது. அக்குறள் வருமாறு:

துஞ்சினார் செத்தாரின் வேறல்லர் எஞ்ஞான்றும்
நஞ்சுண்பார் கள்ளுண் பவர்.

உறங்கினவர் செத்தவரோடு ஒப்புடையவரே, ஏனெனில் அக்காலத்தில் அவரது அறிவு, செயல் குன்றியதாகிவிடுகிறது. அது போலவே கள்ளுண்பாரும் எக்காலத்திலும் அறிவின்றியே செயல் புரிவராதலின், நஞ்சுண்பவர்களுக்கு இணையாகத் தம் நிலையிலும் தாழ்ந்து விடுவர். இனி நஞ்சு உண்பவர் உடனடியாக மரணத்தைத் தழுவ, கள் உண்பவர் படிப்படியாக மரணத்தைத் தழுவுவர் எனவும் கொள்ளலாம்.

ஈண்டு "நஞ்சுண்பார் கள்ளுண்பவர்" என்னும் வள்ளுவர் வாக்கு சிந்தனைக் குரியது. கள் உண்பதையே தமது தொழிலாகக் கொண்டு, தமது வாழ் நாள் களுக்கு வளந்தரும் அரிய தொழிலாகிய ஊதியம் ஈட்டும் தொழிலை மறந்து போவதையே, வள்ளுவர் சாடுகின்றார். சங்க நூலான "மதுரைக் காஞ்சியில்" கள்ளைப் பற்றிய குறிப்பைக் காணலாம். நாம் அறிய வேண்டுவன யாதெனில், அந்நாளில் வெட்சி, கரந்தை, வஞ்சி, காஞ்சி, நொச்சி, உழிஞை, தும்பை, வாகை எனும் பூக்களில் யாதேனும் ஒன்றை, அவ்வவற்றின் திணை, துறைகளுக்கு ஏற்ப, தங்களது வெற்றிக்கு அடையாளமாக வீரர்கள் சூட்டி மகிழந்தனர் என்பதாம். இம்மலர்களில் சில சங்கத் தமிழர்களின் வாழ்வில் மட்டுமின்றி, இன்றும் ஆங்காங்கே நிலைத்து நின்று மருத்துவப் பயன்களைத் தந்தவண்ணம் இருக்கின்றன என்பது உண்மையாகும்.

மதுரைக்காஞ்சியின் ஆசிரியராகிய மாங்குடி மருதனார், பாண்டிய மன்னன் நெடுஞ்செழியனைப் போற்றிப் பாடும் காலத்தே, அவனை மது உண்டு நீண்ட காலம் வாழ வாழ்த்துகின்றார். இதோ அப்பாடல்:

பொற்பு விளங்கு புகழ்அவை நிற் புகழ்ந்து ஏத்த,
இலங்கு இழை மகளிர் பொலங் கலத்து ஏந்திய
மணங் கமழ் தேறல் மடுப்ப, நாளும்
மகிழ்ந்து இனிது உறைமதி, பெரும !
வரைந்து நீ பெற்ற நல் ஊழி யையே !

காத்திருக்கும் ஊழியை நினைவூட்டுகின்றப் புலவர், வாழ்வு நிரந்தரமற்றது என்பதை வெளிப்படையாகக் கூறாது, அரசன் காலத்தை வீணாக்காது, பொன்னகை அணிந்து, புன்னகை புரியும் நல்லார் தரும் பொன் கோப்பையில் உள்ள புத்தம் புதிய மதுவை உண்டு, மனம் மகிழ்ந்து, அவரோடு நீண்ட காலம் வாழ வேண்டும் என்று வாழ்த்துகின்றார். இதனால் மன்னரும் மகிழ்ச்சியிலும், வெற்றியிலும் மது உண்ணல் வழக்கம் என்பது புலனாகிறது.

திருவள்ளுவரின் குறட்பாக்களை ஒப்பு நோக்கியே நாம் சங்க காலத்தைத் தெள்ளத் தெளிவாக அறிந்து கொள்ளலாம்.

உள்ளக் களித்தலும் காண மகிழ்தலும்
கள்ளுக்கில் காமத்திற்கு உண்டு.

உண்டார்கள் அல்லது அடுநறாக் காமம்போல்
கண்டார் மகிழ்செய்தல் இன்று.

இவ்விரு குறள்களும், கள்ளின் பயனையும், காமத்தின் பயனையும் வள்ளுவர் கையாண்ட முறையைப் புலப்படுத்துகின்றன. நினைத்தாலும், பார்த்தாலும் கனவிலும் கூட மகிழ்ச்சியைத் தர வல்லது காமம். முன்னது மனதால் துய்க்கும் இன்பம்: பின்னது உடலால் (சுவையால் / சுவை தரும் பயனால்) துய்க்கும் இன்பம். மனதால் துய்க்கும் இன்பம் நிலையானது; எனவே நினைக்கும் தோறும் இன்பம் தருகின்றது. உடலின்பம் துய்க்கும் காலத்திலே மட்டும் இன்பம் தருவதால் நிலையற்றதாகி விடுகின்றது. மனதால் பெறும் இன்பமே சாலச் சிறந்தது என்பது இனிதே விளங்கும். மனம் என்பது உடலையும், உயிரையும் இணைக்கும் ஓர் அற்புதப் பாலமாகும். மனமென்னும் பாலம் பழுதுபடுமானால், உடல் நடைப் பிணமாகி, செயல் புரியும் ஆற்றலை இழந்து விடுகிறது. காதல் வயப்பட்டோர், காதலில் அங்கீகாரம் பெற முடியாதோர், பேரதிர்ச்சிகளைக் கண்டோர், பெரும்பொருளை இழந்தோர், பெரும் விபத்துகளைக் கண்டோர், பெரும் விபத்துகளுக்கு உள்ளானோர், ஏமாற்றங்களைத் தாங்க இயலாதோர், மண முறிவுகளைச் சந்தித்தோர், துணைவரை/ துணைவியை உறவினரை இழந்தோர் இப்படி எண்ணற்ற காரணங்களால் மனம் தன்னிலை கெட்டு, செயல் புரியும் திறனை இழந்து, மக்களை மாக்களாக்கி விடுகின்றது. பிறவிப் பைத்தியங்களும் இவரோடு அடங்குவர். மன நோய்க்குப் பல வகை மருத்துவ முறைகள் பரிந்துரைக்கப்பட்ட போதிலும், முற்றிலும் நோய் நீக்கல் அரிதினும் அரிது. மனநோயாளியின் ஆரம்ப கால வாழ்க்கை முறையை அறிந்து, தெளிந்து, அவரோடு ஒன்றிப் பழகியே நோயைப் படிப்படியாகத் தீர்க்க முயல வேண்டும். மன நோய்க்குக் காரண காரியங்களே அடிப்படையாக (நிலைக்களனாக) உள்ளன. இதனை இன்பத்துப்பாலில் (காமத்துப்பால்) வள்ளுவர் அழகுற எடுத்துக் காட்டுகின்றார்.

செங்காந்தள், ஆம்பல், அனிச்சம், குவளை, குறிஞ்சி, வெட்சி, கூவிளம், வாகை, குடசம், குரவம், மருதம், கோங்கம், பாதிரி, சண்பகம், கரந்தை, முல்லை, வாழை, வள்ளி, நெய்தல், தாழை, காஞ்சி, கொன்றை, அவரை, நந்தி, நாகம், வேங்கை முதலியன சங்க கால மலர்கள். கபிலர் பூக்களை வகைப்படுத்திக் காட்டுதல், கண்டு இன்புறத்தக்கது. மரம், செடி, கொடி வகைகளில் அவருக்குள்ள பரந்து, விரிந்த அறிவையே இது பறை சாற்றுகிது. இம்மலர்களில் சில அதே பெயரிலும், சில பெயர் மாற்றம் அடைந்தும் சித்த மருத்துவத்திற்குச் சீரிய பயனை அளித்து வருகின்றன. தொன்றுதொட்டு வந்த சித்த மருத்துவ இலக்கியங்களில் இவற்றின் அருமை, பெருமைகளைக் காணலாம்.

மழையின் மருத்துவ குணம்

கடையெழு வள்ளல்களில் ஒருவனாகிய பாரியை, மாரியோடு ஒப்பிட்டுக் கபிலர் பாடியுள்ளார். பாரி, அறிவும் நற்பண்பும் இல்லாதவர்களாயினும், தன்னை நம்பி,

நாடி வந்தோருக்கு, மாரியைப் போலவே, வாரி வழங்கினான் என்கிறார் கபிலர். வாரி வழங்குவதில் மாரியை ஒத்த பாரி, எல்லோரையும் ஒன்றாகவே மதித்ததினால் கடவுளுக்கு நிகரானவன் என்கிறார் கபிலர்.

தமக்கு நீர் தந்துதவும் மேகங்களுக்கு இவ்வுலகம் என்ன கைம்மாறு செய்கின்றது? மேகங்களைப் போன்றவர் செய்யும் உதவிகளும் கைம்மாறு எதிர்ப்பார்க்காதவையே. எனவே உயிர் காக்கும் அமுதமாகிய மழை நீர் சங்க காலத்தில் கபிலரால் பாடப் பெற்றமை நினைவு கூறத்தக்கதாகும்.

மழை நீர் உயிர்களைக் காத்து, அவற்றை நிலைபெறச் செய்வதால் அமுத மாகிறது. உண்பவருக்கு வேண்டிய உணவுகளையும், அவர்தம் பிணி தீர்க்கும் மருந்துகளையும் உண்டாக்கும் மழையானது, தானும் எல்லா உயிர்களுக்கும் உணவாகிறது. மழையின்றேல் கடல் வளம் குறையும். அப்போது கடலில் இருக்கும் உயிரினங்கள் அழிய நேரும். எனவே கடலுக்கும் மழை தேவையாகிறது. இவை அன்றி, ஒழுக்கத்திற்கும் மழை மிக மிக இன்றியமையாததாகிறது. உயிர்களுக்கு அமுதாகவும், கடலைக் காக்கும் வள்ளலாகவும், ஒழுக்கத்திற்கு வித்தாகவும் மழை விளங்குகின்றது.

மனவளமே உடல் நலத்திற்கு அடிப்படை

தலைவன்/தலைவி மார்பில் சந்தனம் பூசிக்கொள்ளுதல், மகளிர் தம் கூந்தலுக்கு அகிற் புகையூட்டுதல், தலைக்கு மணம் வீசும் நெய் பூசுதல், தலைவி தாழை மடலிற் கட்டிய கண்ணியைச் சூடுதல், தலைவன் பிச்சி மலரால் தொடுத்த மாலையைச் சூடுதல் அக்காலத்தே வழக்கமாக இருந்தது என்பதை பண்டைத் தமிழர் நன்கு அறிந்திருந்தனர். "மாமழை போற்றுதும் மாமழை போற்றுதும்" என்ற சிலப்பதிகார அடியும் இதற்குச் சான்றாகும்.

இவை மனிதனின் தட்பவெப்பத்தைச் சமன்படுத்தும் மருத்துவ நடவடிக்கை யாகவும் அமைந்தன.

"பழுத்த மிளகு சிந்திக்கிடக்கின்ற பாறையிடத்தே தோன்றுகின்ற நீண்ட சுனையிலே, நெகிழ்ந்து உதிர்ந்த மா, பலா, வாழைப் பழங்களால் விளைந்த தேறலில் உள்ள ஈக்களைத் தள்ளிப் புகுந்து வந்து, திரண்ட தேறலை நீரென்று எண்ணி உண்ட மயிலானது, கூத்தாட்டு அவையிலே கயிற்றில் ஏறியாடுகின்ற ஆடல் மகள் போலத் தள்ளாடுகின்ற சாரலையுடையவனும், வானளாவிய உச்சியிலே கிளைத்த செங்காந்தள் பூக்கள், நல்ல பல கச்சு விரித்த களம் போல, அழகு பெற்ற நிலப்பரப்பை

உடையவனும் ஆகிய மலைநாடன், தலைவிக்கு வாய்த்தமை பெறற்கரிய பேறு என்று கூறி, தோழி செவிலியின் வாயிலாக, தலைவியின் தாய், தந்தையர்க்கு களவை அறிவித்தல் மகிழற்பாலது. தலைமகன் அறிவாலும், ஆற்றலாலும், வளத்தாலும், வாய்மையாலும், தம்மின் மிக்கான் என்று கூறுவதாலும், அவனுறவு நமக்கு எய்துதற்கு அரியது என்று கூறுவதாலும், இவையாவும் நல்வினைப் பயனாலேயே நிகழ்வதாகக் கபிலர் காட்டுவது, சங்க காலத்தில் மானுடம் தழைக்க, மன நலம் எவ்வாறு தலைசிறந்து விளங்கித் துணைபுரிந்தது என்பதற்கு ஓர் சிறந்த எடுத்துக்காட்டாகும். இனி வள்ளுவரும் கபிலரது கருத்தினையே ஒத்திருந்தார் என்பது அவரது குறளால் விளக்கமாகிறது.

மனநலம் மன்னுயிர்க்கு ஆக்கம்; இனநலம்
எல்லாப் புகழும் தரும்.

மேற்கூறியவற்றின் மூலம் சங்கத் தமிழர் உடல் நலத்தையும் மன வளத்தையும் பேணுவதில் மருத்துவப் பயிற்சி உடையோராய்த் திகழ்ந்தனர் என்பதை அறிந்து கொள்ளலாம். ஆனால் பண்டைக் காலந்தொட்டே தமிழகத்தில் வழங்கி வந்த மருத்துவ முறையானது 'சித்த மருத்துவம்' என்ற பெயரில்தான் வழங்கி வந்தது என்று கூறுவதற்கில்லை. 'சித்த மருத்துவம்' என்ற பெயரால் பிற்காலத்தில் அமைந்த மருத்துவ முறையின் முன்னோடி முயற்சிகளாக அவை அமைந்தன என்பதில் ஐயமில்லை.

4

திருவள்ளுவரின் மருத்துவக் கோட்பாடு

மரு. கு. கணபதி

முன்னுரை

திருவள்ளுவர் இயற்றிய நூல் தமிழ் மறையாகிய **திருக்குறள்**. திருவள்ளுவர் பற்றிய உண்மையான வரலாறு சரியாக கிடைக்காவிட்டாலும் 2000 ஆண்டுகட்டு முன் வாழந்து, திருக்குறளை எழுதியுள்ள திருவள்ளுவரையே நாம் முக்கியமான வராகக் கொள்ள வேண்டும்.

திருக்குறளில் *மருந்து* என்னும் அதிகாரத்தில் இவர் இயற்றியுள்ள பத்துத் திருக்குறள்களே மருத்துவத்தின் பெரிய விளக்கமாக அமைந்துள்ளன. இவர் நெசவுத் தொழில் செய்து வாழ்ந்தார் என்பர்.

மெய்யுணர்வாளர்கள் பலவும் அறிந்த நல்லறிவாளர்களாக இருப்பதோடு, மனக்கட்டுப்பாடும் நிறைந்தவர்களாக விளங்குவார்கள். அவர்கள் உள்ளத்தில் சாதி, மதம், இனம், மொழி நாடு போன்ற எத்தகைய வேறுபாட்டு உணர்வுக்கும் அணுவளவும் இடம் இருக்காது, இருக்கக் கூடாது. இத்தகையப் பெரியவர் களைத்தான் நிறைமொழி மாந்தர் என்கிறார் திருவள்ளுவர் பெருந்தகை. இத்தகைய நிறைமொழி மாந்தர்களின் பெருமையை அவர்கள் கூறிய, எழுதிய வாழ்வியல் உண்மைகளே காட்டிவிடும் என்பதை:

நிறைமொழி மாந்தர் பெருமை நிலத்து
மறைமொழி காட்டி விடும் (குறள்–28)

என்னும் குறள்வழித் தெளிவு செய்துள்ளார்.

"யாதானும் நாடாமால் ஊராமால்" (குறள் – 397) என்னும் உணர்வோடு, தாம் சொல்லும் கருத்துகள் எல்லா மாந்தர்க்கும் பொதுவானவைகளாக அமைய வேண்டும் என்ற விரிந்து பரந்த மன உணர்வோடு திருவள்ளுவப் பெருந்தகை தம் நூலைப் படைத்ததனால்தான், திருக்குறள் நேற்றைக்கு, இன்றைக்கு நாளைக்கு என்றில் லாமல், என்றைக்கும் வழிகாட்டும் பேரொளியாக, பொதுமறையாகத் திகழ்ந்து வருகிறது.

திருக்குறளில் எல்லாத்துறைக் கருத்துகளும் கூறப்பட்டுள்ளன. திருவள்ளுவரின் உள்ளத்தில் மருத்துவம் தொடர்பான கருத்துகளும் ஊடுருவி நின்றுள்ளதைக் காண முடிகின்றது.

மருந்து எனப் பார்க்கும் போது, சாவா மருந்து, எவ்வ நோய் (குருதி அழுத்தத்தின் காரணமாக மனச்சோர்வு முதலியன) தீர்க்கும் மருந்து, உறுதுயர் தீர்க்கும் மருந்து, பிணிக்கு மருந்து எனக் குறிப்புகள் வருவதோடு, 'தன் நோய்க்குத் தானே மருந்து' ஆகும் என்ற கருத்தும் உயிரினங்கள் பற்றிய குறிப்பும், மருந்து மரம் பற்றிய குறிப்பும், தேனோடு பால் கலந்து மருந்தாகும் என்ற குறிப்பும் இடம் பெற்றுள்ளன.

நோயாளியை உற்றான் (949), உற்றவன் (950) எனக் குறிப்பிடும் திருவள்ளுவர், அவரை மருத்துவத்தின் ஒரு பகுப்பாகவே குறிப்பிடுகின்றார். அத்துடன், தொழு நோயாளி, நோய் பரப்பும் பரத்தையர், மன நோயாளிகள், ஊனமுற்றோர் பற்றிய குறிப்புகள் குறளில் இடம் பெற்றுள்ளன. நோய் எனப் பார்க்கும் போது, ஏறத்தாழ 44 இடங்களில் 'நோய்' என்னும் சொல்லும், 6 இடங்களில் 'பிணி' என்னும் சொல்லும் இடம் பெற்றுள்ளன. நோய்க்கான காரணங்கள் எனப் பார்க்கும்போது, காற்று, பித்தம், சளி மிகல்–குறைதல், உணவின் மிகுதி–குறைபாடு, பசிக் கொடுமை, ஒவ்வாமை, புலால், சோம்பல், நீண்ட தூக்கம், மரபுவழி, தனக்குத்தானே நோய் செய்தல், மனநலம் குன்றல் முதலியவைத் தொடர்பாகக் குறிப்புகள் கிடைக்கின்றன. மேலும் சுற்றுச் சூழல் மாசுகள் தொடர்பாக நிலம், நீர், காற்று, மனிதரின் குறைபாடுகள் தொடர்பான மாசுகள் பற்றிய செய்திகள் கிடைக்கின்றன.

தீப்புண், விழுப்புண், செவிப்புண், ஊமைப்புண் பருசீழ்பிடித்தல், தாடை எலும்பு முறிவு போன்ற குறிப்புகளும் குறளில் இடம்பெற்றுள்ளன.

விபத்துகள் என்று பார்க்கும்போது 40 வகையான வெவ்வேறு விபத்துகள் பற்றியும், ஊனங்கள் எனப் பார்க்கும் போது, உடலால் ஊனமுற்றோர், உறுப்பிருந்தும் ஊனமுற்றோர், உள்ளத்தால் ஊனமுற்றோர் என்போரைப் பற்றிய குறிப்புகள் கிடைக்கின்றன. ஊனமுற்றோர் மேம்பாட்டுக்கான வழிவகை பற்றிய ஒரு சில குறிப்புகளும் இடம் பெற்றுள்ளன. மனநோய் பற்றிய அளவில் மனநோயரைச் சுட்டும்

பெயர்களும், பல்வேறு தீய செயல்களாலும், தீய பண்புகளாலும் மனிதர்கள் மனநோயர் ஆவது பற்றிய குறிப்புகளும், அந்த மனநோய்களிலிருந்து விடுபடுவதற்கான வழிமுறைகளும் திருக்குறளில் காணப்படுகின்றன. காமத்துப்பாலைப் பொறுத்த வரை, ஊடல், கூடல் பிரிதல் ஆகிய சூழல்களில் ஆடவர் மகளிர் மனநிலைகள் எவ்வெவ்வாறு அமையும் என்பதை உளவியல் பாங்கில் மிக நுட்பமாக வெளிப் படுத்தியுள்ளார்.

மருந்து, உணவு, சுற்றுச் சூழல் மாசு, மனநலம் ஆகிய நோக்கில் வருமுன் காப்பதற்கான வழிமுறைகளைச் சுட்டியுள்ளார். வருமுன் எச்சரிக்கை எடுக்கப் படுமானால், மரபுவழி நோய்களையும் முடங்கச் செய்துவிட முடியும் என்றும் வழிகாட்டியுள்ளார்.

உணவுக் கட்டுப்பாட்டினாலேயே உடலுக்கு நோய்கள் வராமல் பாதுகாத்துக் கொள்ள முடியும் என்பனவற்றைத் தெளிவாக விளக்கியுள்ளார்.

நோய் நாடி நோய் முதல் நாடி அதுதணிக்கும்
வாய்நாடி வாய்ப்பச் செயல் (948)

உற்றான் அளவும் பிணியளவும் காலமும்
கற்றான் கருதிச் செயல். (949)

என்னும் குறள்கள் மூலம் நோய் அறியும் வழிமுறைகளைத் தெளிவாகக் கூறி யுள்ளார்.

உறுப்புக் கொடை, மூப்பியல், உடற்கூற்றியல், உடல் இயங்கியல், உயிர் வேதியியல், ஐம்புலக் கட்டுப்பாடு, ஒரு செயல் கூர்மைப்பட பிற செயல்களை முடக்கும் வகை, 'புலன்களின் கட்டுப்பாட்டால் பெறும் தனி ஆற்றல்கள், குருதி ஓட்ட இயக்கம், உணவு செரிமான இயக்கம், மூச்சுப் பாதை இயக்கம், கழிவு அகற்று இயக்கம், இனப் பெருக்க உறுப்புகள், தசை நரம்பு எலும்புத் தொகுதி இயக்கங்கள் முதலியன பற்றிய கருத்துகள் திருக்குறளில் ஓரளவு இடம் பெற்றுள்ளன.

மரபணுக்கள் பற்றிய சில தொடக்ககால "முளை" களைத் திருக்குறளில் காணலாம். முன்னோரின் பண்பு நலன்கள் குழந்தைகளுக்கும் இருக்கும் என்பது தெளிவு. உடல்அமைப்பு, உள்ள எண்ணம், பிற பழக்கங்கள் எல்லாம் கருவில் அமைந்தவாறே எனப் பிற சித்தர் நூல்களிலும் கூறப்பட்டுள்ளன.

திருக்குறள் ஒரு வாழ்வியல் பொது நூல், இந்நூலில் நிறைய மருத்துவக் கருத்துகள் பொதிந்துள்ளன. இவை பெரிதும் உவமைகள் வழியாகவும் உருவகங்கள்

வழியாகவும், வேறொரு பொருண்மைக்குரிய நிலையிலும் வெளிப்பட்டுள்ளன. ஒரு மருத்துவராக இல்லாத யார் ஒருவரும், இவ்வளவு மருத்துவம் சார்ந்த கருத்துகளை வெளிப்படுத்துவது இயலாத ஒன்று.

சித்தர் வரிசையில் திருவள்ளுவரைக் குறிப்பிடாவிட்டாலும், அவருடைய மருத்துவக் கருத்துகளைப் பார்க்கும் போது அவர் ஒரு "மருத்துவரல்லாத சித்த மருத்துவர்" எனக் கூறினால் அது மிகையாகாது.

திருவள்ளுவர் *மருந்து* என்ற அதிகாரத்தில் கூறியுள்ள 10 பாடல்களில், கீழ்க்கண்ட இரண்டு குறள்களுக்கு மட்டும் மருத்துவ ரீதியாக, விரிவான விளக்கத்தைப் பார்ப்போம்.

நோய்நாடி நோய் முதல் நாடி அது தணிக்கும்
வாய்நாடி வாய்ப்பச் செயல் (948)

நோயை இன்னதென்று கணிக்காமலோ, நோயின் காரணத்தை இன்னதுதான் என்றறியாமலோ செய்யக்கூடிய மருத்துவத்தை, "மருந்தாளுநர் மருத்துவம்" (Compounder Treatment) என்று கூறுவர். சித்த மருத்துவமும் அவ்வாறுதான் மருத்துவர்களால் கையாளப்பட்டு வருகிறதோ என்ற ஐயம் பலருக்கு உண்டு. ஆனால் மேல் குறிப்பிட்டக் குறள் ஒன்றே போதும், சித்த மருத்துவம் எவ்வளவு முழுமை யான மருத்துவம் என்பதனை அறிய. எந்தக் கருத்தையும் சுருங்கக்கூறி விளங்க வைப்பதில் வள்ளுவருக்கு நிகர் வள்ளுவரே என்றால் அதில் மாற்றுக் கருத்து இருக்க முடியாது. பலரும் குறளுக்கு விளக்கத்தை எழுதும் நிலையில், மருத்து வர்களால் உணரக்கூடிய விளக்கம் இந்தப் பாடலுக்கு என்ன என்பதனைப் பார்ப்போம்.

நம்மை இயற்கை வழியில் செல்லவிடாமல் தடுக்கும் சக்தி எதுவோ அதுவே நோயாகும். அது உள்ளத்தைப் பற்றியதாகவும் இருக்கலாம், உடலைப் பற்றிய தாகவும் இருக்கலாம்.

நோய் நாடி

'நோய்நாடி' என்பது நோயைக் கணித்தல் ஆகும். அதாவது எந்த நோயினால் அவதியுறுகின்றார் என்பதை அறிவதாகும். நோயை எவ்வாறு அறியலாம் என்று பார்க்கும் பொழுது எண்வகைத் தேர்வை நினைவுகூர்தல் வேண்டும். அதாவது நா, நிறம், மொழி, விழி, ஸ்பரிசம், மலம், மூத்திரம், நாடி என்ற எட்டுவகைப் பரிசோதனைகளாகும்.

1. நா

நாவை மூன்று வழிகளில் பரிசோதிக்க வேண்டும். அவை:

1.1. நாவின் நிறம்

வாத நிறம்	–	கறுமை
பித்த நிறம்	–	மஞ்சள், சிவப்பு
கப நிறம்	–	வெள்ளை
தொந்த நிறம்	–	ஒன்றோடென்று கலந்த நிறம்
முக்குற்ற நிறம்	–	வாத, பித்த, கப நிறங்களில் தோன்றல்

1.2. நாவின் குணம் அல்லது நாவின் தன்மை

மாப்படிந்துள்ளதா, புண்பட்டுள்ளதா, வளைந்து காணப்படுகிறதா, வழவழத்துக் காணப்படுகிறதா, நா வறட்சி அல்லது அதிகமாக நீர் ஊறல் உள்ளதா, நாவெடிப் புற்றுக் காணப்படுகிறதா, இலசுனவளர்ச்சி, பற்களின் நிலை போன்ற இன்னும் பல குணங்களை அறிதல் வேண்டும்.

1.3. நாவின் புலன்

சுவை நன்றாக இருக்கிறதா, சுவையின்றி இருக்கிறதா, சுவை மாறுபட்டுக் காணப்படுகிறதா (நச்சுத் தன்மைகளில் இவ்வாறு காணப்படுவது உண்டு என அறிதல் வேண்டும்).

2. நிறம் (மெய் நிறம்)

வாத நோயினன் உடல்	–	கறுத்தும்
பித்த நோயினன் உடல்	–	மஞ்சளித்தும் அல்லது சிவந்தும்
கப நோயினன் உடல்	–	வெளுத்தும்
தொந்ததோட நோயினன் (இரு குற்றக்கலப்பு உடல்)	–	கேடு அடைந்த குற்றத்திற்கு ஏற்ப இரு கலப்பு நிறத்துடனும்

உதாரணமாக:

வாத, பித்த நோயினன் உடல் –	கறுத்து மஞ்சளித்தும் அல்லது கறுத்துச் சிவந்தும் இருத்தலாகும்.
வாதம், பித்தம், கபம் ஆகிய மூன்றும் சேர்ந்த நோயினன் உடல் (சன்னிபாதம் அல்லது முக்குற்றம்) –	பல நிறங்களையுடையதாயிருக்கும்.

உடலின் நிறத்தை வைத்துச் சாதலை அறியும் குறிப்புகளும் பிற சித்தர்களால் கூறப்பட்டுள்ளன.

3. மொழி

உரத்தஒலி, சமஒலி, குரற்கம்மல், சிரித்தல், பிதற்றல், சம்பந்தமில்லாத பேச்சு, பெருங்கூச்சல், வருந்திப்பேசல், கபத்தோடுடைய பேச்சு, மூச்சுத்திணறலுடன் பேசல் போன்றன.

4. விழி

விழியின் நிறம் – தோட நிறம்

விழியின் குணம் – 96 வகையான கண்ணோய்களில் ஏதேனும் உள்ளதா என அறிதல்.

புலன் – பார்வையறிதல்

5. ஸ்பரிசம்

மெய்யின் நிலை – தொட்டுப் பார்த்தல் முதலியன.

சூடாயிருத்தல், கொதித்தல், குளிர்ந்திருத்தல், சில இடங்களில் இரண்டும் இல்லாதிருத்தல், முழுவதும் சில்லிட்டிருத்தல், வியர்த்தல், மறத்திருத்தல், பிசுபிசுத்தல், தோலில் வெடிப்பு, மயிர்த்தடித்தல், உதிர்த்தல், சிலிர்த்தல், மூக்கு சில்லிடல், உடல் சுரசுரத்தல், தடித்தல், புடைகளுண்டாதல், பற்று ப்படைகள், கட்டிகள், சொறி, சிரங்கு, புண், புரை, வீக்கம் தேகம் இளைத்தல் அல்லது பருத்திருத்தல் முதலியவற்றை ஆராய்தலாகும்.

உடலின் நிலையை வைத்து அதாவது, குறிப்பிட்ட இடங்களில் வியர்வை உண்டாதல், துடித்தல் இது போன்ற குறி குணங்களால் சாதலையும் அறியலாம்.

6. மலம்

நிறம் சிவந்து (குருதி கலந்து) இருத்தல், வெளுத்துச் சலம் கலந்து இருத்தல்.

அளவு	–	மலக்கட்டு முதலியன
மணம்	–	நாற்றம்
பித்த குணம்	–	புளிப்பு மணம்
கப குணம்	–	துர்நாற்றம்
நுரை	–	நுரையுடன் மலம் கழிதல் (உஷ்ணம் – வாயு)

7. மூத்திரம்

நீர்க்குறி நிறம், அளவு, மணம், நுரை, எஞ்சல் இவற்றை அறிய வேண்டும்.

நீர்க்குறி	–	வாதம் – அரவென நீளுதல்
பித்தம்	–	ஆழிபோல் பரவல்
கபம்	–	முத்தொத்து நிற்றல்

8. நாடி

நோயைக் கணித்தலை உறுதிப் படுத்துவது நாடி முறையாகும்.

வாத நாடி	–	வாதத்தில் வாயு உஷ்ணம் சீதம்
பித்த நாடி	–	பித்தத்தில் வாயு உஷ்ணம் சீதம்
கப நாடி	–	கபத்தில் வாயு உஷ்ணம் சீதம்

தொந்த நாடி, முக்குற்ற நாடி முதலியவற்றை அறிதல்.

நோய் முதல் நாடி

நோயின் காரணத்தை அறிதலாகும்.

1. புறக்காரணம் தன் செயல்
   பிற செயல்
   தன்பிற செயல்
   செயல் மாறுதலால் உண்டாதல்
2. அகக்காரணம்

உணவு வகைகள் – அறுசுவை அடிப்படையில்.

எல்லாச் சுவைகளும் ஐம்பூதச் சேர்க்கையால் உண்டாகின்றன.

மண்	+	நீர்	–	இனிப்பு
மண்	+	தீ	–	புளிப்பு
நீர்	+	தீ	–	உவர்ப்பு
வளி	+	தீ	–	கார்ப்பு
மண்	+	வளி	–	துவர்ப்பு
வளி	+	வெளி	–	கைப்பு

புளி துவர் மிஞ்சுங் கறியால்
பூரிக்கும் வாதம் செறி உவர் கைப்பேறில்
பித்து சீறும் கிளிமொழியே
கார்ப்பு இனிப்பு மிஞ்சில் கபம் மிகும்
சட்டிரத சேர்ப்புணரில் நோயணுகாதே

என்பது பதார்த்த குண சிந்தாமணிப் பாடல்.

வாத (வளி) நோயை உண்டாக்கும் சுவைகள் :
கைப்பு, துவர்ப்பு, கார்ப்பு.

பித்த நோயை உண்டாக்கும் சுவைகள்:
கார்ப்பு, புளிப்பு, உவர்ப்பு.

கப நோயை உண்டாக்கும் சுவைகள்:
இனிப்பு, புளிப்பு, துவர்ப்பு, உவர்ப்பு.

உதாரணமாக

வாத பந்தமலாது மூலம் வராது
குடல் தனிலே சீதமலாது சுரம் வராது

போன்ற மூலக்குற்றங்களும் இதனுள்ளே அடங்கிவிடும்.

வாய் நாடி

நோயைக் கணித்தபின் அதன் மூலகாரணத்தையும் அறிந்து, பின் நோயாளி அந்நிலையில் இருந்து குணம் பெறுவதற்கும், மருத்துவம் செய்வித்தலுக்கும் முன் மருத்துவம் செய்யப்போகும் முறையை முடிவு செய்தல் வேண்டும்.

விரேசனத்தால்	–	வாதம் தாழும்
வமனத்தால்	–	பித்தம் தாழும்
நசியம், ஆக்கிராணத்தால்	–	கபம் தாழும்

என்ற அடிப்படைத் தத்துவத்தின் கீழ்த் தொடங்கல் வேண்டும்.

அதன் பின் தோன்றியுள்ள குறி குணங்களுக்கு, அதன் கேடுற்றக் குற்றத் தினைப் பொறுத்து என்ன மருத்துவம் செய்ய வேண்டும் எனத் தீர்மானித்தல் வேண்டும். அதன் பின் ஏழு உடற்கட்டுகளில் எந்தெந்த உடற்கட்டுகள் பாதிப்பு அடைந்துள்ளன என்பதை உணர்ந்து, அவற்றை நன்னிலைப்படுத்த, மருத்துவம் செய்விக்க முடிவெடுக்க வேண்டும் என்பதாகும். பொதுவாக மருத்துவ முறையை எதிர் உரை, ஒப்புரை, கலப்புரை என்ற ரீதியில் அமைக்கின்றோம். உதாரணமாக கழிச்சல் இருக்கிறதென்றால் எதிர் உரையில் கழிச்சலை நிறுத்துவதற்கான மருத்துவம் செய்தலாகும்.

ஒப்புரையில் கழிச்சலுக்கான காரணத்தை உணர்ந்து செரியாமையின் பொருட்டு உண்டாகியிருக்குமாயின், நன்றாகச் செரிப்பித்து மலத்தைக் கழிக்கக் கூடிய மருந்துகள் கொடுக்க வேண்டும்.

கலப்புரையில் நேர் மருந்தையும், ஒப்பு மருந்தையும் கொடுத்து மருத்துவம் செய்ய முடிவெடுத்தல் ஆகும்.

நோயளவு, நோயாளி அளவைப் பொறுத்து, மருத்துவர் மிகவும் கவனமாக இவ்வழிகளில் எதனைத் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும் என்பதனை முடிவு செய்ய வேண்டும்.

வாய்ப்பச் செயல்

நோயைப் பொறுத்தும் நோயாளியைப் பொறுத்தும் மருத்துகளை நிர்ணயித்து மருத்துவம் செய்தலாகும்.

வேர்பாரு தழைபாரு விஞ்சினக்கால்
பற்ப செந்தூரம் பாரே

என்ற அடிப்படையில் முதலில் மூலிகைகளினால் மருத்துவம் செய்விக்க முயல வேண்டும். இன்று மக்கள் உலோக, பாடாண மருந்துகளைச் சாப்படுவதில் பயமும், மூலிகை மருந்துகளைச் சாப்பிடுவதில் மகிழ்ச்சியும் கொண்டுள்ளார்கள். அக் காலத்திலும் இது வலியுறுத்தப்பட்டுள்ளது. மூலிகை மருந்துகளில் குணம் முழுமையும் ஏற்பட வழி இல்லை என்ற நிலையில் உலோக, பாடாண மருந்துகளை மருத்துவரின் எண்ணத்திற்கு ஏற்பப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

மருத்துவ முறையில் மலத்தைத் கழிக்க முதலில் மருத்துவம் செய்விக்க வேண்டும் என்ற நிலையில், நோயாளியைப் பொருத்தும் (உடல் இலக்கணம்), காலத்தைப் பொறுத்தும், நோயைப் பொறுத்தும் (குற்ற அடிப்படையில்) என்ன வகையான மருத்துவத்தைக் கையாளலாம் என்பதை உணர வேண்டும். ஏனென்றால் மலத்தைக் கழிக்கக் குடிநீர், மாத்திரை, தைலங்கள் போன்ற மருந்துகள் உள்ளன. அடுத்து நோய்க்கான நேர் மருந்தைத் தேர்வு செய்தல் வேண்டும். அதற்குத் துணை மருந்து ஏதேனும் சேர்க்க வேண்டுமானாலும் சேர்க்க வேண்டும். உதாரணமாக வெளுப்பு நோயால் பாதிக்கப்பட்டவருக்கு மருத்துவம் செய்விக்கும் போது அயச்செந்தூரமோ அல்லது அன்னபேதிச் செந்தூரமோ கொடுக்கும் போது ஏதேனும் சூரணத்தைத் துணை மருந்தாகத் தேவைப்பட்ட குணத்திற்குத் தகுந்தாற்போல் கொடுத்தல் வேண்டும். மருந்துகளின் அளவு, நோயளவையும், நோயாளியின் அளவையும் பொறுத்துப் பொது அளவில் இருந்து தேர்வு செய்தல் வேண்டும்.

பத்தியம் நோய்க்காகவும், மருந்திற்காகவும் தேவைப்படுவதற்கு இணங்க நோயாளிகளுக்கு அறிவித்தல் வேண்டும். உணவில் நோய்க்குக் காரணமான சுவையுள்ள உணவுப் பதார்த்தங்களை நீக்கச் சொல்ல வேண்டும். உதாரணமாக கப நோயினால் பாதிக்கபட்ட நோயாளிகளுக்கு இனிப்பை (மண்+ நீர் = இனிப்பு, கபம்) நீக்கச் சொல்ல வேண்டும். அதுபோல் சேர்க்க வேண்டியவற்றைச் சேர்க்க வேண்டும்.

நோய் முதல் நாடலின் புறக் காரணத்தில், தன்செயல், பிறசெயல், தன்பிற செயல்களைப் பிரித்ந்தறிது பார்ப்பதினால் இவற்றைத் தவிர்த்து நோய் வராமலும்

தடுக்கலாம் என்பது அறியப்படுகிறது. எனவே இக்குறளின் மூலம் மருத்துவம் (இந்திய மருத்துவம் – தமிழர் மருத்துவம்) எவ்வளவு முழுமை பெற்ற மருத்துவமாக, வழக்கத்தில் மக்களுக்குப் பயன்படுத்தப்பட்டு வருகிறது என்பது தெளிவாகிறது.

இனி மருத்துவ முறையின் அடிப்படையைக் கூறுதலில் மணிமுடியாய்த் திகழும் மற்றொரு குறளைக் காண்போம்.

உற்றான் அளவும் பிணியளவும் காலமும்
கற்றான் கருதிச் செயல்.

உற்றான் அளவு

1. உடலின் இலக்கணம் (Constitution of body)

உற்றான் – நோயுற்றான் முக்குற்றங்களை அடிப்படையாகக் கொண்ட உடலில், உணவு செயல்களால் இக்குற்றங்களுள் எது மிகுதிப்பட்டு வெண்ணீர் (சுக்கிலம்) சுரோணிதத்துடன் கலக்கின்றதோ அக்குற்றமே முதல் காரணமாய் இருந்து யாக்கையை அமைக்கும். அவ்வாறு அமைக்கப்பட்ட உடல், குற்ற மிகுதியின் பெயரால் வழங்கப்படும். எவ்வாறெனின் வளி மிகுதியால் உண்டான உடலை வளி உடல் என்றும் அழல் மிகுதியாலுண்டான யாக்கையை அழல் உடல் என்றும் ஐய மிகுதியால் உண்டான உடலை ஐய உடல் என்றும் கூறுகின்றோம். இம்மூன்று உடலும் முறையே அதம, மத்திம, உத்தம உடல் என்று வழங்கப்படும்.

எனவே நோய்க்கு மருத்துவம் செய்யும் முன் நோயாளி எந்த உடலினன் என்பதை உணர்ந்து அதற்குத் தகுந்தாற்போல் மருத்துவ முறையை அமைத்து மருத்துவம் செய்தல் வேண்டும்.

2. வயது

ஒருவரின் ஆயுட்காலம் 120 ஆண்டுகளாக நிர்ணயிக்கப்பட்டுள்ளது. இதனில் முதல் 40 ஆண்டுகள் வாத (வளி) காலம் (வளரும் நாட்கள்). அடுத்த 40 ஆண்டுகள் பித்த (அழல்) காலம் (தொடர்ந்து இருக்கும் நிலை). அடுத்த 40 ஆண்டுகள் ஐய (கப) காலம் (அனைத்தும் குறையும் காலம்) ஆகும். எனவே நோயாளி எந்தக் காலத்தில் இருக்கிறார் என்பதை மருத்துவம் செய்யுமுன் வயதை வைத்துக் கணித்து மருத்துவம் அமைத்தல் வேண்டும்.

3. உடல் வன்மை

உடல் வன்மை மூன்று வகைப்படும். அவை: இயற்கை வன்மை, கால வன்மை, செய்கை வன்மை என்பன ஆகும்.

3.1. இயற்கை வன்மை

தாய், தந்தையின் சுரோணித சுக்கிலத்தின் தன்மையில் கருவிலேயே இயற்கையில் அமைந்த வன்மையாகும் (Natural Immunity).

3.2. கால வன்மை

இது ஆண்டாலும் (வயது), பருவ காலங்களின் மூலமாகவும் உண்டாவதாகும்.

3.3. செய்கை வன்மை

முக்குணங்களின் (தமோ ரசோ, சத்வ) சேர்க்கையால் இயற்கையாக உண்டான உடலை, அந்தந்தக் குணத்தன்மைக்கு உரிய உணவுச் செயல்களாலும், உடற் கட்டுகளின் தன்மை கெடாவண்ணம் நிலை நிறுத்தக் கூடிய மருந்துகளாலும் காத்து, வளர்த்துக் கொள்ளுதலாகும் (Aquired Immunity). எனவே நோயினன் நோய்வாய்ப்பட்ட நிலையில் உடல் வன்மையின் நிலை என்ன என்பதை உணர்ந்து அதனை, வன்மைப் படுத்தக் கூடிய மருத்துவம் செய்வித்தல் வேண்டும்.

4. தொழில்

நோயினைக் கணிப்பதற்கும், மருத்துவம் செய்வதற்கும் நோயுற்றவனின் தொழிலை உணர்தல் வேண்டும். வெப்பம் சம்பந்தப்பட்ட தொழிற்சாலை போன்றவற்றில் பணிபுரிகின்றாரா ? அல்லது குளிர்ச்சித் தன்மை தரக்கூடிய அல்லது தூசி மற்றும் மணல் இருக்கக்கூடிய இடங்களில் பணிபுரிகின்றாரா ? என்பதை உணர வேண்டும்.

5. பண வரவு

பண வரவிற்கும் உடல் வன்மையைப் பெருக்குவதற்கும் சம்பந்தம் உண்டு. எனவே அவரின் வரவு நிலை என்ன என்பதை உணர்தல் வேண்டும்.

6. மதம் மற்றும் பண்பாடு

மதம் சார்பான பண்பாட்டை அல்லது பழக்கவழக்கங்களை உணர்ந்து மருத்துவர் செயல்பட வேண்டும். உதாரணமாக முஸ்லிம் மதத்தினர் ஆண் குறியின் முன் தோலை அறுவை மூலம் நீக்கிடும் பழக்கம் இருப்பதனால் அவர்களுக்குச் சிறுநீர் நோய்கள், ஆண்குறி நோய்கள் தவிர்க்கப்படுகின்றன. எனவே அதனையும் மருத்துவர் அறிதல் வேண்டும்.

7. உணவுப் பழக்கவழக்கம்

வளி, அழல், ஐய நோய்கள் உண்டாதற்குரிய காரணங்கள் உணவுதான். ஐம்பூதத்தின் அடிப்படையில் அழல், ஐயம் ஆகிய இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றையோ அல்லது இரண்டையோ கூட்டுவதற்கோ, அடுத்த குற்றத்தைக் குறைப்பதற்கோ வழியுண்டு. சில நோயாளிகள் சில குறிப்பிட்டச் சுவையை விரும்பி உண்பார்கள். அப்படி இருக்கக்கூடிய நிலையை மருத்துவர் உணர வேண்டும். அதனை அறிந்து அந்தக் குறிப்பிட்ட சுவை பொருந்திய உணவுப் பதார்த்தங்களை நீக்கச் சொல்லி அறிவுறுத்த வேண்டும்.

8. முக்குற்றம்

மண்	+	நீர்	–	ஐயம் (கபம்)
தீ	–	அழல் (பித்தம்)		
வளி	+	வெளி	–	வளி (வாதம்)

9. அறுசுவை

மண் (பிருதிவி)	+	நீர் (அப்பு)	–	இனிப்பு
மண்	+	தீ (தேயு)	–	புளிப்பு
நீர்	+	தீ	–	உவர்ப்பு
வளி (வாயு)	+	தீ	–	கார்ப்பு
மண்	+	வளி	–	துவர்ப்பு
வளி	+	வெளி (ஆகாயம்)	–	கைப்பு

எனவே நோயுற்றவனின் உணவுப் பழக்க வழக்கங்களைக் கண்டறிதல் முக்கியமாகும். இன்னும் பல உறவினர் நிலை, நோயாளியின் உணர்வு நிலை போன்றவற்றை உணர்தல் வேண்டும்.

பிணி அளவு

நோயைக் கணித்து, அந்நோயின் நிலையை ஆரம்ப நிலை, இடை நிலை, நாள்பட்ட நிலை, தீவிர நிலை ஆகியவற்றைப் பிரித்துணர வேண்டும். இவற்றிற்கு நோயாளி தனி நோயால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளாரா அல்லது தொடர் நோயினால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளாரா (தனிக் குற்ற நிலை அல்லது இரு குற்றக் கலப்பு நிலை அல்லது முக்குற்றக் கலப்பு நிலை) எனக் கணிக்க வேண்டும்.

இதுவன்றி நோயின் நிலையைப் பொறுத்துத் தீரும் நிலை, தீரா நிலை அல்லது அரிதில் தீரும் நிலை ஆகியவற்றை அறிந்து கொள்ள வேண்டும். ஏனென்றால் நோயின் இந்நிலை ஒவ்வொன்றுக்கும் தக்கவாறு தீவிர சிகிச்சை மற்றும் தேர்வு செய்யும் மருந்துகள் ஆகியவை மாறுபட்டு அமைகின்றன.

பிணியாளியின் நிலையை நா, நிறம், மொழி, விழி, ஸ்பரிசம், மலம், மூத்திரம், நாடி ஆகிய எண்வகைத் தேர்வினால் கண்டறிய வேண்டும். உதாரணமாக நாடியில் தீராக் குறியைக் குறிப்பிடும் போது வளி, அழல், ஐய நாடிகள் ஒன்று சேர்ந்து விட்டிலைப் போலத் துடிக்கும் எனக் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. எனவே பிணியின் அளவை நன்குணர்ந்து மருத்துவ முறையை அமைத்தல் வேண்டும்.

1. காலம்

சிறுபொழுது, பெரும்பொழுது எனக் காலத்தை இரண்டு பெரும் பிரிவுகளாகப் பிரிக்கலாம்.

சிறுபொழுது : ஒரு நாள் ஆகிய 24 மணி நேரத்தைக் குறிப்பதாகும். காலை 6 மணி முதல் மாலை 6 மணி வரை உள்ள காலத்தில், காலையில் – வளி (வாதம்) மிகும் எனவும், மதியம் – அழல் (பித்தம்), மாலையில் – ஐயம் (கபம்) ஆகியன கூடும் எனவும் கூறப்பட்டுள்ளது.

பெரும்பொழுது : பன்னிரண்டு திங்கள் கொண்ட ஓர் ஆண்டு 6 பருவ காலங்களைக் கொண்டது. பருவ காலங்கள் ஒவ்வொன்றிலும் மூன்று குற்றங் களின் நிலை என்னென்ன என்பதை உணர்ந்து செயல்பட வேண்டும்.

2. முக்குற்ற நிலை

கார் காலம்	–	வளி வேற்றுநிலை வளர்ச்சி – அழல் தன்னிலை வளர்ச்சி

கூதிர் காலம்	–	வளி தன்னிலையடைதல் – அழல் வேற்றுநிலை வளர்ச்சி
முன்பனி	–	அழல் தன்னிலையாதல்
பின்பனி	–	ஐயம் தன்னிலை வளர்ச்சி
இளவேனில்	–	ஐயம் வேற்றுநிலை வளர்ச்சி
முதுவேனில்	–	வளி தன்னிலை வளர்ச்சி – ஐயம் தன்னிலையடைதல்

மேற்கூறியவாறு வளி முதலிய குற்றங்கள் கால இயல்பால் தன்னிலை வளர்ச்சி, வேற்றுநிலை வளர்ச்சி ஆகியவற்றை அடையக் கூடியவையாயிருப்பினும் அவை உணவு முதலிய காரணங்களால், அக்காலங்களில் அங்ஙனம் அடையாமல் வேற்றுமைப்படவுங்கூடும்.

இருந்தாலும் பருவ காலத்தின் அடிப்படையில், முக்குற்றங்களின் நிலை அறிந்து மருந்தினைத் தேர்வு செய்ய வேண்டும். உதாரணமாக வளியின் நிலைக்கு எண்ணெய் வடிவ மருந்துகளும், அழல் நிலைக்குக் குடிநீர் வடிவ மருந்துகளும் ஐய நிலைக்குச் சூரணம் (பொடி), மாத்திரை வடிவ மருந்துகளும் சிறப்பானவையாகும்.

இதுவன்றி மருந்துண்ணும் காலம் சாப்பாட்டிற்கு முன்பா, பின்பா, அதி காலையில் சாப்பிட வேண்டுமா அல்லது இரவு படுக்குமுன் சாப்பிட வேண்டுமா என்ற காலத்தையும் நிர்ணயிக்க வேண்டும். ஏனென்றால், மலம் கழிப்பதற்கான மருந்துகளைப் பொதுவாக இரவில் படுக்கும் முன்போ அல்லது அதிகாலையிலோ வழங்க வேண்டியது அவசியமாகும், மேலும் கொடுக்கக் கூடிய மருந்தின் கால அளவு எவ்வளவு நாட்களுக்குக் கொடுக்கப்படவேண்டும் என்பதை அறிந்து கொடுக்க வேண்டும். அடுத்ததாக மருந்தின் கால அளவு அதாவது மருந்தின் ஆயுள் நாட்களுக்கு மேல் பயன்படுத்தக்கூடாது.

எனவே மேற்குறிப்பிட்டக் காலத்தை உணர்ந்து மருந்துவம் செய்வித்தல் மிக முக்கியமானதாகும்.

கற்றான் கருதிச் செயல்

கற்றான் என்றால் இங்கு மருத்துவத் துறைக்குக் கற்றவர்களையும் பரம்பரை மருந்துவர்களையும் மட்டுமே வள்ளுவர் குறிப்பிடுவதைப் போல் இருக்கிறது. அது

மட்டுமன்று அவ்வாறு கற்ற மருத்துவர்களாலேதான் உற்றான் அளவு, பிணி அளவு, காலம் ஆகியவற்றை நன்கு அறிந்து மருத்துவம் செய்ய முடியும் என அறிவுறுத்துகின்றார். ஒரு மருத்துவ மாணவனுக்கு, ஒரு மருத்துவப் பேராசிரியர் பயிற்றுவிப்பதைப் போல.

ஆனாலும் நடைமுறையில் படித்தவர், படிக்காத்வர், அறிந்தவர், அறியாதவர் எல்லோருமே மருத்துவம் செய்கிறார்கள். இது தவிர்க்கப்பட வேண்டும்.

திருவள்ளுவர் மருத்துவத் துறைக்குரிய நோயின் வகை, நோய்க்குரிய மருந்துகள், மருந்தின் சேர்மானங்கள், மருந்து செய்முறை முதலிய செய்திகளை விவரிக்கவில்லை. ஆனால் எக்காலத்திற்கும் உரிய வகையில் மருத்துவத் துறைக்கான அடிப்படை அறக்கோட்பாட்டை வகுத்து, மருத்துவ உலகிற்கு வழிகாட்டியாய்த் திகழ்கின்றார் என்பதில் ஐயமில்லை.

5

சித்தர் அறிவியல்

மரு. கி. நடராசன்

முன்னுரை

அறிவியல் அல்லது விஞ்ஞானம் என்ற சொல் சயன்ஸ் (Science) என்ற ஆங்கிலச் சொல்லின் தமிழாக்கம். ஒரு பொருளைப் பற்றி ஆராய்ந்து, முறைப் படுத்தி, மற்றோர் ஒப்புக்கொள்ளும் வண்ணம் செப்பனிடப்பட்ட எத்துறையைச் சார்ந்த செய்திகளும் அறிவியலின் பாற்பட்டதேயாகும்.

எடுத்துக்காட்டாக, அளவை நூல் (Logic) என்பதும் அறிவியலாகவே கருதப் படுகிறது. அதைப் போலவே, அலோபதி மருத்துவம், சித்த மருத்துவம் ஆகிய மருத்துவங்களும் அறிவியலின் பாற்பாட்டவையே ஆகும்.

தற்போது "ரேஷனல்" (Rational) என்ற சொல்லாட்சி முறைப்படுத்தப்பட்ட எல்லாத்துறைகளுக்கும் பயன்படுத்தப்படுகிறது. "ரேஷனல்" என்ற ஆங்கிலச் சொல்லுக்குக் காரணத்தோடு விளக்கும் சக்தி கொண்ட (having the power of reasoning) என்பது பொருள்.

ஒவ்வொரு மருத்துவத் துறையும் அதனதன் அடிப்படைத் தத்துவங்களைக் கொண்டு, காரணத்தோடு விளக்கும் சக்தி கொண்டவையாகும். எல்லா அறிவியல் நூல்களையும் நவீன அறிவியல் அடிப்படையில் மட்டுமே விளக்க வேண்டும் என்பது நடைமுறையில் இயலாத காரியம். எடுத்துக்காட்டாக, உயிரைப் பற்றித் திருமூலர் சொல்லும் கருத்துகளை நவீன அறிவியல்படி நிரூபிக்க முடியாது. உயிரை நேரடியாக நவீன அறிவியலும் பார்க்க முடியாது. எனவே பார்க்க முடியாவிட்டாலும், ஊகித்தறிய முடிகின்றவற்றையும் ஒப்புக் கொள்வது சித்த அறிவியல். கொடுக்கப்பட்ட சித்த

மருந்துகளின் பலனை, நோயாளியின் நோய் தீர்ந்த நிலையைக் கொண்டும், நாடி, குறி குணங்களைக் கொண்டும் ஊகித்தறிவது சித்த அறிவியலாகும்.

அறிவு, இயல் என்ற இரண்டு சொற்களின் கூட்டு அறிவியல் எனப்பட்டது. இயல் என்ற சொல்லுக்கு ஒத்திருத்தல் என்ற பொருளுண்டு. எனவே அறிவோடு ஒத்திருத்தல் அறிவியலாகும். சித்தாந்தத்தில் அறிவு என்ற சொல் ஆன்மா அல்லது உயிரைக் குறிக்கும். ஏனெனில், உடம்பில் உள்ள கருவிகளையும், தத்துவங்களையும் துணையாகக் கொண்டு எல்லாவற்றையும் அறிந்து செயல்படும் ஆற்றல் மிக்கது ஆன்மாவாதலால், ஆன்மா அறிவு என்ற சொல்லால் சித்தர்களால் குறிக்கப்பட்டது.

இவ்வுலகிலுள்ள பொருள்களை இறைவன் படைத்தது ஆன்மாவுக்காகத்தான். உலகில் உள்ள பொருள்களைத் துணையாகக் கொண்டு அனுபவம் பெறும் பொருட்டே உலகில் உள்ள பொருள்கள் படைக்கப்பட்டன. உணவு, உடைகள் முதல் மற்ற நவீன அறிவியல் கண்டுபிடிப்புகள் வரை அனைத்தும் உயிர்களின் அனுபவத்திற்காகத்தான் இருக்கின்றன. எனவே அறிவாகிய ஆன்மாவின் இயல்தான் அறிவியல். ஆன்மாவாகிய உயிர் அறிந்து கொள்ளும் எல்லாமே அறிவியல்தான்.

தமிழர் அறிவியல்

“ஆயகலைகள் அறுபத்து நான்கினையும் ஏய உணர்விக்கும் என்னம்மை” என்ற பாடல் வரிகளுக்கிணங்க, தமிழ் அறிஞர் அறுபத்து நான்கு கலைகளை உண்டாக்கி, ஒழுங்குபடுத்தி உலகுக்குக் கொடுத்திருக்கின்றனர். அவையாவன : 1) எழுத்தியல்பு, 2) எழுது ஞானம், 3) கணிதம், 4) முதனூல், 5) பூர்வ கதை (புராணம்), 6) இலக்கணம், 7) நீதி நூல், 8) சோதிடம், 9) அறநூல், 10) யோக நூல், 11) மந்திர நூல், 12) நிமித்த நூல், 13) சிற்ப நூல், 14) மருத்துவ நூல், 15) உருவ நூல் (சாமுத்திரிகம்), 16) பழங்கதை (இதிகாசம்), 17) காப்பியங்கள், 18) அணியிலக்கணம், 19) சொற்பொழிவு, 20) நாடகம், 21) நடனம், 22) ஒலிக்குறி நூல், 23) வீணை நூல், 24) குழல் நூல், 25) பறை முழக்கம் (மிருதங்கம்), 26) தாள நூல், 27) வில்வித்தை, 28) பொன்னின் தேர்வு, 29) இரதப் பயிற்சி, 30) யானைத் தேர்வு, 31) குதிரைத் தேர்வு, 32) நவரத்தினத் தேர்வு, 33) நிலக் கூறு (Geology), 34) போர் இலக்கணம், 35) மற்போர், 36) ஆவிகளை அழைத்தல், 37) ஆவிகளை அகற்றல் மற்றும் ஏவல், 38) மந்திரத்தின் மூலம் பகை மூட்டல், 39) கொக்கோக நூல், 40) மயக்குதல், 41) வசியம் செய்தல், 42) இரசவாதம், 43) கந்தர்வ வாதம், 44) பிராணிகளின் மொழி, 45) கவுத்தக வாதம், 46) நாடி நூல், 47) நஞ்சு போக்கும் மந்திரங்கள், 48) நட்டத்தை சோதிடத்தால் சொல்வது, 49) கைரேகை நூல், 50) ஆகாயத்தில் மறைதல், 51) ஆகாயத்தில் பறத்தல், 52) கூடுவிட்டுக் கூடு பாய்தல், 53) தன்னை மறைத்தல், 54) சாலவித்தைகள்,

55) விண்ணிலும் மண்ணிலும் அதிசயம் காட்டல், 56) தீயைக் கட்டல், தீ மேல் நடத்தல், 57) நீர்மேல் நடத்தல், 58) காற்றை நிறுத்தல், 59) கண்கட்டு வித்தை, 60) வாயைக் கட்டல், 61) விந்துவைக் கட்டல், 62) பொருள்களை மறையச் செய்தல், 63) ஆயுதங்களால் காயம் உண்டாகாதபடி செய்தல், 64) ஆன்மாவை எந்த அவத்தையிலும் நிறுத்தல்.

மேற்சொன்ன அறுபத்து நான்கு வகைக் கலை சார்ந்த நூல்களும் தமிழகத்தில் இருந்தன. ஆனால் காலப்போக்கில் பெரும்பாலான நூல்கள் அழிந்துவிட்டன. ஆடிப்பெருக்கில் விடப்பட்டவை, நெருப்பிற்கும், மண்ணிற்கும் இரையானவை. வேற்று நாட்டினர் படையெடுப்பால் கொள்ளை போனவை எனப் பல்லாயிரக்கணக்கான ஏடுகள் மறைந்தன.

தற்போது, ஜெர்மனி, இங்கிலாந்து முதலிய வெளிநாடுகளில் பல்லாயிரக் கணக்கான ஏடுகள் இருப்பதாக அறிகிறோம். தற்போது நம் கைவசமிருக்கும் ஏடுகளையும், நூல்களையும் வைத்துத்தான் ஆய்வுகள் நடத்தப்படுகின்றன. மேற்கூறிய அறுபத்து நான்கு கலைகளும் முறைப்படுத்தப்பட்டு, அவற்றால் மக்களுக்கு பயன் உண்டு என நிரூபிக்கப்பட்டதால்தான் அவற்றை அறிவியலின் பாற்பட்டன எனக் கூற முடிகிறது.

சித்த மருத்துவம்

சித்த மருத்துவம் என்றால் என்ன? என்ற கேள்வி பல்லாண்டுகளாகக் கேட்கப்பட்டு வரும் கேள்வி. 'சித்' என்றால் அறிவு. 'சித்தம்' என்றால் மனம். அலைபாயும் தன்மையுடைய மனத்தை அறிவின் துணைகொண்டு நிலை நிறுத்தி, பேரறிவாகிய பதியைக் காணுகின்ற சக்தி 'சித்து' எனப்படும். அந்தச் சித்தியை அடைந்தவர் 'சித்தர்' ஆவர். அவர்களால் கண்டுபிடிக்கப்பட்ட மருத்துவ முறை 'சித்த மருத்துவம்' என அழைக்கப்படுகின்றது.

சித்தர்களின் கூற்றுப்படி, பிறவியின் நோக்கமே வீடுபேறு அடைவதாகும். அதற்காகச் சித்தர்கள் யோகங்களைச் செய்கின்ற போது ஆரம்பத்தில் உடலுக்குச் சில உபாதைகள் தோன்றக் கூடும். அவற்றிற்காகவும், மனித இனத்தின் நன்மைக் காகவும், இயற்கையை நன்கு ஆராய்ந்து மருத்துவ முறை ஒன்றை மக்களுக்குத் தந்திருக்கின்றார்கள். எல்லாமே, அறிவாகிய உயிரின் மேம்பாட்டுக்காகத்தான் என்பதைச் சித்தர்களின் நூல்களைப் படித்தால் நன்கு உணர முடியும்.

அறிவு

அறிவு என்பது ஆன்மாவாகிய உயிருக்குச் சித்தர்கள் வைத்த பெயராகும். உடம்பிலுள்ள கருவிகளையும் தத்துவங்களையும் கருவியாகக் கொண்டு அனைத்தையும் அறிவது ஆன்மாவாதலால் இதற்கு அறிவு எனச் சித்தர்கள் பெயர் சூட்டினார்கள். அறிவாகிய ஆன்மாவை மையமாகக் கொண்டே சித்தர்களின் தத்துவமும், மருத்துவமும் உருவாக்கப்பட்டுள்ளன.

மனம்

சித்தர்கள் கூறிய 96 தத்துவங்களில் மனமும் ஒன்று. மனம் என்று எதனைக் கூறுவது ? உடலிலுள்ள கருவிகளில் மூளையையும் புலன்களையும் சார்ந்து, அறிவாகிய உயிர் உண்டாக்கும் ஒரு தத்துவமே மனம் எனக் கொள்ளப்படுகிறது. ஏனெனில், அறிவுக்கும் நினைவுக்கும் மூளையும் புலன்களுமே கருவிகளாகுமென எடுத்துக்கொள்வோம்.

யோகப் பயிற்சிகள் பற்றிய நிலையங்கள் உலகம் முழுவதும் பரவிக் கிடக்கின்றன. யோகப் பயிற்சிகளைச் செய்யும்போது உடலிலும், மனத்திலும் உண்டாகும் மாற்றங்களை நவீன அறிவியலின் துணைகொண்டு நிரூபித்து வருகிறார்கள்.

சித்தர் அணுக்கொள்கை

"டால்ட்டன்" என்ற மேனாட்டறிஞர் அணுவைப் பற்றிய நவீன அறிவியல் கருத்துகளைக் கூறியுள்ளார். தமிழ்ச் சான்றோர்களும் அணுவைப் பற்றிச் சொல்லி இருக்கிறார்கள். திருக்குறளுக்குச் சாற்றுக்கவி பாடிய ஔவையார் :

அணுவைத் துளைத் தேழ் கடலைப் புகட்டிக்
குறுகத்தறித்த குறள்

எனக் கூறியிருப்பதால், அணுவைத் துளைக்க முடியும் என்ற அறிவு தமிழ்நாட்டில் நிலவி வந்துள்ளது.

திருமூலரின் அணுக்கொள்கை

திருமந்திரத்தில் அணுக்கொள்கை பற்றிப் பல பாடல்கள் உள்ளன. இவ்வுலகிலுள்ள பொருள்களில் ஏதாவதொன்றை இறுதிவரைப் பிளந்து கொண்டே போனால், இனிமேல் பிளக்க முடியாத நிலைக்கு வந்து நிற்கும் மிக நுண்ணிய

துணுக்கே அணுவாகும். அணுவுக்குள் பல கோடி மெய்கள் உள்ளதாகச் சித்தர்கள் கண்டறிந்து கூறியிருக்கிறார்கள். அவற்றில் நாம் அறிந்து கொள்ள வேண்டியவை பதி, பசு, பாசம் என்ற மூன்றாகும். சித்தர் அணுக்கொள்கைப்படி பதிக்கும், பசு வுக்கும் இடையில் இடையறாது பாசம் சுற்றிக் கொண்டிருக்கிறது. இதனையே நவீன அணுக் கொள்கையில், நியூட்ரான் (Neutron) மற்றும் புரோட்டான் (Proton) என்ற இரண்டுக்குமிடையில் எலக்ட்ரான் (Electron) என்பது இடையறாது சுற்றிக் கொண்டிருப்பதாகக் கூறப்படுகிறது. எனவே அணுக்கொள்கை என்பது சித்தர்களால் நன்கு அறியப்பட்டதாகும்.

சித்தர்கள் தத்துவம் 96

அணுவிற்குள்ளே இருக்கின்ற பசு எனப்படும் ஆன்மா, பாசம் எனப்படும் அறிவற்ற சடப்பொருள் ஆகிய இரண்டையும் மேலாண்மை செய்கின்ற தத்துவங்கள் 96 எனச் சித்தர்கள் கூறியிருக்கிறார்கள். அவற்றில் முதல் தத்துவமாகிய பூதங் களைப் பற்றி முதலில் ஆராய்வோம்.

பஞ்ச பூதங்கள்

மிகப் பழமை வாய்ந்த தொல்காப்பியம் என்ற நூலிலும், புறநானூறு என்ற நூலிலும் ஐந்து பூதங்கள் பற்றிக் கூறப்பட்டுள்ளன. உலகிலுள்ள எந்தப் பொருளும் கீழ்க்கண்ட நான்கு உருவத்தில்தான் காணப்படுகின்றன. அவை :

1. பருப் பொருள் (மண்)
2. நீர்ப் பொருள் (நீர்)
3. சூடு, சக்தி, ஒளி (தீ)
4. வாயுப் பொருள் (வளி, காற்று)

மேற்சொன்ன நான்கு வகைப் பொருள்களுக்கும் இடம் தருவது ஆகாயம் அல்லது விண் என்ற இடைவெளியாகும். எனவே, பூதங்கள் மொத்தம் ஐந்து. இந்த ஐந்து பூதங்களும் அண்டமாகிய பெருவெளியிலும், பிண்டம் எனப்படும் உடம்பிலும் இருக்கின்றன.

தொல்காப்பியத்தில் பஞ்ச பூதங்கள்

“நிலம், நீர், தீ, வளி விசும் போடைந்தும் கலந்த மயக்கம் உலகம் ஆதலின்” என்ற தொல்காப்பியச் சூத்திர வரிகளால், ஐந்து பூதங்கள் பற்றிய அறிவும் தொல்காப்பியர் காலத்துக்கு முன்பே தமிழர்களுக்கு இருந்தது என்பது புலனாகிறது.

இந்த உலகம், மேற்கூறிய மண், நீர், தீ, காற்று, ஆகாயம், ஆகிய ஐந்து பொருள்களின் கூட்டால் உண்டானது என்பதே சித்தர் கொள்கை "ஐந்தும் கலந்த மயக்கம்" எனக் கூறப்பட்டிருப்பதால், எந்தப் பொருளிலும் மேற்கூறிய ஐந்து பூதங்களையும் தனித்தனியாகக் காண இயலாது. மயக்கம் என்பது தெளிவற்ற நிலை. ஐந்து பூதங்களால் ஆன பொருள்கள் எதிலும் ஐந்து பூதங்களையும் தனித் தனியாகக் காண இயலாது. ஆனால் பொருள்கள் அனைத்திலும் ஐந்து பூதங் களும் கலந்திருக்கின்றன என்பது உண்மை. இதனை ஒரு எடுத்துக் காட்டின் மூலம் விளக்க முடியும்.

சாதாரணமான ஒரு கல்லை எடுத்துக் கொள்வோம். அந்தக் கல் பருமையும், எடையும் உடையதால் அதற்கு மண்ணின் தன்மை உண்டு. பல அணுக்கள் சேர்ந்துதான் அக்கல் உண்டாகியிருக்கிறது. அந்த அணுக்களை ஒன்று சேர்த்துப் பிடித்து வைப்பதற்கு ஒரு பற்று–பசை அல்லது நீர்த்தலம் அதனுள் இருக்க வேண்டும். இல்லையெனில், அந்த அணுக்கள் ஒன்று சேர்ந்து இருக்க முடியாது. எனவே, நீரின் தன்மையும் அக்கல்லினுள் உள்ளது.

ஒவ்வொரு அணுவுக்குள்ளும் இடைவெளி இருக்கிறது. ஒவ்வொரு அணுவுக்கு இடையிலும் இடைவெளி இருக்கிறது. எனவே, ஆகாயம் என்ற பூதமும் அக்கல்லினுள் உள்ளது.

இடைவெளியில் காற்றும் கொஞ்சம் இருக்க வேண்டும். அதனால் அக்கல்லினுள் வாயுவும் உள்ளது.

அக்கல்லினுள் இயற்கையாகவே உள்ளுறை வெப்பம் (Latent heat) இக்கின்றதென்று நவீன அறிவியலும் ஒப்புக் கொள்கிறது. எனவே அக்கல் ஐந்து பூதங்களால் ஆனது என்பதில் ஐயமில்லை. ஆனால் ஏதாவது ஒரு பூதம் மிகுதியாகவும் மற்றவைக் குறைவாகவும் இருக்கும்.

இனி புறநானூற்றுப் பாடலிலுள்ள ஐம்பூதக் கருத்துக்களின் அறிவியலைப் பார்ப்போம்.

மண்டிணிந்த நிலனும்
நிலனேந்திய விசும்பும்
விசும்புதை வருவளியும்
வளித்தலையிய தீயும்
தீ முரணிய நீருமென்றாங்கு
ஐம்பெரும் பூதத்து இயற்கைபோல.

நிலன் என்பது பூமியைக் குறிக்கும். மண்டுதல் ஏன்றால் மேலும் சேர்வது எனப் பொருள்படும். மேலும் மேலும் பொருள்களைத் திணித்தால் அது பகுத்துவிடும். அதைப்போல் பருமையடைந்தது இந்த பூமி. எனவே பருப்பொருள்கள் யாவும் மண்ணின் தன்மையைக் கொண்டவை எனக் கொள்ளப்படுகின்றன.

இம்மண்ணுலகின் மேல் விரிந்து, பரந்து கிடப்பது விசும்பு எனப்படும் ஆகாயமாகும். பூமி, அவ்வெளியைத் தாங்கிக் கொண்டிருப்பது போல் ஒரு தோற்றம் தென்படுகிறது.

விசும்பாகிய ஆகாயத்தில்தான் காலப்போக்கில் காற்று உண்டானது என்பது அறிவியலார் கொள்கை. அவ்வாறு உண்டான காற்று அங்குமிங்கும் அலையும் தன்மையுடையதாகவுள்ளது. எனவே ஆகாயம் உதைத்துக் காற்று நகர்வது போல் தோன்றும்.

“வளித்தலையிய தீயும்” என்ற தொடருக்குக் காற்றினின்றும் கொடுக்கப்பட்ட நெருப்பு என்று பொருள். அறிவியல் கருத்துகளின்படி நெருப்பு எரிவதற்கு ஆதாரமான உயிர்க்காற்றும் (Oxygen), பட்டென்ற ஒலியுடன் எரியக் கூடிய நீர்வாயுவும் (Hydrogen) நெருப்பின் தன்மை கொண்டவை எனக் கூறலாம்.

“தீ முரணிய நீரு மென்றாங்கு” என்ற தொடருக்கு நெருப்பு மாறிய நீர் எனப் பொருள் கொள்ளலாம்.

அதாவது நெருப்பிற்கு ஆதாரமான பிராண வாயுவும் (Oxygen), நீர் வாயுவும் (Hydrogen) மாறுபட்ட விகிதங்களில் ஒன்று சேர்ந்து நீர் உண்டாகிறது என்பதை மேற்சுட்டிய அடி சுட்டிக் காட்டுகிறது. அறிவியல் அடிப்படையில் H_2O என்பது நீருக்குரிய குறியீடு. எனவே, தமிழர்கள் ஐம்பூதக் கொள்கையிலேயே அறிவியலை உணர்த்தி இருக்கிறார்கள்.

மேலும் உலகிலுள்ள எந்தப் பொருளும் கீழ்க்கண்ட ஐந்து நிலைகளில்தான் காணப்படுகின்றன. அவையாவன :

1. பருப்பொருள் (மண்)
2. நீர்ப்பொருள் (நீர்)
3. சூடு, ஒளி, சக்தி (தீ)
4. வாயுப்பொருள் (வாயு)
5. இடைவெளி (ஆகாயம்)

ஆகாயம் என்ற இடைவெளி ஒவ்வொரு அணுவிலும், பொருளிலும் இருக்கிறது. எனவே மேற்கூறிய பூதங்கள் அனைத்தும் அண்டத்தில் இருக்கின்ற அத்தனைப் பொருட்களிலும் இருக்கின்றன என்பது தெளிவு.

மேற்கூறிய ஐந்து பூதங்களும் பிண்டம் எனப்படும் உடம்பிலும் இருக்கின்றன. இதன் விரிவைப் பின்னர் காண்போம்.

உயிரின் சக்திகள் மூன்று

உயிரானது உடலில் செயல்புரிய, இயற்கை அதற்கு அளித்துள்ள சக்திகள் மூன்று. அவையாவன : 1) படைத்தல், 2) காத்தல் 3) அழித்தல் என்பனவாகும்.

மேற்குறித்தத் தொழில்களைச் செய்யும் உயிரின் சக்திகளுக்குச் சித்தர்கள் இட்ட பெயர் வளி, அழல் மற்றும் ஐயம் என்பன. இவற்றையே வாதம், பித்தம், கபம் எனவும் கூறுவர்.

இதனைத் தேரையர் என்ற சித்தர் "வாதமாய்ப் படைத்து, பித்த வன்னியாய்க் காத்து, சேட்ப சீதமாய்த் துடைத்து" எனக் கூறுவார்.

வாதமாய்ப் படைத்து

சித்த மருத்துவக் கொள்கைப்படி, ஐந்து பூதங்களில், ஆகாயமும், வாயுவும் சேர்ந்துதான் வளி அல்லது வாதம் என்ற தத்துவம் உண்டாகிறது. இந்த வாதம் என்ற தத்துவம் படைத்தலுக்கும், வளர்ச்சிக்கும் காரணமாகியுள்ளது. இதனை அறிவியல் அடிப்படையில் பார்ப்போம்.

நவீன அறிவியல் கொள்கைப்படி ஒரு அமீபா (Amoeba) (one celled) தோன்ற வேண்டுமாயினும் அதற்கு இன்றியமையாத் தேவை உயிர்க்கால் (Oxygen), நீர்க்கால் (Hydrogen), வெடியம் (Nitrogen) மற்றும் கரியமில வாயு (Carbondioxide) என்பவையாகும். மேற்கூறிய நான்கு வாயுக்களின் கூட்டு இல்லாமல் எந்த உயிரினமும் தோன்ற வாய்ப்பில்லை.

மேற்கூறிய நான்கு வாயுக்களும் அண்ட வெளியிலே காற்றாகவுள்ளன. எனவே ஆகாயம் + வாயு = வளி அல்லது வாதம் என்ற சித்தர்கள் கொள்கை நிலை நாட்டப்படுகிறது. அண்ட வெளியிலுள்ள அனைத்து ஆக்கப் பாடுகளுக்கும் இந்த வாதம் என்ற தத்துவம் காரணமாகிறது. அதாவது, ஆகாயமாகிய இடைவெளியில் செயல்படும் வாயுவானது வளி அல்லது வாதம் என்ற தத்துவமாகக்

கொள்ளப்படுகிறது. எனவே அறிவியல் அடிப்படையிலும் சித்தர் தத்துவமாகிய வளி அல்லது வாதம் என்ற தத்துவம் தெளிவாக அறிந்து கொள்ளப்படுகிறது.

அண்ட வெளியிலிருக்கின்ற இந்த வாதம் என்ற தத்துவமே பிண்டமாகிய உடம்பிலும் செயல்படுகிறது. அதாவது, அசைவுக்குள் அணுவாக இருக்கின்ற உயிர், ஓர் உடம்பிற்குள் செயல்படும் நிலை உருவாகும் போது, அவ்வுயிர் மூன்று சக்திகளையும் பெறுகிறது.

மனித உடம்பிற்குள் உள்ள வெளியாகிய ஆகாயத்தில் வாயுவானது செயல்பட்டு, வாதம் என்ற தத்துவமாகப் பரிணமிக்கிறது. இதனைத்தான் சித்தர்கள்:

அண்டத்தி லுள்ளதே பிண்டம்
பிண்டத்தி லுள்ளதே அண்டம்
அண்டமும் பிண்டமும் ஒன்றே
அறிந்து தான் பார்க்கும் போதே

எனக் கூறியிருக்கிறார்கள்.

முதல் இயக்கத்திற்குக் காரணம் வாயு

ஒரு குழந்தை பிறந்து தரையில் விழுந்த பின் அதன் தொப்பூழ்க் கொடி அறுக்கப்படுகிறது. அக்குழந்தை தன் வாயைத் திறந்து அழ வேண்டும். இல்லையெனில் அக்குழந்தை இறந்துவிடும். அழாத குழந்தைகளைக் கிள்ளிவிட்டு அழவைப்பார்கள். ஏன் ? காரணம், இதுவரைக் குழந்தை தன் தாயின் வாயிலாகப் பெற்றுவந்த பிராண வாயுவை, இனித் தன் வாயின் வாயிலாகப் பெற்றாக வேண்டியது அவசியம். குழந்தை வாய் திறந்து அழ ஆரம்பித்தவுடன், வெளிக் காற்று அதன் வாயில் வேகமாய் நுழைந்து உட்சென்று நுரையீரலை நிரப்புகிறது. விதானம் தூண்டப்படுகிறது. இதயமும் தூண்டப்பட்டுச் செயல்பட ஆரம்பிக்கிறது. இதிலிருந்து நாம் அறிந்து கொள்வது, மனிதனின் முதல் இயக்கத்திற்குக் காரணமே வாயு என்பதாகும்.

நாம் உண்ணும் உணவு செரிமானமாகிப் பெறப்பட்ட இரசம் குருதியின் வாயிலாக உடம்பிலுள்ள எல்லா உயிரணுக்களுக்கும் (Cells) செல்கிறது. அங்கே பிராண வாயுவின் துணையுடன் உயிர் வெளியேற்றம் (Oxidation) என்ற செயல் நடைபெறுகிறது. இதனால் வெப்பமும், சக்தியும் உடலுக்குக் கிடைக்கின்றன. அதேபோல் அவ்வுணவின் சக்தியால் புதிய உயிரணுக்கள் (new cells) உண்டாக்கப் படுகின்றன. இச்செயல்களைச் செய்வது உயிராகும். அதாவது, உயிரின் சக்திகளில் ஒன்றான வாதம் என்ற தத்துவமாகும்.

பித்த வன்னியாய்க் காத்து

உயிர் வெளியேற்றம் (Oxidation) என்ற செய்கையால் வெப்பமும், சக்தியும் உண்டாகின்றன எனப் பார்த்தோம். அந்த வெப்பமும், சக்தியும்தான், ஏற்கனவே உள்ள உயிரணுக்களையும் (Cells) புதிதாக உண்டாக்கப்பட்ட உயிரணுக்களையும் குறிப்பிட்ட காலம் வரை காக்கின்றன. மனித உடம்பிலுள்ள சூடு முழுவதும் குறைந்து போனால் அம்மனிதனுக்கு மரணம் நிச்சயம். மீண்டும் அச்சூட்டை உண்டாக்கினால்தான் அவன் பிழைப்பான். இல்லையேல் உடல் குளிர்ந்து இறந்து விடுவான். இவ்வாறு உடம்பைக் காக்கின்ற உயிரின் சக்திகளில் ஒன்றான அழல் அல்லது பித்தம்தான் உடம்பை எப்பொழுதும் காத்து வருகிறது. இதனையே சித்தர்கள் "பித்தம் அடங்கினால் பேசாமல் போய்விடு" என்றும், "பித்த வன்னியாய்க் காத்து" என்றும் கூறியிருக்கிறார்கள்.

சேட்ப சீதமாய்த் துடைத்து

குறிப்பிட்ட காலம்வரை காக்கப்பட்ட திசுக்கள் (Tissues) பழயவையான வுடன் அவை வெளியேற்றப்படுகின்றன. அத்துடன் நமது உணவுகளில் உள்ளத் தேவையற்ற கழிவுப் பொருள்கள் அனைத்தும் அவ்வப்போது வெளியேற்றப் படுகின்றன. இவ்வாறு உடம்பிலுள்ள கழிவு மண்டலத்தின் அழித்தலும் வெளி யேற்றுதலுமாகியப் பணிகளைத்தான் ஐயம் அல்லது கபம் என்ற தத்துவம் செய்வதாகச் சித்தர்கள் கூறுகின்றனர். இதனையே தேரையர் "சேட்ப சீதமாய்த் துடைத்து" எனக் கூறியிருக்கிறார். இன்னும் விளக்கமாக இதைப்பற்றிப் பார்ப்போம்.

நமது உடலில் கழிவு மண்டலம் (Excretory system) என ஒன்று உண்டு. மலம், சிறுநீர், வியர்வை ஆகியவைக் கழிவு மண்டலத்தைச் சார்ந்தவை. கழித்த லுக்கு ஆதாரமாகக் கருதப்படுகிற ஐயம் அல்லது கபம், நீராக நின்று உடம்பி லுள்ள தேவையற்ற பொருள்களைச் சிறுநீர் வழியாக வெளியேற்றுகிறது. அதே போல் நீராக நின்று வியர்வையின் வாயிலாகவும் கழிவுப் பொருள்களை வெளியேற்றுகிறது.

வயிற்றில் செரிமானத்திற்கு நீர், வாயு, வெப்பம் ஆகிய மூன்றும் நன்கு செரிமானமான பின்பு, வெளியேற்றப்படவேண்டிய கழிவுப் பொருள்களைப் பிரிப்பதற்கும் வெளியேற்றுவதற்கும் நீரே முக்கியப்பங்கு வகிக்கிறது. உண்ட உணவு செரித்து, அதிலுள்ள சத்துகள் ஆங்காங்கே கிரகிக்கப்பட்ட பின், பெருங் குடலில் கழிவுப் பொருளாகிய மலம் பிரிக்கப்படுகிறது. இம்மலம் வெளியே தள்ளப்படுவதற்கு ஏதுவாக அது நீர்த்துவம் பெற்றதாக இருக்க வேண்டும்.

மலத்திலுள்ள அத்தனை நீரும் உறிஞ்சப்பட்டுவிட்டால், அதைப் பொடியாக வெளியேற்ற இயலாது. எனவே, சேட்ப சீதமாய்த் துடைப்பதற்கு நீரின் துணை வேண்டும். நீர் என்பது கபம் என்ற தத்துவத்தின் பாற்பட்டதால், சேட்ப சீதமாய்த் துடைக்க, கபத்தின் கூறாகிய நீர் பயன்படுகிறது.

மொத்தத்தில் உடலில் அழித்தல் என்பது, தேவையற்றவற்றை வெளியேற்று வதேயாகும்.

மூக்கின் வழியாக உள்ளிழுக்கப்பட்ட காற்றிலுள்ள பிராண வாயு, குருதியைச் சுத்தம் செய்யவும், உயிர் வெளியேற்றச் செய்கைக்கும் பயன்படுகிறது. இழுக்கப்பட்டக் காற்றிலுள்ள கரியமில வாயு மூக்கின் வழியாக வெளியேற்றப் படுகிறது. கரியமில வாயுவிலும் சிறிது நீர்த்துவம் உள்ளது சிந்திக்கத்தக்கது.

எனவே வளி, அழல், ஐயம் என்ற தத்துவங்கள் அறிவியலுக்கு உட்பட்டு, அறிவியலால் விளக்கப்படக் கூடியவை என்பது மேற்சொன்னவற்றால் விளங்கும்.

உள்ளது போகாது இல்லது வாராது

"உள்ளது போகாது இல்லது வாராது" என்பது சித்தர் கொள்கை. இதே கருத்தைத்தான் நவீன அறிவியலும் சொல்கிறது.

Matter and energy can neither be created nor be destroyed.

என்றும்

"No loss, No gain" எனவும் கூறப்படுகிறது. அதாவது பொருளும் சக்தியும் புதிதாக உண்டாக்கப்படுவதுமில்லை; அவை அழிக்கப்படுவதுமில்லை. இலாபமும் இல்லை, நட்டமும் இல்லை. இதனைத்தான் சித்தர்கள் கூறியிருக்கின்றனர்.

சித்தர்கள் கொள்கைப்படி இந்தப் பேரண்டமும் (Cosmos) அதிலுள்ள அனைத்தும் எப்போது படைக்கப்பட்டது என்று அறுதியிட்டுக் கூற இயலாது. அதிலுள்ள பொருள்கள் அழிந்து போவது கிடையாது. ஆனால் இடையறாது மாறிக் கொண்டேயிருக்கின்றன. எவ்வாறு ?

ஒரு பொருளை இறுதிவரை அழித்துக் கொண்டே போனால், இறுதியில் அழிக்க முடியாத நிலையில் இருக்கும் மிக நுண்ணிய துணுக்கே அணுவாகும். இந்த அணுக்கள் பல கோடி ஒன்று சேர்ந்து பொருள்களாகவும், தாவரங்களாகவும், பறவைகளாகவும், பிற உயிரினங்களாகவும் பிறப்பெடுக்கின்றன. இவற்றைச் செய்வது மனிதனல்ல. அனைத்து அண்டங்களிலும், எல்லா ஆக்கப்பாடுகளையும்

மாறி மாறிச் செய்து கொண்டிருப்பது அனைத்துக்கும் மேலான ஒரு சக்தி. அதனையே சித்தர்கள் 'அணுவுக்குள் அணுவாயிருக்கும் பதி' எனவும் 'பேரறிவு' எனவும் குறிப்பிட்டார்கள். இந்தப் பதிதான், அணுவுக்குள் இருக்கும் 'பசு' என்னும் உயிருக்குப் 'பாசம்' என்ற அறிவற்ற சடப் பொருளைக் கொண்டு ஒரு உடம்பைத் தருகிறது. அந்த உடம்பிலிருந்து அப் பசுவாகிய உயிர் செயல்படுகிறது. அந்த உடலுக்கு அளிக்கப்பட்ட காலம் வரை அவ்வுயிர் அந்த உடம்பிலிருந்து செயல்பட்டு வருகிறது. காலம் முடிந்த பின் அந்த உடம்பு மீண்டும் அணுக்களாகப் பிரிந்து விடுகிறது. இந்த மாற்றம் தொடர்ந்து நடைபெறுகிறது. இது அழிவில்லை. வெறும் மாற்றம் மட்டுமே.

மூலிகை மருந்துகளின் சிறப்பு

மனிதன் காட்டுவாசியாக இருந்த காலத்திலிருந்தே காய்கறிகள், பழங்கள், கிழங்குகள், கீரைகள், மிருகங்கள் மற்றும் பறவைகளின் மாமிசங்களை உணவாக உண்டு பழக்கப்பட்டவன்.

காலப்போக்கில் மனிதன் உலோகங்கள், பிற தாதுப் பொருள்களைக் கண்டுபிடித்தாலும், அவற்றை அவன் உணவாகக் கொள்ள இயலவில்லை. காரணம் பல லட்சம் ஆண்டுகளாக, மனிதனின் உடல் அங்ககப் பொருள்களையே (Organic substances) உணவாக ஏற்கும் தன்மையைப் பெற்றிருக்கின்றது.

உலோக, தாதுப்பொருள் மருந்துகளின் அறிவியல் அடிப்படை

மனித உடல், அங்ககப் பொருள்களையே (Organic substances) ஏற்றுக் கொள்ளும் இயற்கைத் தன்மை உடையது. என்பதால் உலோகங்கள், பாடாணங் கள், உப்புக்கள். உபரசங்கள், சங்கமப்பொருள்கள் (Animal substances) ஆகியவை மருந்தாக்கப்படும்போது மனித உடலில் பொருந்தும் வகையில் அங்கக (Organic nature) நிலை பெறும்படியாக அவற்றைப் பக்குவப்படுத்துதலே சித்தர் அறிவியலின் சிறப்பாகும்.

உலோகங்கள்

ஒவ்வொரு உலோகத்திற்கும், அதற்கென்று தனியான களிம்பு ஒன்று உண்டு. அக்களிம்பு இருப்பதாலேயே அவ்வுலோகங்களைச் சுத்தியலால் அடிக்கும் போது நெகிழ்ச்சித் தன்மையோடு காணப்படுகின்றன. அந்த நெகிழ்ச்சித் தன்மையை மாற்றினால்தான் அவ்வுலோகங்கள் வெட்டை (Brittle) ஆகும். அப்படி வெட்டை ஆனால்தான் அவற்றை நொறுக்கித் தூளாக்க முடியும். இது தவிர, உலோகங்களின்

களிம்புகளுக்கு நச்சுத் தன்மையும் உண்டு. அந்த நச்சுத் தன்மைகளைப் போக்கவும், அவற்றை வெட்டையாக்கவும் தான் உலோகங்கள் தூய்மை செய்யப்படுகின்றன.

அயம் (இரும்பு)

கொள் என்ற தானியத்தை எடுத்து நீர் விட்டுக் கொதிக்க வைத்துக் கஷாயம் செய்து கொள்ள வேண்டும். இரும்பையோ, இரும்புத்தூளையோ பழுக்கக் காய்ச்சி, அந்தக் கஷாயத்தில் பலமுறை தோய்க்க வேண்டும். ஒவ்வொரு முறையும் புதிய கஷாயத்தில் தோய்க்க வேண்டும்.

இரும்பைத் தூய்மை செய்யும் முறை

இரும்பைப் பழுக்கக் காய்ச்சும்போது அதன் அணுக்கள் விரிவடைகின்றன. பழுக்கக் காய்ச்சப்பட்ட இரும்பைக் கஷாயத்தில் மூழ்கத் தோய்த்தால், இரும்பின் சூடு கஷாயத்தை உள்ளே இழுத்துக்கொள்ளும். இதனால் இரும்பின் சூடு தணிகிறது. இரும்பின் சூடு தணியும்போது, விரிந்த இரும்பின் அணுக்கள் சுருங்குகின்றன. அப்படிச் சுருங்கும்போது, உள்ளிழுக்கப்பட்ட கஷாயம், இரும்பி லுள்ள களிம்பைக் கரைத்துக் கொண்டு வெளியேறுகிறது. இவ்வாறு பல முறை தோய்த்தெடுப்பதால் களிம்பு முழுவதும் வெளியாக, இரும்பு வெட்டையாவதுடன் இரும்பின் அணுக்கள் ஒருவிதப் பக்குவத்தை அடைகின்றன. இவ்வாறு தூய்மை செய்த இரும்புப் பொடியைக் கல்வத்தில் (குழி அம்மியில்) போட்டு அரைத்தால் எளிதில் பொடியாகும்.

இரும்பு அங்ககத் தன்மை அடைதல்

தூய்மை செய்யப்பட்ட அயப்பொடியோடு மூலிகைச் சாறுகளை விட்டுப் பல மணி நேரம், பல நாட்கள் அரைக்கப்படுகிறது. இதனால், விடப்படும் மூலிகையின் சாரம் இரும்பின் ஒவ்வொரு அணுவிலும் பாய்ந்து, அதனைப் பக்குவப்படுத்து கிறது. இவ்வாறு பல மூலிகைகளைக் கொண்டு இரும்புத்தூளை அரைக்கும்போது அந்த மூலிகைகளின் சாரத்தினால் இரும்பின் தூள் பக்குவத்தை அடைகிறது.

இவ்வாறு பக்குவப்படுத்தப்பட்ட அயத்தூளை மூலிகைச் சாறுகளாலேயே அரைத்து வில்லைகள் போல் அடைகட்டி, அவற்றை மண் அகல்களில் வைத்து மூடிச் சீலை மண் செய்து புடம் செய்யப்படுகிறது. அதாவது, பசுவின் சாணத்தால் செய்யப்பட்ட வறட்டிகளின் மத்தியில் வைத்து நெருப்பு மூட்டப்படுகிறது. இவ்வாறு பல புடங்கள் போடப்படுகின்றன. இதனால் இரும்பு வில்லைகள் சிவந்து, அணுக்கள் பிரிந்து லேசாகிச் செந்தூரமாகின்றன. இவற்றைக் கல்வத்தில் அரைத்தால் மிக மென்மையானப் பொடியாகும்.

மேற்சொன்னபடி செய்த செந்தூரம், மூலிகைச் சாறுகளினால் அரைக்கப் படுவதாலும், புடம் போடப்படுவதாலும், கொஞ்சங் கொஞ்சமாக அங்ககத் தன்மையை (Organic nature) அடைகின்றது. இவற்றை மிகக் குறைந்த அளவில் துணை மருந்துகளுடன் கொடுப்பதால், இவை உடலில் எந்தக் கெடுதலையும் உண்டாக் காமல், உடம்பில் எளிதில் சேர்ந்து செரிமானமாகி, அதற்குரிய பலனை உடம்புக்குத் தந்து, நோய்களைப் போக்குகின்றன.

இரும்பைப் போலவே தங்கம், வெள்ளி, செம்பு, எஃகு, வெள்ளீயம், காரீயம், துத்தநாகம் போன்ற எல்லா உலோகங்களையம், அவற்றிற்குரிய முறைகளின்படித் தூய்மை செய்யப்பட்டு, முறைப்படி புடம் போடப்பட்டுப் பற்பமாகவோ செந்தூரமாகவோ செய்யப்பட்டு நோய்களுக்கு மருந்தாக வழங்கப்படுகின்றன.

கட்டு, பற்ப, செந்தூரங்களின் பரிசோதனை

1. கட்டு

கட்டு என்பது பாடாணங்கள், உப்புகள், பஞ்ச சூதம் (பாதரசக் கட்டுப் பொருள்கள்) முதலியவற்றைக் கொண்டு செய்யப்படுகின்ற மருந்து. இது சித்த மருந்துகளில் தலையாயது.

எந்தப் பொருளைக் கொண்டு கட்டுச் செய்யப்படுகிறதோ, அந்தப் பொருளின் இயற்கைத் தோற்றத்தை இழந்திருக்கும், எளிதில் உடையாது. ஆனால் எவ்வளவு எடை எடுத்து கட்டுச் செய்கின்றோமோ, அந்த எடையில் குறையாது. எத்தனை ஆயிரம் சென்டிகிரேடு வெப்பம் கொடுத்தாலும், உருகி நிற்குமேயொழிய, புகையாகப் புகைந்து போகாது.

அதிகப்படியான வெப்பமே இதனை ஒன்றும் செய்ய இயலாதபோது, மனித உடலுக்குள் இருக்கின்ற அமிலம், நொதிப்பி (Enzyme), இயக்கு நீர் (Harmone) போன்ற எந்த வேதியியல் பொருளும் கட்டு என்ற மருந்தின் தன்மையை மாற்ற இயலாது. எனவே இது கிரியா ஊக்கி போல் (Catalystic agent) செயல்பட்டு, நோய்களை விரைவில் குணப்படுத்தும் வல்லமை கொண்டு திகழ்கின்றது.

2. சுண்ணம்

இதன் நிறம் வெண்மையாக இருக்கும். மஞ்சளில் சுண்ணாம்பைச் சேர்த்தால் எப்படிச் சிவந்த நிறம் உண்டாகுமோ, அதைப் போல், சுண்ணம் என்ற மருந்தும் மஞ்சளோடு சேர்க்கப்பட்டால் சிவந்த நிறம் உண்டாகும்.

3. பற்பம்

தங்கத்தைக் கொண்டு செய்யப்படுகிற பற்பத்தைத் தவிர மற்ற பொருள் களைக் கொண்டு செய்யப்படும் பற்பங்கள் தூய வெண்மை நிறமாகவும் மென்மை யானப் பொடியாகவும் இருக்க வேண்டும்.

4. செந்தூரம்

இது சிவந்த நிறமுடைய மென்மையான பொடியாகும். சிவந்த நிறத்தில் பல வகைகள் இருப்பது போல் எந்தப் பொருளைக் கொண்டு எந்த முறையில் செந்தூரம் செய்யப்படுகிறதோ, அதற்குத் தகுந்த சிவந்த நிறம் உண்டாகும்.

சிறப்புச் சோதனை

சுண்ணம், பற்பம், செந்தூரம் ஆகியப் பொடி மருந்துகளைத் தண்ணீரில் கொஞ்சம் தூவி, அதன் மேல் ஒரு முழு உளுந்தை வைத்தால், அந்தப் பொடி நீருக்குள் அமிழாமல், அந்த உளுந்தையும் தாங்கி நிற்க வேண்டும். அப்படிப்பட்ட மருந்துதான் உடம்பில் எளிதில் சார்ந்து, பக்க விளைவுகள் இல்லாமல் நோய்களைப் போக்கும்.

தாமிரம் மற்றும் தாமிரத்தின் உப்பாகிய துருசு (மயில்துத்தம்) ஆகியவற்றைக் கொண்டு செய்யப்படுகின்ற சுண்ணம், பற்பம், செந்தூரம் ஆகிய மருந்துகளைக் கீழ்க்கண்டவாறு சோதனை செய்ய வேண்டும்.

தாமிரம் மற்றும் துருசினால் செய்யப்பட்ட சுண்ண, பற்ப, செந்தூரத்தில் கொஞ்சம் எலுமிச்சம் பழச்சாறு விட்டுக் கலக்கிப் பார்த்தால் அவற்றில் நீல நிறம் தோன்றாமல் இருக்க வேண்டும். அப்படி நீல நிறம் தோன்றினால் அவற்றிலுள்ள களிம்பு இன்னும் நீங்கவில்லை என்பது பொருள். எனவே, அம்மருந்து சரியாக முடிக்கப்படவில்லை என அறிந்து கொள்ளலாம்.

உணவே மருந்து

நாம் உணவு உண்பது நமது வளர்ச்சிக்காகவும், சக்திக்காகவும், நோய்களை எதிர்க்கும் ஆற்றலுக்காகவுமே ஆகும். மேற்சொன்னவை யாவும் சரியாக இருந்தால், உடம்பிற்குள் செயல்படும் உயிரும் நல்ல நிலையில் இருக்கும். இதனையே திருமூலர்:

உடம்பாரழியின் உயிராரழிவர்
திடம்பட மெய்ஞானம் சேரவு மாட்டார்
உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தே
உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே

எனக் கூறுகிறார்.

தமிழ் நாட்டின் உணவு முறை ஆறு சுவைகளை அடிப்படையாகக் கொண்டது. இந்த ஆறு சுவைகளும், ஐந்து பூதங்களின் கூட்டுறவால் ஆனவை. அதே ஐந்து பூதங்களின் கூட்டுறவால்தான் வளி(வாதம்), அழல் (பித்தம்), ஐயம் (கபம்), என்ற உயிரின் மூன்று சக்திகளில் உருவாகின்றன.

அந்த வளி, அழல், ஐயம் ஆகிய மூன்றும் பல காரணங்களால் தங்கள் இயற்கை நிலையிலிருந்து மாறுபட்டால், உடலில் நோய்கள் உண்டாகின்றன. ஆறு சுவைகளின் அடிப்படையில், மேற்சொன்ன வளி, அழல், ஐயம் ஆகிய மூன்று சக்திகளையும் தன்னிலைக்குக் கொண்டு வரும் சக்தி வாய்ந்ததுதான் சிறந்த உணவு முறையாகும். அதனால்தான் உணவே மருந்து எனக் கூறினர்.

நாம் அன்றாடம் உணவில் சேர்த்துக்கொள்ளும் யாவும் மருத்துவ குணம் பெற்றவை. அவற்றை நாம் நோயின்றி வாழப் பயன்படுத்துகிறோம். அவற்றை மேனாட்டார் அறிவியல் அடிப்படையில் ஆராய்ந்து பலவற்றைக் கூறியிருக்கிறார்கள். அவற்றில் சிலவற்றைப் பார்ப்போம்.

பூண்டு

தொன்றுதொட்டு நமது உணவில் சேர்க்கப்படும் பொருள்களில் பூண்டும் ஒன்று. இந்தப் பூண்டைப் பற்றி ஆராய்ந்த மேனாட்டறிஞர்கள், தற்காலத்தில் பயன்படுத்தப்படும் கிருமி கொல்லி (Antibiotics) மருந்துகள் எல்லாவற்றைக் காட்டிலும் 360 மடங்கு சக்தி வாய்ந்தது எனக் கூறியுள்ளனர்.

வெங்காயம்

வெங்காயத்திலிருந்து வருகின்ற நெடியானது, எந்தக் கிருமியையும் கொல்லவல்லது என மேனாட்டறிவியலார் கூறியிருக்கின்றனர்.

கீழாநெல்லி

உயிர்க்கொல்லி நோய்களில் ஒன்றான மஞ்கள் காமாலை நோயை

உண்டாக்கும் நுண் கிருமிகளை (Hepatitis B virus) அழிக்கவல்ல மருந்து, நாம் தொன்றுதொட்டுப் பயன்படுத்தி வரும் கீழாநெல்லி மூலிகையாகும். இம் மூலிகையைப் பற்றி தற்போது அறிவியல் அடிப்படையில் ஆராய்ந்து கூறியிருக் கிறார்கள்.

மேற்சொன்னவைபோல் நிறையக் கீரைகளைப் பற்றியும் உணவுப் பொருள் களைப் பற்றியும் ஆய்வுகள் நடந்து கொண்டிருக்கின்றன.

தாய்ப்பால்

அண்மைக் காலம் வரைத் தாய்ப்பாலின் சிறப்பு உணரப்படாமலிருந்தது. இப்போது குழந்தைகளுக்குத் தாய்ப்பால்தான் சிறந்த உணவு என்று அறிவியல் பூர்வமாக அங்கீகரிக்கப்பட்டுள்ளது.

தமிழர் பாரம்பரியத்தில், குழந்தை பிறந்தது முதல் சுமார் 1½ ஆண்டுகள் வரைத் தாய்ப்பால் கொடுக்கும் வழக்கம் இருந்தது. ஆனால் எவ்வாறோ புட்டிப்பால் கொடுக்கும் பழக்கம் ஏற்பட்டுவிட்டது.

தாய்ப்பால் இயற்கை கொடுத்த ஒரு வரப்பிரசாதம். தாய்ப்பாலை அதிக நாள் பருகிய குழந்தைகளுக்கு நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி (Immunity) அதிகமாகும்.

சில தாய்மார்களுக்குத் தாய்ப்பால் மிகக் குறைவாகச் சுரக்கும். தாய்ப்பாலை அதிகம் சுரக்கவைப்பதற்கு உணவு முறைகளிலேயே மருத்துவம் கூறப்பட்டுள்ளது. அவற்றில் சில பப்பாளி, எள், சுறாமீன் முதலியனவாகும்.

எனவே சித்தர்களின் முறை தமிழரின் வாழ்க்கை முறையாகவே தொன்று தொட்டு இருந்து வந்திருக்கின்றது.

மூலிகைகளுக்குப் பெயர் வைத்த முறைமை

தமிழ் இலக்கணத்தில் பெயர்கள், இடுகுறிப் பெயர், காரணப் பெயர் என இருவகையாகக் கூறப்பட்டுள்ளன. பல காரணப் பெயர்கள் காலப் போக்கில் உருமாறி வந்திருக்கலாம். அதே போல் மூலிகைகளின் காரணப் பெயர்களும் மருவி வந்திருக்கலாம். ஆனால் இன்னும் பல மூலிகைகள் காரணப் பெயர்களோடு விளங்குவதுமல்லாமல் அறிவியல் அடிப்படையைக் கொண்டவையாகவும் இருக் கின்றன.

நஞ்சறுப்பான்

இம்மூலிகைப் பெரும்பாலும் இரைப்பு நோய்க்குக் (ஆஸ்த்துமா) கொடுக்கப்படுவதாகும். இதன் தாவர இயல் பெயர் "டைலோ போரா ஆஸ்திமாடிகா" என்பதாகும். இதற்கு நஞ்சு முறிச்சான், ஏங்கல் தழை என்ற பெயர்களும் உள்ளன.

இரைப்பு நோய்ப் பெரும்பாலும் ஒவ்வாமையினால் (Allergy) ஏற்படுவதாகக் கூறப்படுகிறது. மனித உடலில் இந்த ஒவ்வாமையை உண்டாக்குகின்ற பொருள் திசுநீர்த் தேக்கி (Histamine) எனக் கூறப்படுகிறது. இந்தத் திசுநீர்த் தேக்கி என்ற பொருள் உற்பத்தியானால் ஒவ்வாமை உண்டாகிறது. இந்த ஒவ்வாமை பல காரணங்களால் ஏற்படுகிறது.

சிற்சில நச்சுப் பூச்சிகளின் கடியினால் குருதியில் சேரும் நஞ்சு, உணவுப் பொருள்களில் உள்ள நஞ்சு, காற்றின் தூய்மையற்ற தன்மையால் தூசும், தும்பும், புகையும் மற்ற நஞ்சுப் பொருள்களும் மூச்சின் வழியாக உடம்பில் சேருதல் போன்ற காரணங்களால் ஒவ்வாமை உண்டாக வாய்ப்புகள் உள்ளன. இந்த ஒவ்வாமையை உண்டாக்கும் நச்சுப் பொருளான திசுநீர்த் தேக்கியைச் சமன் செய்ய, திசுநீர்த் தேக்கி எதிர்ப்பி (Anti histamine) எனக் கூறப்படும் பொருள்களை மருந்தாகக் கொடுக்கிறார்கள்.

நஞ்சறுப்பான் என்ற மூலிகை முன் சொன்ன திசுநீர்த் தேக்கி என்ற நச்சுப்பொருளை முறிக்கும் சக்தி வாய்ந்தது. எனவே நஞ்சறுப்பான் என்று மிகப் பொருத்தமாகவும், அறிவியல் அடிப்படை கொண்டதுமான பெயர் வைக்கப்பட்டுள்ளது.

பாடாண பேதி

பாடாணம் என்ற சொல்லுக்குக் கல் என்ற பொருள் உண்டு. பேதி என்ற சொல்லுக்குக் கரைத்து வெளியேற்றுதல் என்ற பொருள் உண்டு. எனவே, கல்லைக் கரைக்கும் மூலிகைக்குப் பாடாண பேதி என்றும் கற்கரைச்சி என்றும் பெயர் வைக்கப்பட்டுள்ளது. இது மருத்துவ அறிவியல் அடிப்படையைக் கொண்டது என்பது தெளிவாகிறதல்லவா ?

சர்க்கரை கொல்லி

சிறு குறிஞ்சான் என்ற மூலிகைக்குச் சர்க்கரை கொல்லி என்னும் பொதுப் பெயரும் உண்டு. இதன் இலையை வாயிலிட்டு மென்றபின், சர்க்கரையை வாயிலிட்டு

மென்றால் சர்க்கரையின் இனிப்பு மாறி, மண்ணை மெல்வது போல் தெரியும். இம்மூலிகையின் இலைகளை முறைப்படி மருந்தாக உண்டு வந்தால் இரத்தத்திலுள்ள சர்க்கரையின் அளவு குறையும். இந்தப் பெயரும் மருத்துவ அடிப்படையில் வைக்கப்பட்டப் பெயராகும்.

முடக்கத்தான்

முடக்கற்றான் – முடக்கத்தான் என வழங்கப்படும் இந்தக் கொடிக்கு வாத நோயினால் கை கால்கள் முடங்கிய தன்மையை மாற்றும் வல்லமையுள்ளதால் இப்பெயர் வழங்கப்பட்டுள்ளது. கிராமங்களில் பொதுவாக இதன் இலைகளைத் தோசைமாவில் கூட்டிப் பிசைந்து தோசை சுட்டுச் சாப்பிடும் வழக்கம் உண்டு. மேற்சொன்ன முடக்கு நோய் வராமல் தடுப்பதற்காக, இக்கீரை பயன்படுத்தப் படுகிறது. இதன் பெயரும் மருத்துவ அடிப்படையில் வைக்கப்பட்டப் பெயரேயாகும்.

சித்தர் வேதியியல்

வேதை, வேதித்தல் என்ற சொற்கள் சித்த மருத்துவத்தில் அதிகம் பயன்படுத்தப்படும் சொற்களாகும். வேதித்தல் என்றால், ஒரு பொருளை வெப்பத்திற்கு உட்படுத்தி, அதனால் சில மாற்றங்களை உண்டாக்கி, மருந்தாகச் செய்வது. சித்தர்கள் மருந்து செய்யியலிலும், இரசவாதம் (அடிமட்ட உலோகங்களைப் பொன்னாக்குவது) செய்யும் இயலிலும் வல்லவர்கள்.

மருந்துப் பொருள்களின் தூய்மை

சித்த மருத்துவத்தில் ஒரு மருந்தைச் செய்வதற்கு முன், அம்மருந்தில் சேரும் பொருட்களை முறைப்படித் தூய்மை செய்யவேண்டும் என்பது விதி. இத்தூய்மை முறைகளில் வேதியியல் அடங்கியிருக்கிறது. தூய்மை முறைகளை இரண்டாகப் பகுக்கலாம். அவை:

1. பார்வைத் தூய்மை (Physical Purification)
2. வேதியியல் தூய்மை (Chemical Purification)

என்பனவாகும்.

பார்வைத் தூய்மை

மருந்து செய்வதற்காக வாங்கப்படும் பொருள்களைக் கலப்படமில்லாதவாறு தூய்மை செய்யவேண்டும். மூலிகைகள் என்றால், அதன் எந்த உறுப்பு மருந்துக்குத்

தேவையோ அதனை மட்டும் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ளவேண்டும். மற்ற எந்தப் பொருள் கலந்திருந்தாலும் நீக்கி விட வேண்டும். அதைப்போலவே, உலோகங்கள், உப்புகள், பாடாணங்கள், பஞ்ச சூதம், உபரசங்கள் ஆகிய பொருள்களில் அந்நியப் பொருள்கள் இருந்தால் அவற்றை நீக்கிவிட வேண்டும்.

இதுதான் இன்ன மூலிகை என்றும், இதுதான் இன்ன பாடாணம் என்றும், இதுதான் இன்ன உப்பு என்றும் தெளிவாகத் தெரிந்து, தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும்.

வேதியியல் தூய்மை

ஒரு பொருளை வேறு பொருள்களுடன் சேர்த்தோ தனியாகவோ, வெப்பத்திற்கு உட்படுத்தினால் சில மாற்றங்கள் உண்டாகும். அம்மாற்றங்களின் போது அம்மருந்துப் பொருள்களின் சன்ன மலினங்களும், நச்சுப் பொருள்களும் வெளியேறுவதால் அவை தூய்மையாகின்றன. வெப்பத்தினால் சில மாற்றங் களை அப்பொருள்கள் அடைவதால் இத்தூய்மை முறை வேதியியல் தூய்மை எனக் கூறப்படுகிறது.

செம்பின் தூய்மை முறை

"இடையறாக் களிம்பால் கொல்லுவததுவே" என்ற சித்தர் வாக்குக் கிணங்க கடுமையான நச்சுத்தன்மை கொண்ட களிம்பைத் தன்னுள் அடக்கி வைத்திருப்பது செம்பு என்ற உலோகமாகும். செம்பிலுள்ளக் களிம்பின் நச்சுத் தன்மை நீங்கிய நிலையில், அக்களிம்பும் செம்போடு சேர்ந்து மருந்தாகும் தூய்மை முறைகளைச் சித்தர்கள் கண்டுபிடித்திருக்கிறார்கள்.

செந்தரா என்ற மூலிகையின் இலையை அரைத்து, அதற்குள் செம்புத் தகட்டின் துண்டுகளைப் பொதிந்து, அதன்மேலே சீலைமண் செய்து புடமிடுவதால் செம்பிலுள்ளக் களிம்பின் நச்சுத் தன்மை மாறிச் செம்பும் வெட்டையாகும் (It becomes brittle). இது மிக உயர்ந்த வேதியியல் முறையாகும். இதனைப் போல் எண்ணற்ற முறைகள் சித்த மருத்துவத்தில் உள்ளன.

இவ்வாறு தூய்மை செய்யப்பட்ட செம்பைச் சிவந்த நிறமுடைய செந்தூர மாகவோ, வெண்மை நிறமுடைய சுண்ணமாகவோ, பற்பமாகவோ செய்து, பல கடுமையான நோய்களுக்கு மருந்தாக வழங்கும் முறைகள் யாவும் சித்த மருத்து வத்தில் உள்ளன. இம்முறைகள் யாவும் வேதியியல் அடிப்படையைக் கொண்டவை.

பாதரசம்

பாதரசத்தையும் கந்தகத்தையும் ஒன்று சேர்த்துக் கல்வத்தில் அரைத்தால், இரண்டும் சேர்ந்து கருப்பு நிறமுள்ளப் பொடியாகும். இந்தப் பொடி பல மருந்துகள் செய்வதற்கு ஆதாரமானது. இந்தத் தூளை நவீன் வேதியியல் அடிப்படையில் "Sulphide of Mercury" எனச் சொல்கிறார்கள். இந்த ரச கந்தகக் கூட்டுப் பொருள்கள் நெடுங்காலமாக சித்த மருத்துவத்தில் பயன்படுத்தப்பட்டு வருகின்றன.

பாதரசத்தைச் சித்த மருத்துவ முறைப்படி வெண்மை நிறமான சுண்ண மாகவோ, பற்பமாகவோ, சிவப்பு நிறமான செந்தூரமாகவோ, பதங்கமாகவோ, கட்டாகவோ செய்ய இயலும். இதைப் போலவே எல்லா உலோகங்களையும், உப்புகளையும், பாடாணங்களையும் உபரசங்களையும் சுண்ணம், பற்பம் மற்றும் செந்தூரங்களாக செய்து பல கடும் நோய்களுக்குச் சித்த மருத்துவர்கள் கொடுத்து வருகிறார்கள்.

''விரி விந்த சுத்திக் கெதிரில்லை காண் இந்த மேதினியில்'' என்று ஞானவெட்டியான் நூலில் வள்ளுவர் கூறியுள்ளபடி காரசார செயநீரில் உலோ கங்களை உருக்கிச் சாய்ப்பதும், பாடாணங்களைக் கிழிகட்டி எரிப்பதும், பாதரசத்தைச் செப்புப் பாத்திரத்தில் வைத்து, செயநீரில் சுருக்கிட்டு எடுப்பதும் சிறந்த சுத்தி முறைகளாகும்.

இரசவாதம்

இரசவாதம் என்பது சாதாரண உலோகங்களான செம்பு, ஈயம் போன்ற வற்றைத் தங்கமாக மாற்றும் வேதியியல் கலையாகும். இதற்காகத் தனி நூல்கள் இருக்கின்றன. தமிழில் "வாதி கெட்டு வைத்தியனானான்" என்ற ஒரு பழமொழி உண்டு. அதற்குக் காரணம், இரசவாதத்தில் ஈடுபட்டு, அதில் தோல்வியுற்ற வர்கள், அந்த இரசவாதத்தில் கிடைத்த வேதியியல் அனுபவங்களைக் கொண்டு அம்முறைகளை மருத்துவத்திற்குப் பயன்படுத்தினார்கள். ஏனெனில் மண்ணாசை, பெண்ணாசை, பொன்னாசை என்ற முப்பற்றும் அற்றார்க்கே இரசவாதம் வாய்க்கும் எனச் சித்தர் நூல்களில் கூறியிருப்பதே காரணமாகும்.*

* வாதம் பொய் என்றால் மருத்துவமும் பொய் என்றும் 'லோக வேதமே தேக வேதம்' என்றும் சித்த மருத்துவ நூல்கள் இதற்கு மறுதலையாகக் கூறுகின்றன.

முப்பு

முப்பு என்ற ஓர் அரிய வேதியியல் பொருள்பற்றி சித்த மருத்துவத்தில் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. முப்பு என்பது நான்கு வகைப்படுவதாகக் கூறப்பட்டுள்ளது. அவையாவன : 1) வைத்திய முப்பு, 2) வாத முப்பு, 3) யோக முப்பு 4) ஞான முப்பு என்பனவாகும்.

வைத்திய முப்பு என்ற வேதியியல் பொருளைப் பற்றிப் பல சித்தர்கள் பல வகையாகச் சொல்லி இருக்கிறார்கள். வைத்திய முப்புச் செய்பவர்கள் தமிழ்நாட்டில் இன்னும் இருக்கிறார்கள். வைத்திய முப்பு, வாத முப்பு ஆகிய முப்பு இரண்டையும் எளிதில் செய்ய முடியும். ஆனால் முன்பு கூறியது போல், வாத முப்புப் பற்றற்றார்க்கே வாய்க்கும்.

வைத்திய முப்புவை எந்த மருந்து செய்யும்போதும், அதனுடன் கொஞ்சம் சேர்த்து மருந்து செய்தால், அம்மருந்து நல்ல மருந்தாக அமையும். ஏற்கனவே செய்யப்பட்ட மருந்துகளுடன் கொஞ்சம் கலந்து கொடுத்தால், அம்மருந்துகளுக்குச் சக்தி அதிகமாகும். இப்படிப்பட்ட உயர்ந்த வேதியியல் பொருள்கள் நிறைய சித்த மருத்துவத்தில் உள்ளன.

யோக முப்பு, ஞான முப்பு ஆகிய இரண்டும் யோகிகளுக்கும், ஞானிகளுக்கும் அவர்களின் யோகப் பயிற்சியினால் இயற்கையாகவே உடம்பில் தோன்றுவனவாகும். இவற்றை “மாருத மதி அமுதம்” என்றும் “சிவ குடிலை நீர்” என்றும் பல பெயர்களால் சித்தர்கள் அழைத்தனர். இவற்றால் அழிந்து போகும் உடம்பு, அழியாமல் பாதுகாக்கப்படும். ஆறாவது அறிவானது மிகுந்த சக்தி பெற்று, இருந்த இடத்தி லிருந்தே எதனையும் அறியும் சக்தியைப் பெறும். இப்படிப்பட்ட உயர்ந்த சக்தி யால்தான் சித்தர்கள் இவ்வுலகின் நுணுக்கங்களையும், இவ்வுலகில் காணப்படும் பொருள்களின் நுணுக்கங்களையும் கண்டுபிடித்தார்கள் என்று கூறினால் மிகை யாகாது.

சித்த மருந்து செய் இயல்

சித்த மருந்து செய் இயல் மிக நுட்பமான வேதியியல் முறைகளைக் கொண்டதாகும். முன்பே கூறியபடி, மருந்துப் பொருட்களைத் தூய்மை செய்தல், அவற்றைப் பல மூலிகைச் சாறுகளால் பல நாட்கள் அரைத்தல், பல புடங்கள் போடுதல் ஆகிய பல வேதியியல் முறைகளை உள்ளடக்கியது சித்த மருந்து செய் இயலாகும்.

மேற்கூறியவாறு செய்யப்படும் மருந்துகள் பல வேதியியல் மாற்றங்களை அடைந்து மருந்தாகின்றன. எடுத்துக்காட்டாக, வேதியியல் முறையில் தூய்மை செய்யப்பட்ட ஒரு மருந்துப் பொருள் சில மாற்றங்களை அடைகிறது. ஆனால், அதற்கென்று தனியாகப் பெயர் வைக்கப்படுவதில்லை. ''சுத்தி செய்த'' என்ற அடைமொழி மட்டுமே கொடுக்கப்படுகிறது. இந்த அடைமொழி லிங்கம், ரசம், வீரம், பூரம், பாடாணம், உலோகங்கள் முதலிய எல்லா மருந்துப் பொருள்களுக்கும் பொருந்தும்.

அதேபோல் செய்யப்படும் மருந்து, சிவப்பு நிறமாக இருந்தால் செந்தூரம் என்றும், வெண்ணிறமும், மஞ்சளிடச் சிவக்கும் தன்மையும் கொண்டிருந்தால் சுண்ணம் என்றும், வெண்மையாக மட்டும் இருந்தால் பற்பம் என்றும் பெயர்கள் வைக்கப்படுகின்றன. எதனால் அந்த மருந்து செய்யப்பட்டதோ, அந்தப் பொருளின் பெயரைக் கொண்டு லிங்கச் செந்தூரம், தாளகப் பற்பம், கந்தகக் கட்டு, வீரச் சுண்ணம் எனப் பெயரிடப்படுகின்றது.

அகமருந்து 32

உள்ளுக்குச் சாப்பிடுகின்ற மருந்துகள் அக மருந்துகள் எனப்படும். அவை மொத்தம் 32 வகைகளாகும். உலோகங்கள் 11, பாடாணங்கள் 64, உப்பு வகைகள் 25, உபரசங்கள் 120, பஞ்சசூதம் 5, ஆயிரக் கணக்கான மூலிகைகள் ஆகியவற்றைக் கொண்டு, 32 வகையான மருந்துகள் செய்யப்படுகின்றன. ஒவ்வொரு வகையிலும் பல நூறு மருந்துகள் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. அம்மருந்துகளைச் செய்யும்போது, செய்முறைகள் பிறழாது செய்ய வேண்டும். அச்செய்முறைகளில் சில வருமாறு :

1. பிட்டவியல்

சூரணங்கள், வடகங்கள் போன்ற மருந்துகளைத் தூய்மை செய்யவும் பக்குவப்படுத்தவும் இம்முறை பயன்படுத்தப்படுகிறது.

ஒரு மண்பானையில் சம அளவு பாலையும் நீரையும் கலந்து, பாதிவரை நிறையும்படி ஊற்றிய பின், அப்பானையின் வாயைப் பஞ்சு நூலாலான வெள்ளைத் துணி கொண்டு வேடு கட்ட வேண்டும். பின்னர் அத்துணியின் மேல் தூய்மை செய்யப்பட வேண்டிய சூரணத்தைக் கொட்ட வேண்டும். பின் அதை மூடி கொண்டு மூடிப் பானையின் பொருத்துவாயில் துணி சுற்ற வேண்டும். பின்னர், அப்பானையை அடுப்பேற்றி எரிக்க வேண்டும். பால் முழுதும் சுண்டும் வரை எரித்தால், பாலின் ஆவி மேலே கொட்டிய சூராணத்தில் பட்டு அது பக்குவமாகும்.

2. துலாயந்திர முறை

சில மருந்துப் பொருள்களைத் தூய்மை செய்வதற்கு இந்த முறைப் பயன்படுத்தப்படுகிறது. எடுத்துக்காட்டு, வீரம், பூரம், தாளகம் முதலியன.

மருந்துப் பொருள்களைப் பருத்தித் துணியில் முடிச்சுக் கட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். தூய்மை செய்வதற்காகக் கூறப்பட்டத் திரவத்தை ஊற்ற வேண்டும். பின்னால், முடிச்சுக் கட்டிய அந்த மருந்துப் பொருளின் முடிச்சை ஒரு குச்சியின் நடுப்பகுதியில் கட்ட வேண்டும். அம்முடிச்சைப் பானையிலுள்ள திரவத்தில் முக்கால் பகுதி மூழ்கும்படித் தொங்கவிட்டுக் குச்சியைப் பானையின் விளிம்பின் மேல் குறுக்காகப் படியவிடவேண்டும். பின்னர்ப் பானையை அடுப்பேற்றி எரிக்க வேண்டும். பானையிலுள்ள திரவம் முக்கால் பகுதிக்கு மேல் சுண்டியபின் பானையை இறக்கித் தொங்கவிட்டுள்ள மருந்துப் பொருளை வெளியே எடுத்துச் சுத்தமான நீரில் கழுவி உலர வைக்க வேண்டும். இதுவே துலாயந்திர முறைச் சுத்தியாகும்.

3. தாளித்தல்

தாளகம் போன்ற மருந்துப் பொருள்களைத் துணியில் முடிச்சுக் கட்டிக் கொள்ளவேண்டும். பின்னர் ஒரு பானையில் பாதி அளவு தீத்தப்படாதக் கல் சுண்ணாம்பைப் பரப்ப வேண்டும். அதன்மேல், முன்பு முடிச்சுக் கட்டிய மருந்துப் பொருளை வைக்க வேண்டும். முடிச்சின் மேற் பகுதியிலும் கல் சுண்ணாம்பைப் பரப்ப வேண்டும்.

அச்சுண்ணாம்பின் மேல் கொதிக்கின்ற நீர், கழுதையின் மூத்திரம், பனங்கள் ஆகியவற்றில் ஒன்றை ஊற்றினால், சுண்ணாம்பு தளதளவென்று கொதிக்கும். அது ஆறியபின் மருந்துப் பொருளை வெளியே எடுத்துத் தூய தண்ணீரில் கழுவி உலர்த்த வேண்டும்.

மேற்சொன்ன முறைப்படி 5,7,11,14 முறைகள் தாளித்து எடுக்க வேண்டும். இதனால் பாடாணம், தாளகம் முதலியன சுத்தியாகின்றன.

4. சுருக்குக் கொடுத்தல்

சில மருந்துப் பொருள்களை மெழுகாகவோ, கட்டாகவோ செய்வதற்குச் சுருக்குக் கொடுத்தல் என்ற முறை பயன்படுத்தப்படுகிறது.

சுருக்குக் கொடுக்கப்படவேண்டிய மருந்துப் பொருளை ஒரு வெள்ளை அப்பிரகத் தகட்டின் மீதோ, மண் ஓட்டின் மீதோ அல்லது வெண்மையாகத் துலக்கப்பட்ட இரும்புத் தகட்டின் மீதோ வைக்க வேண்டும். மருந்துப் பொருள் வைக்கப்பட்ட அந்தத் தகட்டை அல்லது மண் ஓட்டை அடுப்பின் மேல் வைத்துச் சிறு தீயாக எரிக்க வேண்டும். அப்போது அந்தத் தகடு சூடாகி, அந்தத் தகட்டின் மேல் வைக்கப்பட்ட மருந்துப் பொருளுக்கும் சூடு ஏறும். மருந்துப் பொருள் சூடானவுடன் அதன்மேல் மூலிகைச் சாறுகளையோ, செய்நீர்களையோ, தீநீர்களையோ (அந்தந்த முறையில் கூறியபடி) சொட்டுச் சொட்டாக விட்டு வரவேண்டும். விட்ட சாற்றை அம்மருந்துப் பொருள் இழுத்துக் கொள்ளும். மீண்டும் சாற்றையோ, செய்நீரையோ சொட்டுச் சொட்டாக விட்டு வர வேண்டும்.

குறிப்பிட்ட அந்த மருந்து செய்முறையில் எவ்வளவு சாற்றைச் சுருக்குக் கொடுக்கச் சொல்லப்பட்டிருக்கிறதோ அவ்வளவு சாற்றால் சுருக்குக் கொடுக்க வேண்டும். அல்லது எவ்வளவு நேரம் சுருக்குக் கொடுக்கச் சொல்லப்பட்டிருக் கிறதோ அவ்வளவு மணி நேரம் சுருக்குக் கொடுக்க வேண்டும்.

இம்முறையால், மருந்துப் பொருளானது, சொட்டு விடப்படும் சாறு, செய்நீர், குடிநீர் ஆகிய இவற்றின் தன்மைகளுக்கேற்ப, இறுகிக் கட்டாகவோ அல்லது இளகி மெழுகாகவோ ஆகும். அதே நேரத்தில் அம்மருந்துப் பொருள் தூய்மை ஆகிவிடும். விடப்படும் சாறு அல்லது செய்நீர், அந்த மருந்துப் பொருளில் உண்டாகும் சூட்டால் கிரகிக்கப்பட்டு மேற்சொன்ன வேதியியல் மாற்றங்களை அடைகிறது.

5. கிராசங்கொடுத்தல்

சில உலோகங்களை உருக்கி, அவை உருகி நின்ற நிலையில், சில மூலிகைப் பொடிகளையோ அல்லது வேறு மருந்துச் சரக்குகளின் பொடிகளையோ தூவிக் கிளற வேண்டும். அம்மருந்து செய்முறையில் கூறியபடி, எவ்வளவு நேரம் கிளற வேண்டுமோ அல்லது எவ்வளவு மருந்துப் பொடி அல்லது மூலிகைப் பொடியைத் தூவிக் கிளற வேண்டுமோ, அவ்வளவைத் தூவிக் கிளறவேண்டும். இதனால் உருக்கப்பட்ட உலோகங்கள் வேதியியல் மாற்றங்களை அடைந்து வெட்டையாவதோடு அவற்றிலுள்ள நச்சுத் தன்மைகளும் அற்றுப்போகும்.

சில உலோகங்களை இம்முறையில் பற்பமாக்குவதும் உண்டு.

6. ஊதியெடுத்தல்

களங்கு, சுண்ணம் போன்ற மருந்துகள் செய்ய இந்த முறைப் பயன்படுத்தப் படுகிறது. பக்குவம் செய்யப்பட்ட மருந்துப் பொருள்களை மண் மூசை அல்லது

வச்சிர மூசைக்குள் நிரப்பி, மேல் மூடியிட்டுச் சீலைமண் செய்து அம்மூசையைக் கரிக்குள் வைத்து நெருப்பிட்டுத் துருத்தியாலோ, புளோமர் (blomer) என்ற கருவியாலோ குறிப்பிட்ட நேரம்வரை அல்லது மூசை அழுகும் வரை ஊத வேண்டும். கரிநெருப்புச் சூட்டின் காரணமாக மூசையிலுள்ள மருந்துப் பொருள் பக்குவமாகும். அது சுண்ணமாகவோ, களங்காகவோ, கட்டாகவோ மாறும்.

சொல்லப்பட்டிருக்கின்ற முறைகளுக்குத் தகுந்தாற்போல், மேற்சொன்னபடி ஏதாவதொரு மருந்தாக மாறும். இவற்றின் வேதியியல் மாற்றங்கள் அவற்றை அரைக்க அல்லது சுருக்குக் கொடுக்கப் பயன்படுத்தப்படும் மூலிகைச் சாறுகளாலும் அல்லது செய்நீர்களாலும் அவற்றிற்குக் கொடுக்கப்படும் வெப்பத்தின் காரண மாகவும் ஏற்படுகின்றன.

7. எரிப்புத் திட்டம்

விறகு அடுப்பின் மேல் வைத்துக் குறிப்பிட்ட நெருப்பளவு சூடுகொடுத்து, குறிப்பிட்ட கால அளவுவரை எரிப்பது, எரிப்புத் திட்டமாகும். பயன்படுத்தப்படும் மருந்துப் பொருள்களின் தன்மையைப் பொறுத்து மிகக் குறைந்த வெப்பம் முதல் அதிக வெப்பம் வரை அம்மருந்துக்குக் கொடுக்கும் வகைகள் கூறப்பட்டுள்ளன. சில முறைகளில் நேரடியாக வெப்பம் கொடுக்காமல் மறைமுகமாக மணலின் வாயிலாக வெப்பம் கொடுக்கப்படும் முறைகளும் உள்ளன.

நெருப்பின் அளவுக்குத் தகுந்தாற்போல் தீபாக்கினி (சிறிய தீ), கமலாக்கினி (மிதமான தீ), காடாக்கினி (பெரிய தீ) என மூன்று வகையாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளன.

8. தொந்தித்தல்

சில உலோகங்களோடு பாதரசத்தைச் சேர்த்துக் கிளறும்போது, அந்த உலோகமும் பாதரசமும் சேர்ந்து உறவாகி வெட்டையாகும். அந்நிலையில் அது பொடியாக அரைக்கக்கூடிய பக்குவத்தில் இருக்கும்.

இப்படி வெட்டையாக்கப்பட்ட பொடிகளைக் கொண்டு வெவ்வேறு முறைகளில் பல்வேறு மருந்துகள் செய்யப்படுகின்றன.

பாதரசத்தையும், கந்தகத்தையும் ஒன்று சேர்த்து அரைத்தால், இரண்டும் சேர்ந்து கருப்பான பொடியாகும். இதனைக் "கச்சலி" என்பார்கள். இதுவும் தொந்தித்தல் அல்லது உறவாக்குதல் என்ற முறையின் பாற்பட்டதேயாகும்.

9. தீநீர் அல்லது திராவக முறை

தற்காலத்தில் நீர்த்துவமான பொருள்களைக் கொதிக்கவைத்து அதில் வரும் ஆவியைக் குளிர வைத்து மீண்டும் திரவமாக. ஆக்கும் முறைக்குக் காய்ச்சி வடித்தல் (distilation) எனப்பெயர். சித்த மருத்துவத்தில் இதுவே தீநீர் முறையாகும்.

தீநீர்களை வடிப்பதற்கென்றே சிறப்பாக வடிவமைக்கப்பட்டக் கருவிகள் சித்த மருத்துவத்தில் உண்டு. இவை பெரும்பாலும் களிமண்ணால் செய்யப்பட்டவை யாகும். ஓமத்தீநீர் போன்றவை இக்கருவியின் மூலம் வடிக்கப்படுகின்றன.

10. பதங்கம் செய்தல் (Sublimation process)

பாடாணங்கள், பாதரசம், பாதரசத்தின் கூட்டுப்பொருள்களான இலிங்கம், இரசசெந்தூரம், வீரம், பூரம் போன்ற திடப்பொருள்களைப் பதங்கக் கருவியிலிட்டு அடுப்பேற்றி எரிக்கும்போது, அத்திடப்பொருள்கள் ஆவியாக மேலெழும்பும். அப்படி மேலேறும் ஆவியைக் குளிரவைத்தால் அந்த ஆவி மீண்டும் திடப்பொருளாகிப் பானையின் மேற்புறத்தில் ஒட்டிக்கொள்ளும். இந்தப் பதங்கத்தைப் பன்றி மயிர்க்கற்றை கொண்டு சுரண்டி எடுக்க வேண்டும்.

இப்பதங்கம், எளிதில் ஆவியாகிவிடும் தன்மையுடையதாதலால், மருந்தாக உட்கொள்ளும்போது, உடலில் மிக 'எளிதில் பரவி வேலை செய்யும்'.

11. சீலைமண் செய்தல்

மருந்துகளை எரிக்கும்போதும், புடம்போடும்போதும், பதங்கம் ஏற்றும்போதும், அக்கருவிகளின் உள்ளே வைக்கப்பட்ட மருந்துப் பொருள்களின் சத்து ஆவியாக வெளியேறாமல் தடுப்பதற்காகச் செய்யப்படுவது சீலைமண் ஆகும்.

சீலைமண் செய்வதற்குப் பருத்தித் துணியையே பயன்படுத்த வேண்டும். துணியின் மேல் தடவுவதற்குப் புற்றுமண், நெட்டான களிமண், கைப்பான செம்மண் ஆகியவை பயன்படுத்தப்படுகின்றன. சில குறிப்பிட்ட மருந்துகள் செய்வதற்குச் சுண்ணாம்புச் சீலை, உளுந்துச் சீலை ஆகியவையும் பயன்படுத்தப் படுகின்றன.

மேற்கூறிய பொருள்களில் ஒன்றை நுண்ணிய பொடியாகச் செய்து, துணியில் வடிகட்டி, நீர்விட்டுப் பிசைந்து, அப்பசையைத் துணிகளில் தடவ வேண்டும். அத்துணியை மருந்துப் பொருள் வைத்துள்ள பாத்திரத்தின் பொருத்து வாயைச்

சுற்றிலும் சுற்றவேண்டும். செய்யப்படும் மருந்துகளின் தன்மைக்கேற்ப இச்சுற்றுகள் அமையும்.

12. தோய்த்தல்

உலோகங்களைச் சுத்தி செய்வதற்கு, அவற்றைக் கொல்லன் உலையில் பழுக்கக் காய்ச்சி, சில குறிப்பிட்ட மூலிகைச் சாறுகள், அல்லது கஷாயங்களில் தோய்த்து எடுக்கும்போது, அவ்வுலோகங்களிலுள்ள களிம்புகள் வெளியாகின்றன என்பதை முன்னமே கூறியுள்ளோம். ஆனால் இரும்பைத் தோய்த்து எடுக்கும்போது நொறுங்கும் தன்மையுடைய சிட்டமாக மாறும்.

13. செய்நீர்கள்

சில உப்புகள், பாடாணம், உயிர்ப்பொருள்கள் மற்றும் மூலிகைகளின் கூட்டால் உருவாக்கப்படும் சில வகை வேதியியல் நீர்களுக்குச் செயநீர்கள் எனவும், செய்நீர்கள் எனவும் சித்தர்கள் பெயரிட்டிருக்கிறார்கள்.

மேற்சொன்ன செய்நீர்களைப் பயன்படுத்தி உலோகங்கள், பாடாணங்கள், உப்புகள், பஞ்ச பூதம் ஆகியவற்றைச் செந்தூரம், பற்பம் மற்றும் சுண்ணம் எனப்படும் மருந்து வகைகளாக எளிதாகச் செய்ய முடியும். அதனால்தான், அவற்றிற்கு "வெற்றி தரும் நீர்" என்ற பொருளில் "செயநீர்" என்றும் பெயர் வைத்திருக்கிறார்கள்.

எல்லாக் காலங்களிலும் எல்லா வகை மூலிகைகளும், தேவைப்படும் அளவு கிடைப்பது அரிது என்பதாலும், பல புடங்கள் போட்டுச் செய்யப்படும் மருந்துகளைச் சில புடங்களாலேயே செய்து முடிக்க முடியும் என்ற அடிப்படையிலும்தான் செய்நீர் எனப்படும் வேதியியல் நீர்களைத் தயாரித்து இருப்பு வைத்துக்கொண்டு, தேவையானபோது செய்துகொள்ளும் வசதிக்காகச் சித்தர்கள் இவ்வழிவகைகளைச் சொல்லி வைத்திருக்கிறார்கள்.

14. புடம்

சித்த மருத்துவத்தில் மட்டுமல்ல, பொற்கொல்லர் பணிகளிலும் புடம் என்ற முறை கையாளப்படுகிறது. தங்கத்திலுள்ள தேவையற்ற மாசுகளை வெளியேற்றவே புடம் போடப்படுகிறது. ''புடம் போட்ட தங்கம்'' என்ற தொடர் இதனாலேயே உண்டாயிற்று.

சித்த மருத்துவத்தில் மருந்துகளைப் பக்குவப்படுத்துவதற்காக, அதாவது மருந்துப் பொருள்களைப் பற்பமாகவோ, செந்தூரமாகவோ, கருப்பமாகவோ

செய்வதற்காகப் புடங்கள் போடப்படுகின்றன. புடம் என்றால் பக்குவம் செய்யப்பட்ட மருந்துப் பொருள்களை சாணக்கைகளில் வைத்துச் சீலைமண் செய்து அந்தச் சாணக்கையை, பசுச் சாணத்தால் தட்டப்பட்ட வரட்டிகளின் மத்தியில் வைத்து, நெருப்பேற்றி அதனாலுண்டாகும் வெப்பத்தால் பக்குவம் செய்யும் முறையாகும்.

செய்யப்படுகின்ற மருந்துகளுக்குத் தேவைப்படும் வெப்ப அளவுக்குத் தகுந்தாற்போல குறைந்த வெப்பத்திலிருந்து மிக அதிக வெப்பம் வரை சூடு கொடுக்கும் புடங்கள் கூறப்பட்டுள்ளன. அதாவது காடைப்புடம் (1 வரட்டியை வைத்து எரித்தல்), கௌதாரிப்புடம் (3 வரட்டியை வைத்து எரித்தல்), குக்குடப்புடம் அல்லது கோழிப்புடம் (10 வரட்டியை வைத்து எரித்தல்), வராகப்புடம் அல்லது பன்றிப்புடம் (50 வரட்டியை வைத்து எரித்தல்), கஜபுடம் அல்லது யானைப்புடம் (1000 வரட்டியை வைத்து எரித்தல்) எனப் பல வகைப் புடங்கள் கூறப்பட்டுள்ளன. இவையன்றிப் பணிப்புடம், சூரியப் புடம், பௌர்ணமிப்புடம், அமாவாசைப் புடம், மணல் மறைவுப்படம், பூமிப்புடம் என வேறுவகைப் புடங்களும் கூறப்பட்டுள்ளன.

புடங்களுக்குப் பயன்படுத்தப்படும் வரட்டிகளுக்கும் இலக்கணம் கூறப்பட்டுள்ளது. வரட்டிகள் இருவகைப்படும். அவையாவன :

1. இயற்கை வரட்டி , 2. செயற்கை வரட்டி.

இயற்கை வரட்டி இரண்டு கிராம் எடையுள்ளதாக இருக்கும். இது பசுமாடு போட்ட சாணம், அப்படியே காய்ந்து வரட்டியானதாகும். சில மருந்துகளுக்கு ஆட்டு எரு, நெல் உமி, மரப்பட்டை முதலியவைகளும் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. செயற்கை வரட்டி என்பது சாணத்தைக் கையால் தட்டி உலர வைத்துச் செய்யப்படுவது. இது கலப்பில்லாத பசுஞ்சாணத்தால் செய்யப்பட்டதாயிருக்க வேண்டும். இதன் கனம் அரை அங்குலமும், விட்டம் 12 அங்குலமும் உடையதாக இருக்க வேண்டும் எனக் கூறப்பட்டுள்ளது. அதற்குக் காரணம், புடத்திற்கு வைக்கப்படும் தீயானது வரட்டியில் பற்றி அது தணலானபின், நீண்ட நேரம் அத்தணல் நிலைத்திருக்க வேண்டும் என்பதற்காகத்தான்.

புடத்திற்குக் குழிவெட்டி, அதற்குள்தான் வரட்டிகளை அடுக்க வேண்டும். ஏனெனில், வெளியே வீசும் காற்றினால் நெருப்பு ஒரு பக்கமாகச் சென்று மருந்து சரிவர வெந்து பக்குவமாகாமல் போய்விடும். பாடாண மருந்துகளுக்கு வெப்பம் குறைவாகத் தேவைப்படுவதால் வெளிப்புறப் புட முறை கையாளப்படுகிறது.

அடுக்கிய வரட்டியின் நான்கு பக்கமும் தீயிட வேண்டும். பற்றிய தீ மெதுவாக எரிந்து, கொஞ்சங் கொஞ்சமாக வெப்பம் அதிகரித்து, ஒரு குறிப்பிட்ட நேரத்தில்,

உச்சபட்ச வெப்பத்தைக் கொடுக்கும். பின்னர், கொஞ்சங் கொஞ்சமாக அந்த வெப்பம் தணிந்து வரும். இப்படிப்பட்ட முறையில்தான் மருந்துகள் பக்குவமாகும் எனச் சித்தர்கள் கண்டுபிடித்திருக்கிறார்கள். இதனை நுணுகி ஆய்ந்து பார்த்தால், இது ஒரு முறைப்படுத்தப்பட்ட மிகச் சிறந்த அறிவியல் நுட்பம் என்பது தெளிவாகும்.

15. மெழுகுகள்

அகமருந்து 32இல் மெழுகு வகையும் ஒன்று. தேன் மெழுகைக் கையில் உருட்டினால் எப்படி ஒட்டாமல் உருகுமோ, அந்த நிலையில் மெழுகுகள் இருக்க வேண்டும். மெழுகுகள் பலவகையாகச் செய்யப்படுகின்றன. அவையாவன : அருக்கு மெழுகு, அரைப்பு மெழுகு, இடிப்பு மெழுகு என்பனவாகும்.

இரசகந்தி மெழுகு

தூய்மை செய்த பாதரசத்தையும், தூய்மை செய்த கந்தகத்தையும் சம எடை எடுத்து, சேராங்கொட்டை எண்ணெய் சேர்த்து மெழுகுபதத்திற்கு அரைத்து, ஒரு முற்றிய தேங்காய்க்குள் செலுத்தித் தேங்காயின் துளைத்த பாகத்தை அடைத்து, தேங்காயைப் பசுஞ்சாணத்தால் கவசம் செய்துப் புடம் போட வேண்டும். சிறிது நேரம் சூடேறியபின் தேங்காய் வெடிக்கும். உடனே புடத்திலிருந்து தேங்காயை வெளியே தள்ளிவிட வேண்டும். சூடு ஆறியபின் அதை உடைத்து உள்ளிருக்கும் மருந்தையும் தேங்காயையும் சேர்த்துக் கல்வத்தில் ஏழு நாட்கள் அரைக்க வேண்டும்.

மேற்படி மெழுகில் உள்ள ஆச்சிரியப்படும்படியான வேதியியல் உண்மை என்னவென்றால், அந்த மெழுகை வேதியியல் அடிப்படையில் பகுத்துப் பார்த்தால், அதில் பாதரசத்தின் சுவடே தெரியாது. இந்தச் சிறிய மருந்து செய்முறையில் பாதரசம் மருந்தாக மாறிவிட்டது என்பதே அறிவியல் உண்மை.

சித்தர்களின் உயிர் வேதியியல்

உடலினுள் செயல்பட்டுக் கொண்டிருக்கும் உயிரானது, அவ்வுடலுக்குள் வாய் வழியாகவும், மூக்கு வழியாகவும் செல்லும் பொருள்களை ஏற்று, உடலில் உற்பத்தியாகும் பல வேதியியல் நீர்களைக் கொண்டு, வேதியில் மாற்றங்களை உண்டாக்குகிறது. இதுவே உயிர் வேதியியல் ஆகும்.

சில மூலிகைகளின் சாறு சளியைக் கரைத்து, இருமலின் தூண்டுதலால் வெளியாக்கும். சில மூலிகைகளின் சாறு வாந்தியைத் தூண்டி, சளியை வெளி யாக்கும். இன்னும் சில மூலிகைகளின் சாறு சளியைக் கரைத்து, மலத்தின் வாயிலாக

வெளியேற்றும். இன்னும் சில மூலிகைகளின் சாறு, சிறுநீரகத்திலுள்ள கற்களைக் கரைத்து வெளியேற்றும்.

உயிரானது உள்ளே செலுத்தப்பட்ட மேற்சொன்ன மருந்துகளை அவற்றின் இயற்கைச் செயல்களுக்கு ஏற்பப் பயன்படுத்தி, மேற்படி நன்மைகளைப் பெறுகிறது. எனவேதான், இதனை உயிர் வேதியியல் எனக் கூறுகிறோம்.

இவற்றைப் போலவே உலோகம், பாடாணம், உபரசம், உப்புகள், பஞ்சசூதம் போன்ற சித்த மருத்துவத்தில் பயன்படுத்தப்படும் பல மருந்துப் பொருள்கள், மருந்தாகச் செய்யப்பட்டபின் உடலில் பலவித வேதியியல் மாற்றங்களை உண்டாக்கி, தேவையற்றவற்றை வெளியாக்கி, உடல் உறுப்புகளைப் பலப்படுத்தி, அவற்றின் வாயிலாக வளி (வாதம்), அழல் (பித்தம்), ஐயம் (கபம்) என்ற உயிரின் மூன்று சக்திகளும் இயற்கை நிலையில் இருக்கும்படி செய்து, நோய்களைப் போக்கியும், நோய்கள் வராமல் தடுத்தும் ஆட்கொள்ளுகின்றன.

சித்த மருந்துகளின் செயல்பாடும் சிறப்பும்

சித்த மருந்துகள் பரு உடலுக்கு மட்டுமன்றி, நுண்ணுடலாகிய உயிருக்கும் மருந்தாகின்றன. சித்த மருத்துவ அடிப்படைக் கொள்கைப்படி, ஒவ்வொரு அணுவிலும் உள்ள உயிரும் பாசமும் இணைந்து செயலாற்றுகின்றன. மனித உடலும் உயிரும் ஏற்றுக் கொள்ளும் வகையில், தொன்றுதொட்டுப் பழக்கமான அங்கக நிலையிலுள்ள மருந்துகளையே உடம்பு ஏற்றுக் கொள்கிறது. அப்படி ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்ட மருந்து, உடலுக்கும் உயிருக்கும் நன்மை செய்கிறது.

எடுத்துக்காட்டாக ஒருவருக்குக் கபம் (ஐயம்).மிகுதியால் நெஞ்சில் கோழை மிகுந்திருப்பதாக வைத்துக் கொள்வோம். அதற்குரிய சித்த மருந்தைக் கொடுக்கும்போது, அம்மருந்து கீழ்க்கண்டவாறு வேலை செய்கிறது:

1. கோழையை வெளியேற்றுகிறது.
2. அம்மனிதனின் உடம்பின் தன்மையாகிய கோழையை உற்பத்தி செய்யும் நிலையை மாற்றுகிறது.
3. கூடவே அம்மனிதனின் எதிர்ப்புச் சக்தியைத் தன்னிலைக்குக் கொண்டு வருகிறது.

மேற்சொன்ன மூன்று வகைகளிலும் சித்த மருந்துகள் செயல்படுவதால் தான் நோய்களிலிருந்து நிரந்தர நிவாரணம் கிடைக்க ஏதுவாகிறது. சித்த மருந்துகளின்

கூட்டு (Combination) அமைகின்ற முறைகளில் இதனைத் தெரிந்து கொள்ளலாம். எடுத்துக் காட்டுக்கு மூன்று மருந்துகளைக் காணலாம்.

பால சஞ்சீவி மாத்திரை

இம்மாத்திரையில் சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, பொரித்த வெங்காரம், இலிங்கம் ஆகிய ஐந்து பொருள்கள் சேர்ந்திருக்கின்றன. துணை மருந்து மாசிப்பத்திரிச் சாறும் தேனும் ஆகும்.

சுக்கு வாயுவை வெளியேற்றி, பேதியைக் கட்டுப்படுத்தி, செரிமானத்தை அதிகப்படுத்தும். மிளகு நச்சுத்தன்மைகளைப் போக்கி, பித்தத்தைத் தன்னிலைப் படுத்தும். திப்பிலி உள்ளிருக்கும் சளியைக் கரைத்து வெளியேற்றும். இலிங்கம் சுரத்தைப் போக்கும். எனவே வளி (வாதம்), அழல் (பித்தம்), ஐயம் (கபம்) ஆகிய குற்றங்களால் உண்டான நோய் நிலைகளை மாற்றிச் சுரத்தையும் போக்குகிறது. பக்க விளைவுகள் ஏதுமின்றி நோயைப் போக்கி வளி, அழல் குற்றங்களைச் சமனப்படுத்துவதால் நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி மீளுகிறது.

தேன் சிறந்த இயற்கை உணவாகப் பயன்படுகிறது. மாசிப்பத்திரிச் சாறு, சுரமானது மூளையைப் பற்றாமல் தடுக்கிறது.

சாந்த சந்திரோதய மாத்திரை

இம்மருந்தில் சேரும் பொருள்கள் : இரசகற்பூரம், பொரித்த வெங்காரம், மஞ்சள்தூள். இவை எலுமிச்சம் பழச் சாற்றால் அரைக்கப்பட்டு மாத்திரை செய்யப்படுகின்றன.

இதில் இரசகற்பூரமானது, ஈரலிலிருந்து உற்பத்தியாகும் அதிகப்படியான பித்த நீரை, மலத்தின் வாயிலாக வெளியேற்றுகிறது. பொரித்த வெங்காரம் சிறுநீரை வெளியேற்றுவதன் மூலம் குருதியிலுள்ள பித்த நீர் ஓரளவு வெளி யேற்றப்படுகிறது. மஞ்சள் கிருமிநாசினிச் செய்கை உள்ளதாகையால், நோய்க்குக் காரணமான கிருமிகளைக் கட்டுப்படுத்துகிறது.

அழல் குற்றத்தால் பாதிக்கப்பட்ட ஈரலின் நிலையை மேற்கண்ட செய்கை களால் மாற்றி, அழல் குற்றத்தைத் தன்னிலைப்படுத்துகிறது. இந்த மாத்திரை எலுமிச்சம் பழச் சாறும், மஞ்சள் தூளும் சேர்த்து அரைக்கப்படும் போது இரச கற்பூரம் சுத்தியாகிப் பக்குவப்படுகிறது. இம்மாத்திரையால் பசியுண்டாகிறது. மற்ற இரு குற்றங்களும் தன்னிலைக்கு வருகின்றன. இதனால் மஞ்சள் காமாலை போன்ற அழல் நோய்கள் குணமாகின்றன.

சாதி சம்பீரக் குழம்பு

இம்மருந்தில் சேரும் பொருள்களாவன : பச்சைக் கற்பூரம், சுத்தி செய்த இலிங்கம், எலுமிச்சம் பழச்சாறு ஆகியன. இவற்றில் பச்சைக் கற்பூரம் கபத்தைப் போக்கி, இதயத்தைத் தூண்டி உடலுக்கு வெப்பத்தைத் தரவல்லது. கபத்தினால் வாந்தி உண்டானால், கபத்தைக் கரைத்து வெளியேற்றும் தன்மை கொண்டது. தொடர்ந்து வாந்தி உண்டாவதால் ஏற்படும் உடல் வெப்பக் குறைவைப் போக்குவது. கிருமிகளினால் பேதி இருந்தால், இலிங்கம் அவற்றைக் கட்டுப்படுத்தும். எலுமிச்சம் பழச்சாறு, இலிங்கத்தைச் சுத்தி செய்வதோடு, பித்தத்தின் வேகத்தைக் கட்டுப் படுத்தி, தாகத்தையும் போக்கும்.

சித்த மருத்துவத்தில் நோய்கள்

சித்த மருத்துவத்தில் மொத்தம் 4448 நோய்கள் இருந்ததாகக் கணித் திருக்கிறார்கள். இந்நோய்களுக்குரிய தொகைப் பெயர்கள் காணப்படுகின்றனவே ஒழிய, தனித்தனி நோய்களின் குறி குணங்கள் பற்றிய குறிப்புகள், எல்லா நோய்களுக்கும் கிடைக்கவில்லை. காலப்போக்கில் ஆயிரக்கணக்கான ஏடுகள் பல காரணங்களால் அழிந்து போனதே அதற்குக் காரணமாயிருக்கலாம்.

நோய்களுக்குப் பெயர் வைத்த முறையும், நோய்களின் குறி குணங்களும், பெரும்பாலும் இன்றைய அறிவியலுக்கு ஒத்துப் போகின்றன. அவற்றில் சில நோய்களைப் பற்றி கீழே காண்போம்.

மதுமேகம்

மது என்றால் தேன், மேகம் என்றால் சித்த மருத்துவத்தில் சிறுநீர் சம்பந்தப்பட்டதைக் குறிக்கும். எனவே சிறுநீரில் இனிப்புச் சேர்ந்து நீர் இறங்குவது மதுமேகம் எனக் கூறப்படுவது சாலப் பொருந்தும். மதுமேக நோயில் பத்து நிலைகள், பத்து அவத்தைகள் எனக் குறிப்பிடப்பட்டு, அந்தந்த அவத்தைகளில் உண்டாகும் குறி குணங்களையும் விளக்கிச் சொல்லியிருக்கிறார்கள் சித்தர்கள்.

மதுமேகத்திற்கு மருந்துகள் கூறுமிடத்து அவ்வப்போது குணம் தருகின்ற மூலிகை மருந்துகளையம், முழுக்குணம் தருகின்ற கனிம மருந்துகளையும் கூறி யிருக்கிறார்கள்.

மதுமேகம் என்ற நோய், நவீன அறிவியல் கூற்றுப்படி, கணையம் என்ற உடல் உறுப்பிலுள்ள "லாங்கர் ஹான் திட்டு" (Islet of Langerhans) என்ற பகுதியிலுள்ள

"பீட்டா உயிரணுக்கள் (Beta cells) போன்றவை பல காரணங்களால் கெட்டு விடுவதால், சர்க்கரையைச் சீரணித்து உடலில் பொருந்தச் செய்யும் "இன்சுலின்" (Insulin) என்ற ஒரு திரவம் சுரப்பதில் தடை உண்டாவதால் இந்நோய் உண்டாவ தாகக் கூறப்படுகிறது.

சித்த மருத்துவத்தில் மேற்சொன்ன இன்சுலினைச் சுரக்கும் உயிரணுக்களை (Cells) மீண்டும் உயிர்ப்பிக்கும் வல்லமை கொண்ட காயகற்ப மருந்துகள் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. இந்த நோய், மற்ற நோய்களைப் போல் ஒரு குறிப்பிட்டக் கிருமியால் உண்டாக்கப்படுவதில்லை. இது ஒரு வளர்சிதை (Metabolic) மாற்ற நோயாகும். எனவே கேடடைந்த உயிரணுக்களை மீண்டும் உயிர்ப்பிக்கும் காயகற்ப மருந்துகளை அன்றே சித்தர்கள் கூறியிருக்கிறார்கள்.

தங்கம், அப்பிரகம் என்ற இரண்டு கனிமப் பொருள்களைக் கொண்டு செய்யப்படும் மருந்துகள் இந்நோயில் இன்னும் பயனளிக்கக் காண்கிறோம். அதனாலேயே அவைக் காயகற்ப மருந்துகளாகக் கருதப்படுகின்றன.

இளைப்பு நோய்

இந்த நோயால் பாதிக்கப்பட்டவன் நாளுக்கு நாள் மிகவும் இளைத்துக் கொண்டே போவான். அதனாலேயே இந்நோய்க்கு இளைப்பு நோய் என்று பெயர் வைக்கப்பட்டது. இந்நோய்க்காக சித்த மருத்துவத்தில் சொல்லப்பட்ட மருந்துகள் பல. அவை அந்நோயை மிக அருமையாகப் போக்குகின்றன.

எடுத்துக்காட்டாகத் தங்கத்தினால் செய்யப்பட்ட மருந்துகளை எடுத்துக் கொள்வோம். அதற்கு முன் தங்கத்தைப் பற்றிய மேலை நாட்டாரின் கொள்கையைப் பார்ப்போம்.

தங்கத்தைப் பற்றிய மேலைநாட்டாரின் கொள்கை

தங்கமானது பல வடிவங்களில், பல விதமான நோய்களுக்கு, அனுபவம் மூலமாகக் கொடுக்கப்பட்டு வருகிறது. மற்ற உலோகங்களைக் காட்டிலும் தங்கம் நச்சுத் தன்மை குறைவானது. கிரந்தி அல்லது பறங்கி நோய் (Syphilis) மற்றும் வலிப்பு நோய் (Epilepsy) ஆகியவற்றிற்கு முறையே வெள்ளைப்– பாடாணத் துடனும், புரோமைட் (Bromides) உடனும் கொடுக்கப்பட்டு வருகிறது. நரம்புத் தளர்ச்சிக்கும் தங்கம் பயன்படுத்தப்பட்டு வருகிறது. ஆனால் இதனால் கிடைக்கும் பலன் மனதைப் பொறுத்ததே.

மோல்கார்டு (Moleguard) என்ற அறிஞர் தங்கத்தைச் சனோகிரைசின் (Sanocrycin) என்ற ஊசி மருந்தாக இளைப்பு நோய்க்கு (டீ.பி.) அறிமுகப்படுத்தினார். இளைப்பு நோய்க் கிருமிகளைச் சோதனைச் சாலையில், தங்கத்தோடு சேர்த்துப் பார்க்கும் போது, பெரிய மாற்றங்கள் ஒன்றுமில்லை. அதனால் தங்கம் இளைப்பு நோயில் எவ்வாறு வேலை செய்கிறது என்று அறிய முடியவில்லை. நோய்க் கிருமியினுடைய நிண உறையை (Lipoid covering) ஊடுருவுவதால் கிருமிகள் கொல்லப்படுகின்றன என்று சொல்லப்படுகிறது. கிருமிகளைக் கொல்லும் பேகோசைடோஸிஸ் (Phagocytesis) என்பவற்றைத் தங்கம் தூண்டி அதிகமாக்குவதாலும் இது சாத்தியம் என்றும் கூறப்படுகிறது.

தங்கத்தை ஊசி மருந்தாகச் செலுத்தும் பொழுது இளைப்பு நோய்க்கிருமிகள் மறைந்து விடுகின்றன. சுரம், இருமல், சளி ஆகியவையும் குறைந்து விடுகின்றன. ஆரம்ப நோய் நிலையில் இது மிக நன்றாக வேலை செய்கிறது. ஆனால், நோய் முற்றிய நிலையில் அவ்வளவு சாதகமாக இல்லை. தங்கத்தை ஊசி மருந்தாகக் கீல்வாத நோய்க்கும் (Rheumatoid arthritis) பயன்படுத்தப்பட்டது. கை, கால்கள் நன்கு அசையவும், வலி குறையவும், கை கால்களில் பிடிப்புக் குறையவும் மேற்படி மருந்து பயன்படுகிறது. மேலும் நோய் முற்றாமலும் தடுக்கிறது என்று ஒரு மேலைநாட்டு அறிஞர் கூறுகிறார்.

மேற்கூறப்பட்டவற்றிலிருந்து நாம் அறிந்து கொள்வது என்னவென்றால், சித்த மருத்துவ அடிப்படைக் கொள்கைகளுக்குப் பொருந்துமாறு, அறிவியல் பூர்வமாக அந்த மேலைநாட்டு அறிஞர் விளக்கி இருக்கிறார் என்பதேயாகும்.

மேலே கூறியபடி சித்த மருந்துகள் மூன்று வழிகளில் செயல்படுகின்றன. இறுதியாக எதிர்ப்புச் சக்தியை இயற்கை நிலைக்குக் கொண்டு வரும் என்று சொன்னோம். அதாவது, உடம்பிலுள்ள ஏழு உடற்கட்டுகளையும் வன்மைப்படுத்தி நோயின் குறி குணங்களையெல்லாம் நீக்கி, உடலுக்குப் பலம் தரும் நிலை வரும்போது வளி, அழல், ஐயம் என்ற மூன்று உயிர்த் தாதுக்களும் இயற்கை நிலையாகிய 1:½:¼ என்ற நிலைக்கு வந்துவிடுகின்றன. இந்த நிலையில் எந்தக் கிருமியும், உடம்பில், எந்த நோயையும் உண்டாக்க முடியாது. மேலை நாட்டு அறிஞர் கூறியபடி "பேகோசைடோஸிஸ்" (Phagocytosis) என்ற உயிரிகள் தூண்டப்பட்டு, அதிகமாகிக் கிருமிகளைக் கொல்வதற்குக் காரணமாகிறது தங்கம் என்ற மருந்துப் பொருளாகும்.

எனவே சித்தர்கள் பயன்படுத்திய தங்கத்தைப் பின்னாளில், மேலை நாட்டு அறிஞர்கள் ஆராய்ந்து பல உண்மைகளைக் கூறியிருக்கிறார்கள். அவை அறிவியலுக்கும் சித்த மருத்துவத்திற்கும் உடன்பாடான பொது உண்மைகளாகும். மேலும்,

கீல்வாதம் என்ற நோய்க்குத் தங்கத்தை மருந்தாகப் பயன்படுத்தியபோது, அது நோயை நீக்கியது மட்டுமின்றி, மேற்கொண்டு நோய் முற்றாமல் தடுக்கிறது என அந்த அறிஞர் கூறியுள்ளார். இதனால் நாம் அறிவது, தங்கம், நோயை மட்டும் போக்கக் கூடியதல்ல. எதிர்ப்புச் சக்தியையும் அதிகமாக்கும் காயகற்ப மருந்தாகும்.

இரைப்பு நோய் (Asthma)

இரைப்பு நோயைச் சுவாசகாசம் என்றும் குறிப்பிடுகிறார்கள். இந்நோயில் பல வகைகள் உண்டு. அவற்றின் குறி குணங்களும் விளக்கமாகக் கூறப்பட்டுள்ளன. கப சம்பந்தமான நோய்களில் இளைப்பு நோய் சற்றுக் கடுமையானது. மூச்சுத் திணறலும் இருமலும் இருப்பதாலேயே இந்நோய் சுவாசகாசம் என்ற பெயராலும் அழைக்கப்படுகிறது. இந்நோய்க்குக் காரணம் பல. ஒவ்வாமையை உண்டாக்குகின்ற தூசு, புகை முதலியனவும், ஒவ்வாமைக்குக் காரணமாகின்ற எலிக்கடி நஞ்சு, பூனைக்கடி நஞ்சு, தாவர நஞ்சுகள் போன்றவை உடலில் தங்கி, ஒவ்வாமையை உண்டாக்குகின்றன. இந்நோய்க்குக் காரணம் எதுவாக இருந்தாலும், காலப்போக்கில் பசை போன்று இறுகிப் போய் புட்புசத்திலும் மூச்சுக்குழல்களிலும் ஒட்டி, மூச்சை வாங்கி வெளிவிட முடியாத நிலையை மாற்றி, இறுகிய சளியைக் கரைத்து வெளியேற்றுவதோடு, மீண்டும் சளி உற்பத்தியாகாமல் தடுப்பதே இந்நோய்க்குள்ள மருத்துவமாகும்.

இரைப்பு நோய்க்குரிய மருந்துகள் சித்த மருத்துவத்தில் நிறைய சொல்லப் பட்டிருக்கின்றன. இக்கால அறிவியலார் கூறும் நோய்க்கணிப்புக்கு இணையான நோய்க்கணிப்பு முறைகளும், உரிய மருத்துவ முறைகளும் பண்டைக்காலம் தொட்டே சித்த மருத்துவத்தில் கையாளப்பட்டு வந்துள்ளன.

கக்குவான் நோய் (Wooping Cough)

இந்நோய்க்குச் சித்த மருத்துவத்தில் சொல்லப்பட்ட மருந்துகள், வௌவால், மீன், முதலை, உப்புக் கண்டம், பழைய தோல் செருப்பின் வார்கள், புலிக்கொழுப்பு முதலியன. அதாவது கவுச்சி வீசும் நாற்றத்தினால் அந்நோய்க் கிருமிகள் அடங்கி விடுகின்றன எனச் சித்தர்கள் அறிந்திருக்கிறார்கள்.

கிருமிகளால் இந்த நோய் வருகிறது என்பதைச் சித்தர்கள் அறியாமல் அதற்குரிய சரியான மருந்துகளைக் கொடுத்திருக்க முடியாது. ஆனால் அது பற்றிய செய்திகளைத் தாங்கிய ஏடுகள் காலப்போக்கில் மறைந்திருக்கக் கூடும். எனினும் சித்தர்கள் கூறிய மருந்துகள், அவர்கள் சொன்னபடியே நோய்களைத் தீர்க்கின்றன.

எனவே அறிவியல் அடிப்படை இல்லாமல் சித்தர்கள் எதனையும் கூறவில்லை என்று துணியலாம்.

அம்மை நோய்

வைரஸ் (Virus) என்ற நுண்ணுயிரியால் உண்டாகும் நோய்கள் பெரியம்மை, சின்னம்மை, தட்டம்மை, புட்டாளம்மை போன்றவைகளாகும். மேற்படி நோய்கள் வராமல் தடுக்கப் பல வழிகளைச் சித்தர்கள் கூறியிருக்கிறார்கள்.

அம்மை நோய் வந்தபின் கொப்புளங்கள் உலர்ந்து பக்குக் கட்டும் நேரத்தில் நோய் எளிதில் பரவும் என்பதால், அந்நோய்க் கிருமிகளின் வீரியத்தைக் குறைக்க வேப்பிலை, மஞ்சள், அருகம்புல் ஆகிய மூன்றையும் சேர்த்து அரைத்து, உடலில் பூசிக் குளிப்பாட்டுவது வழக்கம்.

மேற்சொன்ன அதே மூன்று மூலிகைகளையும் சேர்த்தரைத்து, அதில் ஓர் உருண்டையை, நோய் வராதவர்களை விழுங்கச் செய்து அவர்களுக்கு எதிர்ப்புச் சக்தியை உண்டாக்கி, நோய் வராமல் தடுக்கும் முறைகளும் நம் நாட்டில் இருந் திருக்கின்றன. இதுவே காலப் போக்கில் நவீன மருத்துவ முறையில், ஊசி மூலமாக அம்மைப் பாலைச் செலுத்தும் முறைக்கு முன்னோடியாக இருந்திருக்கக் கூடும்.

அம்மை நோய்க்கு முன்பு, காய்ச்சல் கண்டவுடன், நோய் முற்றாமல் தடுப் பதற்குச் சில முறைகள் கூறப்பட்டுள்ளன. அவையாவன:

1. ஊர்க்குருவி முட்டையுடன் புழுங்கலரிசி சேர்த்துக் கருகாமல் சமைத்து உண்ணுதல்

2. பழைய தோல் செருப்பின் அறுந்த வாரைச் சுட்டுக் கரியாக்கி வெந்நீரில் கலந்து குடித்தல்.

3. அம்மை நோயினால் கண்களில் குறு வந்துவிடாமல் தடுக்க:
   - 3.1. வெங்காயத்தின் பூவை மென்று, இரு கண்களிலும் ஊதிவிடுவது.
   - 3.2. மருதோன்றி இலையை விழுதாக அரைத்து, இரண்டு பாதங் களிலும் வைத்துக் கட்டிவிடுதல் ஆகியவை செய்யப்பட்டு வந்தன.

இந்நோய் வந்தபோது, உடம்பை குளிர்ச்சியாக வைத்துக் கொள்ளப் பல வழிகள் வழக்கத்தில் உள்ளன. தற்கால ஆராய்ச்சிப்படி வெங்காயத்தின் நெடியானது, உலகிலுள்ள எந்தக் கிருமியையும் அழிக்க வல்லது என்பது ஒப்பு நோக்கத்தக்கது.

தொக்கணம் (Siddha Physiotherapy)

நவீன மருத்துவத்தில் தொக்கணம் (Physiotherapy) என்ற பாடத் திட்டத்திற்குத் தனியாகப் பட்டப்படிப்பே வந்துவிட்டது. சித்த மருத்துவத்தில் நெடுங்காலமாகவே தொக்கணம் என்ற மருத்துவக் கலைக் கையாளப்பட்டு வருகிறது.

தொக்கு என்ற சொல்லுக்கு உடம்பு என்ற பொருளும், தோல் என்ற பொருளும் உண்டு. உடம்பு, தோல் ஆகிய இவற்றை அசைத்துச் செய்யப்படுகின்ற கலை தொக்கணமாகும். இது ஒன்பது வகையாகக் கூறப்பட்டுள்ளது. உடம்பின் வெளி உறுப்புகள் பாதிக்கப்பட்டால், அவற்றைச் சரிசெய்ய தொக்கண மருத்துவ முறை பயன்படுத்தப்படுகிறது.

தொக்கடம் என்ற சொல்லாலும் இது குறிக்கப்படுகிறது. அணம் என்றால் சஞ்சரித்தல். உடம்பின் மீது மருத்துவரின் கை, கால்கள் சஞ்சரித்துச் செய்யப் படுகின்ற சிகிச்சை முறைக்குத் தொடு உணர்வு (feeling of touch) என்ற பொருளும் உண்டு. தோலிலோ, தசையிலோ ஊறு உண்டாகித் தொடு உணர்வு பாதிக்கப்பட்டால், அவ்விடங்களை அழுத்தித் தொடுவதாலும் கை, கால்கள் சஞ்சரித்து அவற்றைச் செய்வதன் மூலமும் அந்தப் பாதிப்பை நீக்க முடியும்.

வாயுவின் கோளாறால் உடம்பில் எந்தப் பகுதியாவது பாதிக்கப்பட்டுப் பிடிப்பு, வீக்கம், உணர்வின்மை, வலி, அந்த உறுப்பைப் பயன்படுத்த முடியாமை போன்ற பலவித நோய் நிலைகளில் தொக்கணம் என்ற முறை பயன்படுத்தப்படுகிறது. வர்ம சிகிச்சை இளக்கு முறையிலும் தொக்கண முறைகள் உள்ளன. ஆனால் வர்ம இளக்கு முறையில் செய்யப்படும் தொக்கணம் வேறுபட்டது.

வாயுவினால் தடைப்பட்ட அல்லது பாதிக்கப்பட்ட இடங்களில் மருந்து நெய்களைத் (Medicated Oils) தேய்த்தோ, அல்லது தேய்க்காமலோ முறைப்படி பயிற்சி பெற்றவர்கள், கீழ்க்காணும் ஒன்பது முறைகளில் தொக்கணம் செய்யவேண்டும்.

1. தட்டல், 2. இறுக்கல், 3. பிடித்தல், 4. முறுக்கல், 5. கட்டல்,
6. அழுத்தல், 7. இழுத்தல், 8. மல்லாத்துதல், 9. அசைத்தல்

மேற்சொன்ன முறைகளுள் ஒன்றையோ, சிலவற்றையோ நோய்கண்ட இடத்திற்கு ஏற்றவாறு செய்ய வேண்டும்.

மேற்கூறியபடி வாயு உண்டாக்கிய கோளாறுகளை, ஆன்மா தானே சரிசெய்து கொள்ள முடியாத நிலையில், தொக்கண முறை ஆன்மாவிற்கு உறுதுணை புரிகிறது. உடம்பின் பகுதிகளில் உண்டான பிடிப்பு முதலானவற்றை மருந்து நெய்களைத் தேய்த்தோ, தேய்க்காமலோ செய்கின்ற தொக்கண முறைகளால் பிடிப்பு முதலியன விட்டும், வீக்கம் வடிந்தும், உணர்வற்ற நிலை மாறியும், வலிகள் குறைந்தும் விடுகின்றன. இதற்கு உதவியாக அவற்றிற்குரிய உள் மருந்துகளும் தரப்படுகின்றன. இதனால், ஆன்மா தன் உடற் கருவிகளின் துணைகொண்டு தன் பணியைச் செவ்வனே செய்ய இயலுகிறது. இல்லையெனில், ஆன்மா அவ்வுட லுக்குள் இருந்து கொண்டே அந்தத் துன்பங்களை அனுபவிக்க வேண்டி வரும்.

தொக்கண முறையினால், நின்றுவிட்ட குருதிச் சுற்றோட்டத்தைத் தூண்ட முடியும். இதயத்தின் செயல்பாடு குறைகின்ற நேரத்தில், இதயத்தை அழுத்தித் தேய்ப்பது இந்த முறையேயாகும்.

தொக்கணம் என்ற இந்த முறை, வெளியுடம்பில் செய்யப்படுகின்ற மருத்துவம் என்ற அடிப்படையில் அறிவியலின் பாற்பட்டதென்றும், இம்மருத்துவத்தால் ஆன்மாவின் துன்பம் நீக்கப்படுவதால் ஆன்மீகம் சார்ந்ததென்றும் கூற இயலும்.

அறுவை மருத்துவம்

சித்த மருத்துவத்தில் அறுவை மருத்துவமும் சிறப்பாக இருந்திருக்கிறது. கண் நோய்களில் பித்தகாசம் (Cataract) என்ற கண்புரை நோய்க்கு மிக நுணுக்கமான அறுவை மருத்துவ முறையும், அதற்குரிய ஆயுதங்களும் இருந்த தற்கு நூல் ஆதாரங்கள் இருக்கின்றன. தற்காலத்தில் செய்யப்படும் பல அறுவை மருத்துவ முறைகளை ஒட்டிய முறைகள் அக்காலத்தில் இருந்திருக்கின்றன. மூளைக்குள் தேரை என்ற உயிரினம் இருந்து தொல்லை கொடுத்துக் கொண டிருந்ததாகவும், தேரர் என்ற சித்தர் கபாலத்தை (Skull) அறுவை மூலம் திறந்து, மூளைக்குச் சேதம் வராமல் அத்தேரையை வெளியேற்றினார் என்றும் கூறப்படு கிறது.

மூலம், பௌத்திரம் (Piles and Fistula) என்ற நோய்களை இன்றும் சித்த மருத்துவர்கள் மருந்துகளால் குணப்படுத்தி வருவதைக் காணலாம்.

சித்த மருத்துவத்தில் பாடாணங்கள்

வெள்ளைப் பாடாணம் : பாடாணம் என்ற சொல்லுக்குக் கல் என்பது பொருள். வெள்ளைப் பாடாணம் வெண்மையான கல் போல் இருக்கும். இது மிகுந்த நச்சுத் தன்மை வாய்ந்தது. எனவே நச்சுத்தன்மை வாய்ந்த பொருள்களுக் கெல்லாம் பாடாணம் என்ற சொல்லை இட்டு வழங்கியிருக்கிறார்கள்.

வெள்ளைப் பாடாணத்தின் மேற்புறம் சீமைச் சுண்ணாம்புக் கட்டியைப் போல் காட்சியளிக்கும். இதன் மேல் ஒரு துளி நீரை விட்டால் இது இழுத்துக் கொள்ளும். இதுவே வெள்ளைப் பாடாணத்தின் தன்மை. இது நஞ்சாயினும், மிக உயர்ந்த மருந்தாகும்.

சங்குப் பாடாணம்: இந்தப் பாடாணைக் கட்டியின் மேற்புறம் ஊதுசங்கின் மேற்புறம் போல் பளபளப்பாயிருக்கும். கல்லைப் போலிருக்கும். ஆனால் வெள்ளைப் பாடாணத்தைப்போல் நீரை உள்ளே இழுத்துக்கொள்ளாது. வெள்ளைப் பாடாணம் பயன்படுத்தப்படுகிற இடங்களில் சங்குப் பாடாணத்தையும் பயன்படுத்தலாம்.

தீமுறுகல் பாடாணம்: இதுவே நவீன வேதியியலில் பயன்படுத்தப்படும் மஞ்சள் பாஸ்பரஸ் (Phospharous) ஆகும்.

கோழித்தலை கந்தகம் : இது கந்தகத்தில் ஒரு வகையாகும். கோழியின் கொண்டை நிறமாகிய சிவப்பு நிறத்தில் இருப்பதால் இது இப்பெயரைப் பெற்றது.

குதிரைப்பல் பாடாணம்: குதிரையினுடைய பல்லின் நிறத்தைக் கொண் டிருப்பதால் இது இப்பெயர் பெற்றது. இது ஒரு வைப்புப் பாடாணம் (Synthetic) ஆகும்.

மனோசிலை என்ற வைப்புப் பாடாணமும் குதிரைப்பல் பாடாணமும் வைப்பு முறையில் சற்றே வேறுபட்டாலும், குணத்தில் இரண்டும் சமம் எனக் கருதப்படு கிறது.

தாளகம் : இதுவும் வெள்ளைப் பாடாணத்தின் கூட்டுறவால் உண்டாக்கப் பட்ட பாடாணமாகும். இதில், மடலரிதாரம், பொன்னரிதாரம், கல்லரிதாரம் என மூன்று வகைகளுண்டு. முதலிரண்டு வகைகளும் உள் மருந்துக்கும் மூன்றாவது வகை வெளி மருந்துக்கும் பயன்படுகின்றன.

கௌரி பாடாணம் : இதுவும் வெள்ளைப் பாடாணத்தின் கூட்டுறவாலான ஒரு வைப்புப் பாடாணமாகும். இதுவும் சிறந்த மருந்துகளுக்குப் பயன்படுகிறது.

பாடாணங்கள் மொத்தம் 64 வகையுண்டு. அவற்றில் இயற்கைப் பாடாணங்கள் 32, செயற்கைப் பாடாணங்கள் 32 ஆகும்.

மேற்சொன்ன பாடாணங்களுக்கு தனித்தனியே தூய்மை செய்யும் முறைகள் சொல்லப்பட்டுள்ளன. அவற்றை முறைப்படி தூய்மை செய்து மருந்துகளில் பயன்படுத்தினால், உலகத்தில் எந்த நோயையும் குணப்படுத்தலாம் என்பது முற்றிலும் உண்மை.

பறங்கி நோய் (Syphilis) என்ற நோய்க்கு ஆங்கிலேயர் காலத்தில், வெள்ளைப்பாடாணமே மருந்தாக இருந்திருக்கிறது. தங்கத்துடன் வெள்ளைப் பாடாணத்தைச் சேர்த்துக் கொடுத்தால் பறங்கி நோயில் ஒரு நிலையாகிய (Tertiary Syphilis) என்பது குணமானதாக அக்காலத்து மருத்துவர்கள் கூறுகின்றனர்.

நோயில்லா நெறி ஒழுக்கம்

நோய்கள் வராமல் தடுப்பதற்கு, சித்தர்கள் பல வழிமுறைகளைக் கூறியிருக்கிறார்கள். எடுத்துக்காட்டாக ஒரு பாடலைக் காணலாம்:

திண்ணமிரண்டுள்ளே சிக்க வடக்காமற்
பெண்ணின் பாலொன்றைப் பெருக்காமல் – உண்ணுங்கால்
நீர் கருக்கி மோர் பெருக்கி நெய்யுருக்கி யுண்பவர்தம்
பேருரைக்கிற் போமே பிணி.

மேற்கூறிய பாடலில் மலம், சிறுநீர் ஆகியவற்றை அடக்குதல் கூடாது. நீரைக் கொதிக்க வைத்தே பருக வேண்டும். மோரை நீர் சேர்த்துப் பெருக்கியே பருக வேண்டும். நெய்யை உருக்கியே உணவில் சேர்த்துக் கொள்ளவேண்டும் எனக் கூறப்பட்டுள்ளது. இப்படிச் செய்பவரின் பெயரைக் கேட்டாலே நோய்கள் பறந்துவிடுமாம். மேற்சொன்ன கருத்துகளெல்லாம் அறிவியல் அடிப்படையில் நூறு விழுக்காடு உண்மை என்பது ஆய்ந்தவர் அறிவர்.

நோயில்லா நெறி ஒழுக்கங்கள் பற்றிச் சித்தர்கள் விரிவாகச் சொல்லி உள்ளனர். அவற்றின் சாரத்தைக் கீழே காணலாம்.

வருடம் இருமுறை

ஓர் ஆண்டு முழுவதும், ஒரு மனிதன் உண்ட உணவு, பருகிய பாணங்கள் சுவாசித்த காற்று என்று பல வழிகளில் அவன் உடம்பில் நச்சுப் பொருள்கள் சேர வாய்ப்புண்டு. அந்த நச்சுப் பொருள்களை வெளியேற்றாமல் இருந்தால்தான் ஒவ்வாமை போன்ற பல நோய்கள் வர ஏதுவாகிறது. எனவே அந்த நச்சுப்

பொருள்களை முறையாக வெளியேற்றுவதற்கு இரண்டு வழிகள் சொல்லப் பட்டிருக்கின்றன. அவையாவன :

1. கழிச்சல், 2. வாந்தி.

வருடம் ஒருமுறை கழிச்சலுக்காக மருந்துகளைக் கொடுத்தால் வயிற்றில் உள்ள படிமலங்களும், குருதியிலுள்ள நச்சு நீர்களும் வெளியேறிவிடும்.

ஆண்டுக்கு ஒருமுறை வாந்திக்கு மருந்து கொடுத்தால், நுரையீரல் மற்றும் தொண்டை ஆகிய பகுதிகளிலுள்ள நச்சு நீர்கள், கோழை, பித்த நீர் ஆகியவை வெளியேறும்.

மேற்சொன்ன சிகிச்சைகளால் ஒரு ஆண்டில், உடம்பில் சேர்ந்த நச்சுத் தன்மைக்குக் காரணமான பொருள்களை நீக்கி, உடலை நலமாக வைத்திருக்க முடியும்.

மாதம் இருமறை

சித்தர்களின் கருத்துப்படி நாம் உண்ணும் உணவு முதல் நாள் சாரமாக மாறி ஏழாம் நாள் விந்துவாக மாறுகிறது. இந்த விந்துவுக்கு ஒளி என்ற பெயரும் உண்டு. காரணம் இந்த விந்துதான் உடலுக்கு ஒளியைக் (Complexion) கொடுப்பதாகும். இந்த விந்துவை வீணடித்தால் ‘‘விந்துவிட்டான் நொந்துகெட்டான்’’ என்ற பழமொழிக்கிணங்க நொந்து கெடும்படியாகிவிடும். ஏழாவது உடல் தாதுவாகிய விந்து அதிகம் செலவழிக்கப்பட்டால் மற்ற தாதுக்களும் பலம் குன்ற ஏதுவாகும். அதனால் ஏழாவது நாள் விந்துவாக மாறும் உணவின் சக்தியை வீணடிக்காமல் மனைவியோடு இணைந்தால், ஒரு வார சக்தியாகி, விந்து உடலிலேயே தங்குவதால் பலமும் உடல் ஒளியும் குன்றாமல் இருக்கும். அதனால் கருத்தரிக்கும் குழந்தையும் ஆரோக்கியமானதாக இருக்கும்.

பலம் குன்றிய விந்துவின் கூட்டால் பிறக்கும் குழந்தைகள், பலமிழந்து பல வகை நோய்களுக்கு அடிக்கடி ஆட்படும் அவல நிலை உண்டாகும்.

வாரம் இருமுறை

“வைத்தியனுக்குக் கொடுப்பதை வாணியனுக்குக் கொடு” என்பது பழமொழி. இதன் பொருள் வாரம் இருமுறை எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிக்க வேண்டும் என்பதாகும். வாரம் இருமுறை எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிப்பதால், அதிகமான உடற்சூடு சமனப்படும். தோலின் வறட்சி நீங்கும். உடல் நலத்தைப் பாதுகாக்கும்.

வெறும் எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிப்பதால் தோலுக்குப் பளபளப்பைக் கொடுப்பதோடு, மயிர்க் கால்களிலுள்ள அழுக்கைக் கரைத்து வெளியேற்றுவதன் மூலம், வியர்வைச் சுரப்பிகள் இயற்கையாகச் செயல்பட வாய்ப்பு உண்டாகிறது. அதனால் உடலில் வெப்ப, தட்ப நிலை நன்கு பராமரிக்கப் படுகிறது.

மருந்துப் பொருள்கள் சேர்ந்த எண்ணெய்

மனித உடலில் தோல் பகுதி முழுவதும் நரம்பு உயிரணுக்கள் (Nerve Cells) பரவிக்கிடக்கின்றன. அதனால்தான் தொடு உணர்வால் வெப்பம், குளிர்ச்சி, வலி ஆகியவற்றை உணரமுடிகிறது. மருந்து எண்ணெய்களைப் பூசிப் பிடிக்கும்போது, அவ்வெண்ணெயிலுள்ள மருந்துப் பொருள்களின் பண்புகளுக்குத் தகுந்தாற் போல், அவை நரம்பு உயிரணுக்களை ஊக்குவிக்கின்றன. உடம்பு முழுவதும் பரவியுள்ள நரம்பு உயிரணுக்கள் ஊக்குவிக்கப் படுவதால் நரம்பு மண்டலமும் அதன் தலைமைச் செயலகமான மூளையும் ஊக்குவிக்கப்படுகிறது. எண்ணெயில் சேர்ந்துள்ள மருந்துப் பொருள்களுக்குத் தக்கவாறு உடம்பிற்கும் பலன்கள் கிடைக்கின்றன.

நாள் இருமுறை

அக்காலத்திய உணவு முறைப்படி, அவரவர் கையினால் பிடிக்கும் கவளத்தில் 32 கவளம் சாப்பிடவேண்டும். அதுவும் ஒரு நாளைக்கு இரண்டு வேளைகள்தா ன் சாப்பிடவேண்டும். இதனைத்தான் யோகிக்கு ஒரு வேளை, போகிக்கு இருவேளை, ரோகிக்கு மூன்று வேளை என நம் முன்னோர்கள் சொல்லிவைத்தார்கள்.

குடும்பத்திலுள்ள யோகி இருவேளை சாப்பிடும் உணவு, நன்கு செரிமானமாகி, உடலில் சேர்ந்து, கழிவுப் பொருள்கள் மூலமாக இரண்டு வேளையும் வெளியேற வேண்டும் என்பது நியதி. அதாவது, அன்று உண்ட உணவின் சாரம் உடலில் பொருந்துவதோடு, அதிலுள்ள தேவையற்ற பொருள்கள் அன்றே, இருவேளையும் மலமாக வெளியேறிவிட்டால், உடம்பில் நச்சுத்தன்மை உண்டாகாது. அதனால் நோயும் அணுகாது என்பது கருத்து.

உணவின் முறை, அளவு, அறுசுவைகள் போன்றவற்றை ஒழுங்காகக் கடைப்பிடிப்பதால் நோய்கள் வராமல் தடுத்து, இன்ப வாழ்வு வாழலாம் என்று வரையறை செய்த சித்தர்களின் கருத்துகள் அறிவியல் அடிப்படைகளைக் கொண்டவையேயாகும்.

பகற்புணரோம்

பகல் நேரத்தில் உடலுறவு கொள்ளக்கூடாது என்பது சித்தர் நோயில்லா நெறி ஒழுக்கங்களில் ஒன்று. அறிவியல் அடிப்படையில் இதற்கு விளக்கம் உண்டா என்றால் உண்டு. தமிழில் ஓர் பழமொழி உண்டு. உண்ட மயக்கம் தொண்டனுக்கும் உண்டு என்று. இதன் காரணம் என்ன? உணவு உண்டபின் உடலிலுள்ள பெரும்பகுதி இரத்தம் செரிமானத்திற்காகப் பல வேதியியல் நீர்களைச் சுரக்கும் பொருட்டு வயிற்றுக்கு வந்துவிடும். அதனால்தான் சோர்வு உண்டாகிறது.

இரத்தத்தில் இருந்துதான் பலவித வேதியியல் பொருட்கள் நமது செரிமானத்துக்காக உண்டாக்கப்படுகின்றன. எல்லாச் சத்துக்களையும் ஒவ்வொரு உயிரணுவிற்கும் (Cell) இரத்தம்தான் எடுத்துச் செல்கிறது.

செரிமானத்துக்காக வயிற்றுப் பகுதிக்கு வந்த இரத்தம் உடலுறவுக்குத் தயாராகும்போது இடம் மாற வேண்டிய நிலை ஏற்படுகிறது. குறிப்பாகச் சர்க்கரையைச் செரிமானம் செய்யும் இன்சுலின் (Insulin) என்ற வேதியியல் பொருள், அதிகம் சுரப்பதற்கு வாய்ப்பில்லாமல் போய்விடுகிறது. இந்நிலை தொடர்ந்தால் சர்க்கரையின் சிதை மாற்றம் (Catabolism) பாதிக்கப்பட்டு மதுமேக நோய் வருவதற்கு ஏதுவாகிறது. இதேபோல் பல கோளாறுகளும் உண்டாக வாய்ப்புண்டு. இதனால்தான் போகம் செய்வதற்குப் பின்னிரவு ஏற்றது என்று சித்தர்கள் சொல்லி இருக்கிறார்கள்.

அதுமட்டுமின்றிப் பகலில் புணருவதால் உடலின் பலம் குன்றிவிடும். பணிக்குச் செல்லும்போது மிகுந்த களைப்பு உண்டாகும். அதனால் அன்று செய்யப்போகும் பணியில் வேகமிருக்காது.

பகலில் துயிலோம்

பகலில் தூங்கக்கூடாது என்பதும் சித்த மருத்துவ நோயில்லா நெறி ஒழுக்கங்களில் ஒன்று. பகலில் தூங்குவதால், உழைப்பின்மையின் காரணமாகச் செரிமானம் பாதிக்கப்படும். செரிமானம் கெட்டால் அன்று உண்ட உணவின் சாரம் உடலுக்குச் சரிவரக்கிடைப்பதில் ஊறு உண்டாகும். சிறப்பாகக் கொழுப்புப் பொருள்கள் செரிமானமாகாமலிருந்தால் அவை ஆங்காங்கே உடலில் தேங்கி, உடல் பருமன் அதிகமாகவும் அதைத்தொடர்ந்து பல நோய்கள் உண்டாகவும் வாய்ப்புகள் உண்டாகும்.

நோய் வரும் காரணங்கள்

சித்த மருத்துவத்தில் நோய் வரும் காரணங்களாக மூன்று கூறப்பட்டுள்ளன, அவையாவன :

1. உணவாதி செயல்கள்
2. இச்சாதி செயல்கள்
3. அண்டத்தின் மாற்றம்

மேற்சொன்ன மூன்று காரணங்களால் உயிரின் சக்திகளாகிய வளி, அழல் மற்றும் ஐயம் என்பவை பாதிக்கப்பட்டு, மனிதனின் நோய் எதிரிப்பு சக்தி பாதிக்கப்படுகிறது. நோய் எதிர்ப்பு சக்தி குறையாத போது எந்தக் கிருமியும் உடம்பில் நோயை உண்டாக்க முடியாது. எடுத்துக்காட்டாக மஞ்சள் காமாலை, எய்ட்ஸ் என்ற இரண்டு நோய்களைக் கூறலாம்.

மஞ்சள் காமாலையை உண்டாக்கும் நுண் கிருமிகள் (Viruses) உடம்பில் புகுந்தாலும் அம்மனிதனின் எதிர்ப்பு சக்தி (Immunity) குறையாதவரை, நோயின் குணங்கள் தோன்றா. இப்படிப்பட்டவர்களைத் தான் “சுமந்து செல்பவர்” (Carriers) எனக் கூறுகிறோம். இதேபோல்தான் எய்ட்ஸ் நோயிலும்.

1. உணவாதி செயல்கள்

நாம் அன்றாடம் உண்ணும் உணவில் ஆறு சுவைகளும் இருத்தல் அவசியம். ஆனால் எந்தச் சுவை உணவையும் மிக அதிகமாகச் சாப்பிடும் பழக்கம் கூடாது. எடுத்துக்காட்டாகச் சிலர் காரமான பொருள்களை விரும்பிச் சாப்பிடுவர். வேறு சிலர் இனிப்பை அதிகமாக விரும்புவர். அந்தந்த உடல்வாகு, உடல் நிலைகளுக்குத் தக்கவாறு அறுசுவை உண்டிகளை அன்றாடம் உண்ணவேண்டும். சில சுவை உணவுகள் மட்டும் அதிகமானால், அச்சுவைகளுக்கேற்ப வளி, அழல், ஐயம் ஆகிய சக்திகள் பாதிக்கப்படும். படைத்தல், காத்தல் அழித்தல் தொழில்கள் பாதிக்கப் பட்டால், உடம்பில் அதற்கேற்றக் கோளாறுகள் உண்டாகக்கூடும். உடம்பிலுள்ள உறுப்புகள் இதனால் பாதிக்கப்பட்டால், ஏற்கனவே உடம்பில் புகுந்த கிருமிகளோ புதிதாக நுழையும் கிருமிகளோ நோய்க் குறி குணங்களை உண்டாக்கக்கூடும். எனவே இயற்கை எதிர்ப்பு சக்தி பாதிக்கப்படாமலும் அச்சக்தி தன் நிலையில் இருக்கும்படியும் அறுசுவை உணவுகளை முறையாகச் சாப்பிட வேண்டும்.

மனிதனுக்கு மூன்று குணங்கள் கூறப்பட்டுள்ளன. அவை சத்துவம், இராசதம் மற்றும் தாமதம் என்பனவாகும். உணவுகளிலும் மேற்சொன்ன முக்குணங்கள் உள்ளன. எடுத்துக்காட்டாக சைவ உணவு, சத்துவ உணவாகக் கருதப்படுகிறது. மாமிச உணவு இராசதம் மற்றும் தாமத குணங்களை உண்டாக்கும். எந்த உணவானாலும் எதிர்ப்பு சக்தியைக் குறைக்கும் மாறுபாடான உணவுப் பழக்கங் களால் உடலும், உயிரும் பாதிக்கப்படுகின்றன.

2. இச்சாதி செயல்கள்

மனிதன் தன் அன்றாட வாழ்க்கையில் சிலவற்றை முறையாகக் கடைப்பிடிக்க வேண்டும். சாப்பிடுதல், உழைத்தல், தூங்குதல் போன்றவை முக்கியமானவை. முன்சொன்னது போல், சாப்பிடுவதில் செரிமானமாகாத அளவுக்கு சாப்பிட்டால் வயிற்றில் கோளாறுகள் உண்டாகும். சாப்பிடக் கூடாதவற்றைச் சாப்பிட்டாலும் கோளாறுகள் உண்டாகும். முன் உண்ட உணவு முழுவதும் செரித்தபின், நல்ல பசியுண்டானபின் சாப்பிட வேண்டும். இவற்றைத் திருவள்ளுவர் மருந்து என்ற அதிகாரத்தில் மிகத் தெளிவாகக் கூறியுள்ளார்.

அற்றால் அளவறிந்துண்க அஃதுடம்பு
பெற்றான் நெடிதுய்க்குமாறு

என்பதே அப்பாடல்

இதன் பொருள் : பசித்தாலும் தன் செரிமான சக்திக்கேற்ப அளவோடு உண்ணவேண்டும். ஏனெனில் உடம்பையுடைய மனிதன் நீண்டநாள் வாழ்வதற்காக.

அதைப்போலவே தூக்கம் கெடல் சில லாகிரிப் பொருள்களை மிகுதியாகப் பயன்படுத்துதல், பெண்ணாசை அதிகம் வைத்தல் போன்ற செயல்களைத் தவிர்க்க வேண்டும். இவற்றைப் போன்றே உடலுக்கும், உள்ளத்திற்கும் ஊறு விளைவிக் கின்ற தீய பழக்கங்களை விட்டொழித்தல் வேண்டும் . இயலவில்லையென்றால், அதனால் உண்டான கெடுதல்களை உடனே நீக்க முயலவேண்டும். மீண்டும் அப்படிப்பட்டச் சூழ்நிலை உருவாகாமல் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். இல்லை யெனில் உள்ளம், உடல் இரண்டும் பாதிக்கப்பட்டு நோய் உண்டாகக் காரணமாகும்.

எடுத்துக்காட்டாகச் சாராயம் குடிக்கும் பழக்கத்தை எடுத்துக் கொள்வோம். சாராயத்தை மிகுதியாகப் பருகிவந்தால், உடலின் மிக முக்கிய உறுப்புகளில் ஒன்றான ஈரல் கெடும். ஈரல் கெட்டுவிட்டால், உடம்பில் நடக்க வேண்டிய முக்கிய உயிர் வேதியியல் பணிகள் பாதிக்கப்படும். இதனால் தொடர்புள்ள மற்ற உடற்கருவி களும் பாதிக்கப்படும். இச்சூழ்நிலையில், வெளியிலிருந்து உட்புகும் கிருமிகளோ அல்லது ஏற்கனவே உடம்பில் இருக்கும் கிருமிகளோ, எளிதில் வளர்ச்சியடைந்து நோய்களை உண்டாக்கும்.

3. அண்டத்தின் மாற்றம்

அண்டம் என்ற சொல் வெளி, ஆகாயம், சுற்றுச்சூழல் ஆகியவற்றைக் குறிக்கும். அண்டவெளியிலிருந்துதான் காற்று உலவிக் கொண்டிருக்கிறது.

அண்டவெளியில்தான் மேகமண்டலமும், புகை மண்டலங்களும் உள்ளன. அண்ட வெளியிலிருந்துதான் சூரியன் தன் கதிர்களை அனுப்புகிறது. இயற்கையாக நடக்கின்ற இச்சக்திகள், செயற்கையால் ஓரளவு பாதிக்கப்படுகின்றன. எடுத்துக் காட்டாக ஓசோன் (Ozone) மண்டலம், சூழ்நிலைக் களங்கத்தால் (Pollution) பாதிக்கப்பட்டிருக்கிறது.

இதைப்போல் இயற்கைச் சக்திகளும், செயற்கைச் சக்திகளும் மனிதனையும் பாதிக்கின்றன. கடும் கோடையில், நல்ல மழை பெய்யாமல் மழைத்தூறல் மட்டும் விழுந்தால் (Drizzling) பூமியின் வெப்பம் மேலெழும்புகிறது. அச்சூழ்நிலையில் அம்மை, சீதக்கழிச்சல் போன்ற நோய்கள் உண்டாகின்றன. அதற்குக் காரணம், அந்தச் சூழ்நிலையில் மேற்சொன்ன நோய்களை உண்டாக்கும் கிருமிகள் பலம் பெற்று வளரக்கூடிய நிலை உண்டாவதுதான். அதைப்போலவே மழைக்காலத்தில் அதிக மழைப் பெய்து, வெள்ளங்கள் பெருகும் காலங்களில், காலரா (Cholera) என்ற நோய் வர வாய்ப்புண்டாகிறது. காரணம் காலரா நோயை உண்டாக்கும் கிருமிகளுக்கு மழைக்காலம் சிறந்த பருவமாக அமைந்து விடுவதுதான்.

மேற்சொன்ன நோய்கள் பற்றியும், அவற்றிற்குரிய மருத்துவ முறைகள் பற்றியும் சித்த மருத்துவத்தில் விளக்கப்பட்டுள்ளன. அதுமட்டுமன்றி மனிதன் தன் இயற்கைச் சக்தியும், எதிர்ப்பு சக்தியும் குன்றாமல் இருப்பதற்காகக் கால ஒழுக்கங்களை முறையாகக் கடைப்பிடித்து வந்தால் உடலும், உயிரும் பலம் பெற்று நோய் எதிர்ப்பு சக்தியுடன் வாழ முடியும். இது சித்தர் அறிவியலில் ஒரு பகுதியாகும்.

கிருமி கொல்லிகள்

பல்வேறு வகையான நோய்களை உண்டாக்கும் கிருமிகளைக் கொல்வதற்குப் பல்வேறு வகையான கிருமி கொல்லி மருந்துகள் அலோபதி மருத்துவத்தில் கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளன. இன்றும் புதிது புதிதாகக் கண்டுபிடித்து வருகிறார்கள். இப்படிப்பட்டக் கிருமி கொல்லிகள் சித்த மருத்துவத்தில் உண்டா ? இல்லையெனில் எவ்வாறு கிருமிகளால் உண்டாகும் நோய்களைச் சித்த மருத்துவத்தில் தீர்க்கிறார்கள் என்ற கேள்வி பரவலாகக் கேட்கப்பட்டு வருகிறது.

சித்த மருத்துவத்தில் கிருமிகளை அழிக்கவல்ல மருந்துகள் உள்ளன. வெள்ளைப் பாடாணம், வீரம், பூரம், இலிங்கம் மற்றும் பாதரசம் போன்ற மருந்து

களுக்கு அந்த குணம் உண்டு என்றாலும் கிருமி கொல்லிகள் என்ற அடிப்படையில் சித்த மருந்துகளைக் கொடுப்பதில்லை. எடுத்துக்காட்டாக ஈரல் சம்பந்தமான நோய்களான காமாலை போன்றவற்றிற்குத் தொன்றுதொட்டுச் சித்த மருத்துவத்தில் கீழாநெல்லி என்ற மூலிகையைக் கொடுத்து வருகிறோம். இப்போது அறிவியல் அடிப்படையில் கீழாநெல்லிக்கு ஹெபடைட்டிஸ் பி என்ற நுண்ணுயிரியைக் (Hepatitis B Virus) கொல்லும் ஆற்றல் இருப்பதாகக் கண்டுபிடித்திருக்கிறார்கள். ஆனால் சித்த மருத்துவத்தில் கிருமி கொல்லிகள் (Antibiotics) என்ற அடிப்படையில் மருந்துகள் கொடுக்கப்படுவதில்லை. பின் எப்படி அக்கிருமிகள் அழிக்கப்படுகின ? அல்லது வெளியேற்றப்படுகின்றன என்பது கேள்வி.

ஏற்கனவே கூறியபடி, உயிரின் சக்திகளாகிய வளி, அழல், ஐயம் (வாதம், பித்தம், கபம்) ஆகிய மூன்றும் முறையே படைத்தல், காத்தல் அழித்தல் ஆகிய தொழில்களைச் செய்கின்றன. அகப்புறக் காரணங்களாலும் உணவாதி செயல்கள், இச்சாதி செயல்களின் மாறுபாடுகளாலும் உடல் பாதிக்கப்படும்போது, உடலில் நோய்க் குறி குணங்கள் உண்டாகின்றன. நாடியின் வாயிலாக உயிரானது வாத, பித்த, கபங்களின் நிலையைக் காட்டுகிறது. குறி குணங்கள், நாடி நிதானம் ஆகியவற்றின் அடிப்படையில் சித்த மருத்துகளைக் கொடுக்கும்போது, நோயின் குறி குணங்கள் மாறி வாத, பித்த, கப நாடிகளும் தன்னிலைக்கு வந்து விடுகின்றன.

வாத, பித்த, கப நாடிகள் தங்கள் இயற்கை நிலையான 1:1/2:1/4 என்ற நிலைக்கு வரும்போது, உடலின் எதிர்ப்புச் சக்தியும் தன் நிலைக்கு வந்துவிடுகிறது. அந் நிலையில், கிருமிகள் பலம்பெற்று நோயை உண்டாக்கும் சூழ்நிலை உடம்பில் மாறிவிடுகிறது. இதனால் ஒன்று கிருமிகள் உடலில் வாழ முடியாமல் வெளியேறி விடும் அல்லது அவை அழிந்துவிடும். இதுவே சித்த மருத்துவத்தின் உண்மை யாகும். எனவே உயிர்க்கொல்லி மருந்துகள் என்று ஒவ்வொரு கிருமிக்கும் தனித்தனி மருந்துகள் தேவையில்லை.

தமிழரின் அன்றாட வாழ்க்கையில் அறிவியல்

‘வைகறைத் துயிலெழு’ என்பது தமிழ்ச் சான்றோர் வாக்கு. சூரிய உதயத்திற்கு முன்புள்ள நேரம்தான் வைகறை. இந்த நேரத்தில் எழுவதால் என்ன பயன் என்று அறியாமல் நம் சான்றோர்கள் இதனைக் கூறவில்லை. நவீன அறிவியலார்

கூற்றுப்படி வைகறையில் எழுந்திருப்போர்க்கு செரிப்ரோ ஃபைனல் புளூயிட் (Cerebro Spinal Fluid) என்றப் பெருமூளைத் தண்டுவட நீர்க் கலங்கலில்லாமல் தெளிவாக இருக்கும். அந்த நீர்த் தெளிவாக இருப்பதால், முளையும் தெளிவாக இருக்கும். அதனால் மனமும் தெளிவாக இருக்கும். மாணவர்கள் பாடங்களைப் படித்தால் மூளையில் தெளிவாகப் பதியும். அன்றைய பணிகளைச் செவ்வனே செய்வதற்குச் சுறுசுறுப்பும் இருக்கும்.

அதுமட்டுமின்றி சூரிய உதயத்திற்கு முன், வெளியிலுள்ள காற்று ஓசோன் (Ozone) என்ற சிறந்த பொருளையும் கொண்டிருக்கும். இந்த ஓசோன், உடல் நலத்திற்கு மிகுந்த நன்மை பயப்பதாகும். காக்கும் கடவுளாகிய திருமாலின் கோயில்களில் துளசியும், நீரும் கொடுப்பதன் உண்மை என்னவெனில், துளசியில் ஓசோன் இருப்பதுதான். எனவே தமிழரின் வாழ்க்கை முறை அடிப்படையில் அறிவியல் சார்ந்ததாகும்.

ஒவ்வொருவரும் வைகறைத் துயிலெழ வேண்டும். எழுந்தவுடன் பற்களைத் துலக்க வேண்டும். இயற்கையில் பிறந்த மரங்களின் குச்சிகளையே பல் துலக்கப் பயன்படுத்தவேண்டும். அக்குச்சிகளிலும் சிறந்தவை எவை என்று சித்தர்கள் கூறியிருக்கிறார்கள்.

வேலுக்குப் பல்லிறுகும் வேம்புக்குப் பற்றுலங்கும்
பூலுக்குப் போகம் பொழியுங்காண் – ஆலுக்குத்
தண்டாமரையாகும் காருவனே நாயுருவி
கண்டால் வசீகரமாங் காண்.

மேற்சொன்ன பாடலில் கூறப்பட்ட கருவேலங்குச்சி, வேம்பின் குச்சி, பூலாங்குச்சி, ஆலம் விழுது மற்றும் நாயுருவி வேர் ஆகிய ஒவ்வொன்றுக்கும் ஒவ்வொரு பலன் உண்டு எனச் செல்லி இருக்கிறார்கள்.

நவீன அறிவியல் ஆராய்ச்சிப்படி வேப்பங்குச்சியைக் கொண்டு பல் துலக்கி வந்தால், பல் ஈறுகளிலும், வாயின் உட்புறத் தசைகளிலும் வரும் புற்று நோயை வராமல் தடுக்க முடியும் என நிரூபிக்கப்பட்டுள்ளது. மற்ற குச்சிகளுக்குள்ள பலன்களைப் பாடல் சொன்னாலும் வருங்காலத்தில் அவற்றைப் பற்றியும் அறிவியலார் எழுதினால்தான் நமக்கு விழிப்புணர்ச்சி வரும்.

பல் துலக்கியபின் குளிக்க வேண்டும். பொதுவாக குளிர்ந்த நீரில்தான்

குளிப்பது வழக்கம். வெளியில் செல்லும் வாய்ப்புள்ளவர்களுக்கு, 'சனி நீராடு' என்ற சான்றோர் வாக்குக்கிணங்க, மலையிலே சனித்துவரும் நீரில் குளிப்பது சாலச் சிறந்தது. ஏனெனில் மலையில் பிறந்த நீரில் பல்வேறு மூலிகைகளின் சத்துகள் கலந்திருக்கும். அவை உடல் நலத்திற்கு மிகவும் நன்மை பயப்பன.

வாசல் தெளித்துக் கோலம் போடுதல்

அக்காலத்தில் மட்டுமின்றி இக்காலத்திலும் வாசலைக் கூட்டித் தெளித்து கோலம் போடுவது தொடர்கிறது. கிராமங்களில் இன்னும் பசுஞ்சாணத்தைக் கரைத்து வாசலில் தெளிக்கும் பழக்கம் தொடர்கிறது. வாசல் தெளிப்பதால் தரையிலுள்ள மண் மேலெழும்பி வாயிலும், மூக்கிலும் ஏறி, ஒவ்வாமையை உண்டாக்காமல் இருக்கும். சாணத்தைக் கரைத்துத் தெளிப்பதால், சாணத்தி லுள்ள 'அனோரேபிக் பாக்டீரியா' (Anorobic Bacteria) என்னும் கிருமிகள் மண்ணிலுள்ள கிருமிகளைக் கட்டுப்படுத்திக் கொல்லவும் செய்யும் வல்லமை யுடையவை.

அக்காலத்தில் கோலமிடுவதற்குப் பயன்பட்டது பச்சரியின் மாவுதான். இக்காலத்தில் அது கட்டுபடியாகாதென்று விட்டுவிட்டார்கள் போலும்.

பச்சரிசிமாவில் கோலம் போடுவதன் தத்துவம் என்ன?

மற்றவர்களுக்கு அன்னதானம் செய்தல் புண்ணியம். அதிலும் ஆயிரம் பேருக்கு அன்னதானம் செய்தல் பெரும் புண்ணியமாகும். வசதி படைத்த பணக்காரர்கள் அக்காலத்தில் ஆயிரம் பேருக்கு அன்னதானம் செய்தார்கள். ஆனால் ஏழை என்ன செய்வான்? அந்த ஏழையும் ஆயிரம் உயிர்களுக்கு அன்னதானம் செய்யும் வழிவகைகளை நம் முன்னோர்கள் சொல்லி வைத்தார்கள்.

பச்சரிசி மாவில் கோலம் போட்டால் அம்மாவை ஆயிரக்கணக்கான எறும்புகள் சாப்பிட்டபின், மீதமிருக்கும் அரிசிமாவை எடுத்துச் சென்று தங்கள் வளைகளில் சேமித்து வைக்கும். எனவே ஆயிரக்கணக்கான உயிர்களுக்கு உணவளித்து மகிழ்ச்சிப்படுத்தும். இந்த முறையைப் போல் ஆன்ம நேயத்தையும், ஆன்மிகத்தை யும் சிறப்பிக்கும் செயல் வேறு உண்டோ எனில் இல்லையெனக் கூறலாம். "உன்னிலும் என்னிலும் இருக்கும் ஈசன், ஈயெறும்புடலிலும் இருக்கிறான்" என்பது நினைவு கூறத்தக்கவை. ஆயிரம் உயிர்களுக்கு உணவளித்த அந்த மகிழ்ச்சி,

உணவளித்தவரின் உள்ளம், உடல் ஆகிய இரண்டையும் ஆரோக்கியமாக வைத்திருக்கும் அல்லவா ?

கோலம் போடுவதில் இன்னொரு தத்துவமும் அடங்கியிருக்கிறது. பல புள்ளிகள் வைத்து, பல வடிவங்களில் வளைத்து போடப்படுகின்ற கோலம், பார்ப்பவரின் மனதைக் கவரும். யாராவது அந்த வீட்டில் தகராறு செய்ய வேண்டும் என்று நினைத்து வருகின்றபோது, அந்த அழகுக் கோலங்கள், வருபவரின் எண்ணத்தைச் சிதற வைக்கிறது. அதனால், வருபவர் கோபம் தணிந்துதான் வீட்டுக்குள் வருவார். இப்படிப்பட்ட மனோவசிய சக்தி கோலங்களுக்கு உண்டு என அறிந்தே முன்னோர்கள் கோலம் போடுவதைப் பரவலாகச் செய்தார்கள் எனக் கருத இடமிருக்கிறது.

6

சித்தர் அறிவியலும் ஆன்மீகமும்

மரு. கி. நடராசன்

முன்னுரை

ஆன்மாவாகிய உயிர் இகம் எனப்படும் இப்பிறப்பில் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய ஒழுக்க நெறிகளே ஆன்மீகமாகும். ஆன்மாவிற்கு ஒளியேற்ற மனிதன் தன் பிறவிகளில் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய ஒழுக்க நெறிகளே ஆன்மீகம் ஆகும். இதனையே வள்ளுவரும் "மனத்துக்கண் மாசிலனாதல் அனைத்தறன்" என மிகச் சுருக்கமாகவும் தெளிவாகவும் கூறியுள்ளார்.

இப்பிறப்பில் நல்லொழுக்கங்களைக் கடைப்பிடித்து வாழ்ந்தால் ஆன்மா தூய்மையாகும். அதனால், மறுபிறப்பில் நல்லதொரு பிறவி கிடைக்கும். அல்லது மறுபிறவியே இல்லாமல், இறைவனோடு ஒன்றியிருக்க முடியும். எனவே பிறவி தோறும் நல்வினைகளை இயற்றி ஒவ்வொரு பிறவியிலும் செய்த பாவங்களின் வல்லமையைக் குறைத்து, இறுதியில் பிறவியற்ற நிலையை அடைவதற்கு ஒவ்வொரு உயிரும் முயல வேண்டும். அதற்கே உரிய ஒழுக்கங்களையும் கடமைகளையும் தவறாது கடைப்பிடிக்க வேண்டும் என்பதே நியதி.

மனிதன் தன், தொன்றுதொட்டு வந்த அனுபவத்தினால் இயற்கையை மிக நன்றாகப் புரிந்து வைத்திருக்கின்றான். இயற்கையை மிக நன்றாக, முழுவதுமாகப் புரிந்து கொண்டவர்கள் சித்தர்கள்.

மனிதன் காட்டுவாசியாக இருந்த காலத்திலிருந்து, இயற்கையோடு போராடியும், இயைந்தும் வாழ்வது எப்படி என்ற அனுபவத்தை அடைந்தான். அப்படிப்பட்ட அனுபவங்களை முழுமையாக அடைந்தவர்களே சித்தர்கள்.

மனிதன் சிந்திக்கத் தெரிந்த நிலையை அடைந்த போது, உலகைப் பற்றியும், அதில் நடந்து வரும் மாற்றங்களைப் பற்றியும் சிந்திக்க ஆரம்பித்தான். உலகில் மனிதர்கள், மிருகங்கள், பறவைகள், தாவரங்கள் எனப் பல்வேறு உயிரினங்கள் தோன்றி, குறிப்பிட்ட காலம் வரை வாழ்ந்து, பின் மறைகின்றன. மேற்சொன்ன இச்செயல்கள் யாருடைய கட்டுப்பாட்டுக்கும் அடங்காமல் தன்னிச்சையாக நடந்துகொண்டிருக்கின்றன. இச்செயல்களுக்கெல்லாம் காரணம் எது ? அல்லது யார் ? என்று பலர் சிந்திக்க ஆரம்பித்தார்கள். அவ்வாறு இவ்வுலகத்தின் தோற்றத்தைப் பற்றி பலர் சிந்தித்துத் தங்கள் கருத்துக்களை உலகிற்குச் சொன்னார்கள். அவையே சமயங்களாயின. அச்சமயங்களில் சிறப்பாக எடுத்துக் கொள்ளப்பட்டவை ஆறு சமயங்களாகும். அவற்றையே அறு சமயம் என்பர்.

சமயம் என்பது உலகத்தின் தோற்றத்தையும் ஒழுக்கத்தையும் பற்றி ஆராயப்பட்ட உண்மைகளாகும். அவை முழுவதும் ஆரம்ப கால அறிவியலாகக் கருதத்தக்கனவாகும். ஆனால் மனிதனின் கட்டுப்பாட்டிற்குள் அடங்காமல், தன்னிச்சையாக நடக்கின்ற செயல்களுக்கு ஏதோ ஒரு சக்திதான் காரணம் என்ற உண்மை தொக்கி நிற்பதால், பிற்காலத்தில் கடவுட் கொள்கையோடு விளக்கப்பட்டது. எனவே அறிவியலும் ஆன்மீகமும் இரண்டறக் கலந்தே நிற்கின்றன. அவற்றைப் பிரிக்கவே முடியாது.

மனித உயிருக்கு மேற்பட்ட ஒரு சக்தி உள்ளது என்பதை யாவரும் ஒத்துக் கொள்வர். அதன்படிப் பார்த்தால் அண்டத்திலும் இந்நிலவுலகிலும் நடக்கின்ற பல ஆக்கப்பாடுகள், மாற்றங்கள் போன்றவை அந்த மேம்பட்ட சக்தியினாலேயே நடக்கின்றன என்பதில் ஐயமில்லை. எனவே அறிவியலாயினும் ஆன்மீகமாயினும் அதில் மேம்பட்ட சக்தி சம்பந்தப்பட்டே இருக்கிறது. அந்த மேம்பட்ட சக்தி, ஆன்மாவிற்காகவே அனைத்து ஆக்கப்பாடுகளையும், மாற்றங்களையும் செய்து கொண்டிருக்கிறது. அதிலே மனிதன் குறுக்கிட்டுத் தன் அறிவுக்கு எட்டியவரையில் இயற்கையைப் புரிந்து கொள்ள முயன்றான். அதிலே ஆன்மீகம் என்ற சித்தர் கொள்கை ஒன்று. மற்றொன்று அறிவியல். சித்தர்கள் தங்கள் ஆராய்ச்சியில் கண்ட உண்மைகளை இயற்கையில் உள்ளபடியே சொல்லி வைத்தார்கள்.

அறிவியலார் உலகில் தோன்றியுள்ள பொருள்களை எடுத்து ஆராய்ந்து, இயற்பியல், வேதியியல், உயிர் வேதியியல், தாவரவியல், உயிரியல் எனப் பிரித்தார்கள். இந்த அறிவியற்படி எந்தவொரு ஆய்வு அல்லது பரிசோதனையிலும், எல்லாவற்றையும் நேரடியாகக் காண வேண்டும். கண்ணால் காண முடியாத, அறிவால் மட்டும் உணரக் கூடியவை மெய்ஞ்ஞானம் அல்லது ஆன்மீகம் எனப்படுகின்றன.

மணத்தை மூக்கு முகர்கிறது. முகரும் பொருளாகிய மூக்கைப் பார்க்க முடிகிறது. ஆனால் முகரப்படும் பொருளான மணத்தை, ஐம்புலன்களில் ஒன்றான முகர்தல் புலன் மட்டும் அறியும். ஆனால், கண்களால் பார்க்க இயலாது. அதே போல் ஒளி மற்றும் பிற புலன்களுமாகும். கண்களால் பார்க்க முடியாத, புலன்களால் மட்டும் அறியப்படும் பொருள்களை அறிவியலும் ஒத்துக் கொள்கிறது. இந்த ஐந்து அறிவுகளுக்கும் அப்பாற்பட்ட, மனித உயிர்களுக்கு மட்டும் இறையால் அளிக்கப்பட்ட ஆறாவது அறிவு ஒன்று உண்டு. இந்த ஆறாவது அறிவால் உணரப்படுவதையே மெய்ஞ்ஞானம் என்றும் ஆன்மீகம் என்றும் சித்தர்கள் சொன்னார்கள். இதற்குக் காரணமாக இருப்பது ஆன்மா. கருவியாக இருப்பது உடல்.

சித்தர் அணுக் கொள்கை

நீண்ட காலத்திற்கு முன்பே சித்தர்கள் அணுவைப் பற்றிச் சொல்லி யிருக்கிறார்கள். இந்த உலகத்தின் தோற்றத்திற்கும் ஒடுக்கத்திற்கும் காரணமாக இருப்பது அணு என்றார்கள் சித்தர்கள். அணு என்றால் என்ன ? ஒரு பொருளை இறுதிவரைப் பிரித்துக் கொண்டே போனால், இறுதியில் பிரிக்க முடியாத மிக நுண்ணிய துணுக்காக இருப்பது அணுவாகும். இப்படிப்பட்ட அணுக்கள் பல கோடி ஒன்று சேர்ந்து ஒரு பொருளாகிறது. அப்பொருள் சில காலம் நிலைத்து நின்று, பின்னர் அணுக்களாகவே பிரிந்து விடுகிறது. இதுவே தோற்றமும் ஒடுக்கமுமாகும். சித்தர் கொள்கைப்படி அணுவிற்குள் பல கோடி துணுக்குகள் இருப்பதாகக் கருதப்படுகிறது. அவற்றில் நமக்குத் தேவையானவை பதி, பசு, பாசம் என்ற மூன்றுமாகும். பசுவையும், பாசத்தையும் பற்றியிருக்கின்ற தத்துவங்கள் (மெய்கள்) 96உம் அணு நிலையிலேயே இருக்கின்றன என்பதும் சித்தர் கருத்து.

பதி

அணுவிற்குள் இருக்கின்ற மூன்று அநாதி நித்தியப் பொருள்களில் பதி என்பது பேரறிவுமயமானது. இதன் அருகிலேயே பாசம் என்ற பொருளும் இருந் தாலும் அந்தப் பாசத்தின் கவர்ச்சி, பதியாகியப் பேரறிவை ஒன்றும் செய்ய இயலாது. இந்தப் பதியே உலகின் தோற்றத்திற்கும் ஒடுக்கத்திற்கும் அனைத்து ஆக்கப்பாடு களுக்கும் காரணமாகிறது. இந்தப் பதி அனைத்து அண்டங்களிலும் இருக்கின்ற அத்தனை அணுக்களிலும் கலந்திருக்கிறது. அதே நேரத்தில் அவற்றைக் கடந்தும் இருக்கிறது. அத்தனை அண்டங்களிலுள்ள எல்லா அணுக்களிலும் பதி கலந்திருந் தாலும், அது ஒன்றே ஒன்றுதான். இதுவே சித்தர் ஆன்மீகக் கொள்கை.

பசு

பசு, ஆன்மா, உயிர், அறிவு என்னும் பல பெயர்களில் குறிக்கப்படுவது. இது அணு நிலையிலேயே பாசத்தினால் கட்டுண்டு கிடப்பதனால் பசு என்ற பெயரைப் பெற்றது என்பர் சித்தர். இது அறிவு மயமானது. ஆயினும் தொன்றுதொட்டுப் பாசத்தின் கவர்ச்சியில் கட்டுண்டு கிடப்பதால் இதனைச் சிற்றறிவு என்று சித்தர்கள் குறிப்பிட்டார்கள். உடலிலுள்ள கருவிகளையும் தத்துவங்களையும் துணையாகக் கொண்டு, எல்லாவற்றையும் அறிவது பசுவாதலால் பசுவை அறிவு எனக் குறிப்பிட்டுள்ளனர் சித்தர்.

பாசம்

இது அணுவிலுள்ள மூன்று பொருள்களுள் அறிவற்ற சடப் பொருளாகும். இதற்கு இயற்கையாகவே கவர்ச்சித் தன்மையுண்டு. இது பதிக்கும் பசுவுக்கும் இடையில் இடையறாது சுற்றிக் கொண்டேயிருக்கும் காரணத்தால், சிற்றறிவாகிய ஆன்மா, சடப்பொருளாகிய பாசத்தின் கவர்ச்சியால் ஆட்கொள்ளப்பட்டு, தன் இயற்கைத் தன்மையான அறிவு நிலை மறைக்கப்பட்டுச் சிற்றறிவாக நிற்கிறது. இதன் பிரிவுகளை ஆணவம், கன்மம், மாயை எனக் கூறுவர். சடப்பொருளாகிய பாசம்தான், உயிருக்கு உடலாக அமைகிறது.

மேற்சொன்ன சித்தர் கருத்துகளை ஒட்டி, நவீன அறிவியலும், அணுவில் நியூட்ரான் (Neutron), புரோட்டான் (Proton), எலக்ட்ரான் (Electron) என்ற மூன்று பொருள்கள் உள்ளன என்றும் அவற்றில் எலக்ட்ரான் என்பது, மற்ற இரண்டிற்கும் இடையில் இடையறாது சுற்றிக் கொண்டிருக்கிறது என்பது சித்தர் அணுக் கொள்கையோடு ஒப்பிடத்தக்கது. இதில் ஆன்மீகமும் அறிவியலும் விரவிக் கிடக்கின்றன

படைப்பு

பேரறிவாகிய பதி, சிற்றறிவாகிய பசுவுக்கு, சடப்பொருளாகிய பாசத்தைக் கொண்டு ஓர் உடம்பை அமைத்துத் தருகிறது என்பது சித்தாந்தம். அறிவே உருவான ஆன்மா, அறிவற்ற சடப்பொருளாகிய பாசத்தின் கவர்ச்சியில் கட்டுண்டு கிடப்பது இயற்கைக்கு மாறானது. எனவே அப்பாசத்தை ஆன்மா விலக்கிக் கொள்ள வேண்டும். அப்படி விலக்குவதற்கு ஆன்மா செயல்பட வேண்டும். ஆன்மா தனித்துச் செயல்பட முடியாது. அது செயல்படுவதற்கு ஓர் உடம்பு வேண்டும். அந்த உடம்பைப் பாசத்தினால் உருவாக்கி பதி, பசுவுக்குக் கொடுக்கிறது. இதுவே படைப்பு.

படைப்பின் நோக்கம்

ஆன்மா தன்னைப் பிணைத்திருக்கின்ற பாசத்தை விலக்கிக் கொண்டு, அறிவே வடிவாக வேண்டும். அதன் பின்னர்ப் பதியாகிய பேரறிவுடன் இணைய வேண்டும் என்பதே படைப்பின் நோக்கம்.

பாசத்தினால் பெற்ற உடம்பிற்குள் இருந்துகொண்டு, பசுவாகிய உயிர், நல்வினை, தீவினைகளை இயற்றுகிறது. அதன் இருவினைகளுக்கேற்ப பசுவுக்கு மீண்டும் பிறப்புக் கிடைக்கிறது அல்லது பிறவியே இல்லாத நிலையை அடைகிறது. இதைத்தான் வீடு பேறு எனக் கூறுகிறார்கள்.

இதுவரை சொல்லி வந்தவை யாவும் ஆன்மீக அடிப்படையில் உள்ளன வாயினும் அவற்றில் அறிவியலும் கலந்திருப்பதை நம்மால் உணர முடிகிறது. ஆன்மீகம் எனக் கூறுங்கால், அது இறையோடு சம்பந்தப்பட்டு விடுகிறது. அறிவியல் என்றாலும் அது இறையேயாகும். அறிவியல் உயிரோடு சம்பந்தப்பட்டிருப்பதால் இறைக்கு அங்கு முக்கியத்துவம் தரப்படுவதில்லை. ஆன்மீகத்தில் அறிவியல் சம்பந்தப்பட்டிருந்தாலும், இறைக்கு முக்கியத்துவம் அளிக்கப்படுகிறது.

தத்துவங்கள் 96

தத்துவம் என்ற சொல்லுக்கு உண்மை என்பது பொருள். உடலைப் பற்றிய உண்மைகள் 96 ஆகும். இத்தத்துவங்கள் உயிரையும், உடலையும் ஆட்கொண்டு, அவற்றைச் செயல்பட வைக்கின்றன. இத்தத்துவங்களைக் கருவிகளாகக் கொண்டு ஆன்மா உடம்பில் செயல்படுகிறது. இத்தத்துவங்களை இரு பகுதிகளாகப் பிரிக்கலாம். அவை :

1. அருவ தத்துவங்கள்
2. உருவ தத்துவங்கள்

1. அருவ தத்துவங்கள்

1. புலன், 2. கன்மேந்திரிய விடயம், 3. கரணங்கள், 4. நாடி, 5. வாயு, 6. கோசம், 7. ஆதாரம், 8. மண்டலம், 9. மலம், 10. தோடம், 11. ஈடனை, 12. குணம், 13. வினை, 14. ராகம், 15. அவத்தை.

மேற்குறித்த் தத்துவங்கள் எல்லாம் ஐம்பொறிகளால் உணரப்பட முடியாதவை. ஆறாவது அறிவால் மட்டும் உணரப்படக் கூடியவை. எல்லாத் தத்துவங்களும் ஆன்மாவைச் சார்ந்தவையேயாகும்.

புலன் – 5

மெய், வாய், கண், மூக்கு, செவி என்ற ஐந்து பொறிகளுக்குரியவை ஐந்து புலன்களாகும். அவையாவன :

1. மெய் – தொடு உணர்வு (அறிதல்)
2. வாய் – சுவை (அறிதல்)
3. மூக்கு – மணம் (அறிதல்)
4. கண் – பார்வை (அறிதல்)
5. செவி – ஒலி (அறிதல்)

எடுத்துக்காட்டாகக் கண் என்ற உறுப்புத் தன் அமைப்பில் கெடாமல் இருந்தால், பார்வை என்ற புலன் அதற்குக் கிடைக்கும். அந்தப் பார்வை என்ற புலனை உண்டாக்கித் தருவதே ஆன்மாதான். ஆன்மா இல்லாத உடலில், பார்வை என்ற புலன் கிடையாது.

நவீன அறுவை மருத்துவத்தில், இறந்தவர்களின் கண்களை எடுத்து, உயிரோடுள்ள, கண் கெட்டுப் போனவர்களுக்குப் பொருத்தப்படுகிறது. அதே கண்களை எடுத்து, ஒரு பிணத்திற்குப் பொருத்தினால் அங்கே பார்வை என்ற புலன் உண்டாகாது. காரணம் அந்த உடம்பில் ஆன்மா இல்லை. எனவே எல்லாத் தத்துவங்களுமே ஆன்மாவைப் பற்றியவையாகும்.

இதைப் போலவே மற்ற பொறிகளும், புலன்களும் அமைகின்றன. உறுப்புப் பழுதடைதல், செயல்பாட்டில் குறை என இரண்டில் எது ஏற்பட்டாலும், ஆன்மா அதனைச் சரி செய்ய முயலும். ஏற்பட்டிருக்கின்ற குறையின் தன்மையைப் பொறுத்து, இயற்கையாகவே அது சீர்படலாம் அல்லது சீர்படாமலும் போகலாம்.

2. உருவ தத்துவங்கள்

1. பூதம்–5.
2. பொறி – 5
3. கன்மேந்திரியம் – 5
4. ஆசயம் – 5
5. கோசம் – 5

பூதம் – 5

ஆகாயம், வாயு, தீ, நீர், மண் ஆகிய ஐந்து பூதங்களையும் ஐம்பொறி புலன்களால் நம்மால் உணர முடியும். ஐம்பொறிகளால் உணரப்படுபவை அனைத்தும் உருவப் பொருள்களாகவே கருதப்படும்.

மேற்சொன்ன ஐந்து பூதங்களின் தன்மைகளைக் கொண்டவை நமது உடம்பில் இருக்கின்றன. அவற்றிற்குப் புறக் கருவிகள் எனப் பெயர். அவை மொத்தம் இருபத்தைந்து ஆகும். இப்புறக் கருவிகளிலும் அருவ தத்துவங்கள் உள்ளன. அவையாவன : 1. பித்தத்தின் கூறாகிய தூக்கம், அச்சம், சோம்பல், மைதுனம் என்பவையும் 2. வளியின் கூறாகிய ஓடல், நடத்தல், நிற்றல், இருத்தல், கிடத்தல் என்பவையும் 3. ஐயத்தின் கூறாகிய காமம், உட்பகை, லோபம், மோகம், மதம் என்பவையுமாகும்.

மேற்படி எல்லாத் தத்துவங்களுக்கும் உறுதுணையாக நின்று இயங்குவது ஆன்மாவாகும். ஆன்மா இல்லையேல் மேற்படி தத்துவங்களே இல்லை. எனவே ஆன்மா இணைந்த இத்தத்துவங்களை ஆன்மீகத்தின் பாற்பட்டவை என்கிறோம்.

ஒரு எட்டு வயதுச் சிறுமி, பல பெரிய கணித மேதைகளை விடவும், கணிதம் சம்பந்தப்பட்ட புதிர்களுக்கு விடையளித்தாள் எனச் செய்தித்தாள்களில் படித்திருக்கிறோம். அந்தப் பெண்ணின் வயதும், உடலும் சிறிதானாலும், அந்த உடம்பில் இயங்கும் ஆன்மா ஏற்கனவே மிகவும் பக்குவப்பட்டதாக இருந்தால்தான், அச்சிறு வயதில், அந்தச் சிறிய உடலில், இவ்வியத்தகு சாதனைகளைச் செய்திருக்க முடியும். எனவே ஆன்மாவை எவ்வகையிலாவது புனிதப்படுத்தி, பலப்படுத்தும் பயிற்சிகள் செய்தால், ஆன்மாவினால் எதனையும் சாதிக்க முடியும் எனச் சித்தர்கள் கண்டுபிடித்துக் கூறியிருக்கிறார்கள். அவையே அட்டாங்க யோகங்களாகும்.

நோய்களின் அடிப்படையில் தத்துவங்கள்

அருவ தத்துவங்கள் பாதிக்கப்பட்டால் உருவ தத்துவங்களும், உருவ தத்துவங்கள் பாதிக்கப்பட்டால் அருவ தத்துவங்களும் பாதிக்கப்படுகின்றன.

ஒரு மனிதனுக்கு சில காரணங்களால் அதிகமான மனக்கவலை உண்டாவதாக வைத்துகொள்வோம். அக்கவலை தொடர்ந்து நீடித்தால், அதுவே அம்மனிதனின் மூளையையோ, இதயத்தையோ, வயிற்றையோ பாதிக்கக் கூடும். இதனால் பல சிக்கல்கள் உடம்பில் உண்டாகக் கூடும். வயிற்றுக் கோளாறு உண்டாகிப் புண் முதலியனவும் உண்டாகலாம். இது ஒப்புக் கொள்ளப்பட்ட அனுபவ உண்மை.

மனம் என்ற தத்துவம், மூளை, இதயம் போன்ற கருவிகளின் துணை கொண்டு, ஆன்மாவினால் உண்டாக்கப்படும் தத்துவம். இத்தத்துவம் அருவமாக (abstract) இருப்பினும், உருவமாகிய உடற் கருவிகளைப் பாதிக்கிறது.

அதே போல், ஒரு மனிதனுக்கு வெட்டுக்காயம் உண்டாவதாகக் கொள்வோம். அதனால் உண்டான வலி, குருதிச்சேதம், அதனால் உண்டான ஆயாசம் இவை யெல்லாவற்றையும் அனுபவிப்பது ஆன்மாவேயாகும். ஆன்மாவால் உண்டாக்கப்பட்ட மனம் என்ற தத்துவத்தின் வாயிலாகவும், பிற தத்துவங்களின் வாயிலாகவும் ஆன்மா அந்த வேதனையை அனுபவிக்கிறது. எனவே அருவ, உருவ தத்துவங்கள் அனைத்தின் செயல்பாட்டிற்கும் ஆதாரமாயிருப்பது ஆன்மாவே ஆகும். இந்த ஆன்மாவைத் தூய்மைப்படுத்தவும், பலப்படுத்தவும், அதன் மூலம் இறைவனைக் காணவும் பிறவிப் பெருந்துன்பம் நீங்கவும் பல்வேறு வழிகள் பல்வேறு சமயங்களில் கூறப்பட்டுள்ளன. அவற்றைக் கடைப்பிடித்து ஒழுகி, ஆன்மாவைத் தூய்மைப் படுத்துவதே பிறப்பின் நோக்கம் என்பது சித்தர் கொள்கையாகும்.

எனவே மேற்சொன்ன தத்துவங்களெல்லாம் ஆன்மாவிற்காகவே இறைவனால் உண்டாக்கப்பட்டவை. இவையெல்லாம் மருத்துவத்திற்கு மட்டுமின்றி, வீடு பேற்றுக்கும் பயனுடையவை என்பதே ஆன்மீகமாகும்.

மெய் (தொடு உணர்வு)

உடம்பை மற்றவர் தொடும் போது, தொடுபவர் அறியும் குளிர்ச்சி, வெப்பம் முதலியனவும், தொடப்படுபவருக்கு உண்டாகும் வலி, உணர்வற்றத் தன்மை முதலியனவும் தொடு உணர்வால் அறியப்படுகின்றன.

தோலில் உண்டான தடிப்பு, இதர மாறுபாடுகள், தோலுக்கு அடியிலிருக்கும் தசைகள், தசைநார்கள், நரம்பு உயிரணுக்கள் (Nerve cells) எலும்புகள், நாளங்கள் (அசுத்த ரத்தக் குழாய்கள்), நாடிகள் (சுத்த ரத்தக் குழாய்கள்) ஆகியவை மாறுபாடு அடைந்திருந்தால், தொடு உணர்வு தெரியாத நிலையிருக்கும். அதாவது, தொடு உணர்வுக்கு ஆதாரமாகிய நரம்பு உயிரணுக்கள் கெட்டிருந்தாலும், அல்லது அந்த நரம்பு உயிரணுக்கள் அளிக்கும் தொடு உணர்வை மேற்சொன்ன தசை போன்றவை, சில காரணங்களால் தடுத்தாலும், தொடு உணர்வை, தொடப்படும் மனிதன் உணர முடியாது. தசை முதல் நரம்பு ஈறாகவுள்ள உருவ தத்துவங்கள் இருந்தாலும், தொடு உணர்வுக்குள்ள மின்காந்த சக்தியை ஆன்மாதான் நரம்புக்குக் கொடுக்கிறது. இவை பழுதடைந்தால் ஆன்மாதானே அவற்றைச் சரி செய்ய முடியும். இதுவே இயற்கை. அப்படி ஆன்மாவினால் சரி செய்ய முடியாத போது, ஆன்மாவுக்குத் துணைக் கரம் நீட்டி உதவுவது தான் சித்த மருத்துவம்.

மேற்சொன்னவற்றில் உறுப்புக் கேடடைதல் (Organic damage) மற்றும் செயல்திறன் குறைதல் (Functional disorders) என இருவகை உண்டு. இவற்றை மருத்துவத்தால் சரி செய்ய வேண்டும்.

வாய் (சுவை)

சுவை என்ற தத்துவத்திற்கு நாக்கும், அதில் ஊறுகின்ற உமிழ்நீரும் உருவ தத்துவங்களாக அமைகின்றன. ஆனால் சுவை என்ற தத்துவத்தை உணர்வது ஆன்மா மட்டும்தான். அதற்குக் கருவிகளாக இருப்பவை நாக்கின் நரம்புகளும் அதில் செயல்படும் மின்காந்த அலைகளுமாகும்.

அந்தச் சுவைகள் மொத்தம் ஆறு. அவை உடம்பில் தங்களுக்கே உரிய இயற்கைச் சக்தியால் வளி, அழல், ஐயம் ஆகிய உயிர்த் தாதுக்களின் மாத்திரையைக் கூட்டவோ குறைக்கவோ சமனப்படுத்தவோ செய்யும் ஆற்றல் பெற்றவை.

ஆன்மாவினால் சுவைகளையும், அவற்றினால் உண்டாகும் விளைவு களையும் ஏற்றுக் கொள்ளவோ, எதிர்க்கவோ அல்லது தள்ளிவிடவோ முடியும். அச்சுவைகளை மாற்றவும் முடியும். இது ஆன்மாவின் இயற்கைச் சக்தியைப் பொருத்தது.

கண் (பார்வை)

கண் என்ற கருவியின் வாயிலாகப் பார்வை என்ற தத்துவத்தை (மெய்யை), ஆன்மா தருகிறது. அந்தக் கண் என்ற உருவ தத்துவம் பழுதடைந்திருந்தால் பார்வை என்ற அருவ தத்துவத்திற்கு அது இடைஞ்சலாயிருக்கும். அந்தப் பழுதடைவை ஆன்மாவே சரிசெய்து கொள்ள முயலும். முடியாவிட்டால், மருத்துவத்தின் துணை கொண்டு அந்தப் பழுதைச் சரி செய்ய ஆன்மா துணை நிற்கும்.

மூக்கு (மணம்)

மூக்கு என்ற உருவ தத்துவம் வாயிலாக மணம் என்ற அருவ தத்துவத்தை ஆன்மா உணர்கிறது. உருவ தத்துவமாகிய மூக்கில் கோளாறுகள் ஏற்பட்டால் ஆன்மாவே அதனைச் சரி செய்துகொள்ள முடியும். அது முடியாவிட்டால் மருத்துவத்தின் துணைகொண்டு அதனைச் சரி செய்ய ஆன்மா துணை செய்யும்.

செவி (கேட்டல்)

செவி என்ற உருவ தத்துவம், கேள்வி அல்லது கேட்டல் என்ற அருவ தத்துவத்திற்குக் கருவியாக உள்ளது. செவி என்ற உருவ தத்துவத்தில் கோளாறுகள் ஏற்பட்டால், ஆன்மாவே அதனைச் சரி செய்து கொள்ள முயலும். அது முடியாவிட்டால் மருத்துவத்தின் துணைகொண்டு அதனைச் சரி செய்ய ஆன்மா துணை புரியும்.

மெய் என்ற உருவ தத்துவம், வாயு என்ற பூதத்தின் தொடர்பினால், தொடு உணர்வு என்ற தத்துவத்தை, ஆன்மாவை உணரச் செய்கிறது.

வாய் என்ற உருவ தத்துவம் நீர் என்ற பூதத் தொடர்பினால், சுவை என்ற அருவ தத்துவத்தை ஆன்மா உணரும்படிச் செய்கிறது.

கண் என்ற உருவ தத்துவம் தீ என்ற பூதத்தின் தொடர்பினால், பார்வை என்ற தத்துவத்தை, ஆன்மாவை உணரச் செய்கிறது. அண்டத்திலுள்ள சூரியன் போன்ற இயற்கைச் சக்திகளும், தீ, மின் ஒளி போன்ற செயற்கைச் சக்தி களும் பார்வை என்ற தத்துவத்திற்குத் துணைபுரிகின்றன.

மூக்கு என்ற உருவ தத்துவம் வாயு என்ற பூதத்தின் தொடர்பு கொண்டு மணம் என்ற அருவ தத்துவத்தை ஆன்மா உணரும்படிச் செய்கிறது.

செவி என்ற உருவ தத்துவம், விண் என்ற பூதத் தொடர்பினால் காற்று என்ற பூதம் உண்டாக்கும் ஒலி என்ற அருவ தத்துவத்தை, ஆன்மா கிரகிக்கத் துணைபுரிகிறது.

எனவே அருவ, உருவ தத்துவங்கள் அனைத்தும் ஆன்மாவினாலேயே செயல்படுகின்றன. ஆன்மாவின் துணையினாலேயே சரி செய்யப்படுகின்றன. முடியாத நிலையில் மருத்துவம் இதற்குத் துணைபுரிகிறது.

ஆனால் சித்த மருத்துவத்தின் ஓர் அங்கமாகிய அட்டாங்க யோகம் என்ற பயிற்சிகள் ஆன்மாவைப் பலப்படுத்தக் கூடியவை. அப்பயிற்சிகளில் வெற்றி பெற்றால் அருவ, உருவ தத்துவங்கள் யாவும் பலப்பட்டு, எந்த நோயும் உடலையோ, உயிரையோ அணுக இயலாமல் பாதுகாக்கும்.

அந்தக்கரணங்கள் – 5

அந்தக்கரணங்கள், ஐம்பூத அடிப்படையில் ஐந்து ஆகும். அவை :

1. உள்ளம் (விண்)
2. மனம் (காற்று)
3. புத்தி (தீ)
4. சித்தம் (நீர்)
5. அகங்காரம் (மண்)

1. உள்ளம்

உள்ளம் என்ற தத்துவத்திற்கு இடம் கொடுப்பது உயிர். எனவே விண்ணைப் போல் உள்ளம் என்ற தத்துவத்திற்கு ஆன்மா –அறிவு இடம் கொடுக்கிறது. இந்த உள்ளமே மற்ற நான்கு தத்துவங்களுக்கும் இடங்கொடுப்பதாகும்.

2. மனம்

மனம் என்ற அருவ தத்துவம் வாயுவின் தன்மையை உடையதாகச் சித்தாந்தம் கூறுகிறது. எனவே இது காற்றைப் போல் அலைபாயும் தன்மையை உடையது. மனமாகிய தத்துவத்தின் செயல் நினைப்பது.

ஒருவருக்கு இதயம் பலவீனமானால், அவருடைய மனபலம் குன்றி விடுகிறது. மனபலம் குன்றுவதற்கு வேறு பல நிலைகளும் காரணமாக இருந்தாலும், இதயத்தின் பலக்குறைவு, மனத்தின் பலக்குறைவிற்குப் பெரும்பான்மைக் காரணமாக விளங்குகிறது. மனம் குன்றிய நிலையில், மூளையும் பலவீனம் அடைய வாய்ப்பு இருக்கிறது. எனவே இதயம், மூளை என்ற இரண்டு உருவ தத்துவங் களும் மனம் என்ற அருவ தத்துவம் உண்டாகக் காரணமாகின்றன எனக் கூறலாம்.

3. புத்தி

புத்தி என்ற அருவ தத்துவம், நினைப்பதை அல்லது பார்ப்பதை வெளிச்சம் போல் தெளிவாக்குகிறது. அதனாலேயே புத்தி என்ற தத்துவம் தீ என்ற பூதத்தின் கூறாகக் கூறப்பட்டுள்ளது. இதயம், மூளை என்ற இரு கருவிகளும் கூட்டுச் சேர்ந்து, ஆன்மாவால் உண்டாக்கப்படும் இன்னொரு தத்துவம் புத்தியாகும்.

4. சித்தம்

நீரின் தன்மை கொண்ட சித்தம் என்ற அருவ தத்துவம், புத்தியால் தெளியப்பட்டவற்றை ஒன்று திரட்டி ஆராயும். அந்த ஆய்வின் முடிவில் ஒரு முடிவை எடுக்கும்.

5. அகங்காரம்

மண்ணின் கூறாகக் கருதப்படும் அகங்காரம் என்ற அருவ தத்துவம், சித்தத்தால் தெளியப்பட்டவற்றை ஏற்று, அதுவே சரியென்று வன்மையாகப் பிடித்துக் கொள்ளும். மண்ணின் கூறாகிய மலை எப்படி அசையாமல் நிலைத்து நிற்குமோ அப்படியே அகங்காரம் என்ற தத்துவம் தன் முடிவில் அசையாமல் இருக்கும்.

மேற்கூறிய அந்தக்கரணங்கள் ஐந்தனுள் ஒன்றோ, பலவோ பாதிக்கப்பட்டால், உள நோய்களோ அவை சம்பந்தமான உடல் நோய்களோ விளையக் கூடும். அவ்வித நோய்கள் உண்டாகாமல் பாதுகாக்கவே, அட்டாங்க யோகப் பயிற்சிகள் கூறப்பட்டுள்ளன. அட்டாங்க யோகப் பயிற்சிகளில் தாரணை, தியானம், சமாதி ஆகிய நிலைகள், அந்தக்கரணங்கள் ஐந்தையும் ஒன்றுபட்டு, சலனமில்லாமல் நேர்வழியில் நிற்கும் நிலைக்குக் கொண்டு வருவதால் அவை தூய்மையாகும். அதனால் ஆன்மா பலம் பெறும். ஆன்மா பலமெய்தினால் உடல் தத்துவங்கள் யாவும் பலம் பெறும். எனவே நோயில்லா நிலையை அடையும் வாய்ப்புப் பெருகும்.

மேற்கூறிய அனைத்து அருவ, உருவ தத்துவங்களையும் படைத்து அருளியது எல்லாவற்றுக்கும் மேலான இறைவன். அந்த இறைவனின் சித்தப்படியே அண்டம் முழுவதிலும் எல்லாம் நடக்கின்றன என்பது சித்தாந்தம். ஆன்மாவாகிய அறிவுக்குப் பேரறிவாகிய இறையே, உருவ தத்துவமாகிய பாசத்தைக் கொண்டு உடம்பையும் அனைத்துத் தத்துவங்களையும் படைத்திருக்கின்றது. அந்த இறையின் அருளினால், எல்லாத் தத்துவங்களையும் நன்னிலையில் வைத்திருக்க முடியும். அவ்விறையின் கருணையில்லாது ஓரணுவும் அசையாது என்பது சித்தாந்தம். எனவே ஆன்மாவைத் தூய்மைப்படுத்தினால் இறையருள் கிட்டும். ஆன்மா தூய்மையாவதற்கு சித்தாந்த நெறிகளைக் கடைபிடித்து ஒழுக வேண்டும் என்பது சித்தர்கள் கூற்று.

எனவே ஆன்மீகம் என்பது உயிரையும், உடலையும் பற்றிய பிணிகளையும், பிறவிப் பிணியையும் களையவல்லது என்பது சித்தாந்தம். ஆகவேதான் சித்தர்களின் தத்துவம், ஆன்மீகம் கலந்த அறிவியலாகக் கருதப்படுகிறது.

மெய்ஞ்ஞானம்

மெய்ஞ்ஞானம் என்ற சொல்லாட்சி, தத்துவ நூல்களில் அதிகம் பயன்படுத்தப்பட்டு வருகிறது. மெய்ஞ்ஞானம் என்றால் என்ன ? உண்மை அறிவு எனப் பொருள் கொள்ளலாம். எதைப் பற்றிய உண்மை அறிவு ? மெய் எனும் இவ்வுடம்பைப் பற்றியும் அதற்கு இடங்கொடுக்கும் இவ்வுலகைப் பற்றியும், இவ்வுடம்பிற்குள் செயல்பட்டு வரும் ஆன்மா பற்றியும் அறியும் அறிவே மெய்ஞ்ஞானம் ஆகும். அதனால்தான் மெய் என்ற பொருள் கொண்ட தத்துவம் என்ற சொல்லை மெய்ஞ்ஞானத்தில் பயன்படுத்துகிறார்கள்.

ஆன்மீகம் என்றால் உயிர்கள் அவ்வப்பிறவிகளில் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய ஒழுக்க நெறிகளை உள்ளடக்கியது. மெய்ஞ்ஞானம் என்றால், ஆன்மாவின் தன்மை என்ன ? அது செயல்படும் உடம்பின் தன்மை என்ன ? அவ்வுடம்பிலுள்ள உண்மைகள் யாவை ? என ஆராய்வது ஆகும். மெய்ஞ்ஞானத்தை அறிந்தவர்கள் ஆன்மீகத்தை அறிவார்கள்.

மெய்ஞ்ஞானத்தை ஆராய்ந்தவர்கள் ஆன்மீகத்தைக் கடைப்பிடிக்கும் போது, அறிவியல் இயற்கையாகவே இணைந்துவிடுகிறது.

திருமூலர் கொள்கை

முப்பதும் முப்பதும் முப்பத்தறுவரும்
செப்பமதிளுடைக் கோயிலுள் வாழ்பவர்
செப்பமதிளுடைக் கோயில் சிதைந்தபின்
ஒப்ப அனைவரும் ஓட்டெடுத்தார்களே.

மேலே சொல்லப்பட்ட திருமந்திரப் பாடலில் உயிரைப் பற்றிய உண்மைகள் 96 பற்றிக் கூறப்பட்டுள்ளன. இந்த 96 தத்துவங்களும் உடலாகிய பாதுகாப்புடைய கோயிலுக்குள் வாழ்பவை. உடம்பாகிய கோயில் சிதைந்து விட்டால், அந்த 96 தத்துவங்களும் உடலை விட்டு ஓடிவிடும். அவற்றை ஆட்சி செய்த உயிரும் அடங்கிவிடும். மேற்சொன்ன கருத்துக்கள் மெய்ஞ்ஞானக் கருத்துக்களாக இருந்தாலும் அவை அறிவியலின் பாற்பட்டவையேயாகும்.

உடல் சிதைந்துவிட்டால், உயிர் செயல்படாமல் அடங்கிவிடும். அதுவரை உயிரினால் ஆட்சி செய்யப்பட்ட 96 தத்துவங்களும், தாங்கள் செயல்பட்டு வந்த கோட்டை சிதைந்து விட்டதால், அவை தங்கள் செயல்பாட்டை நிறுத்தி வெளியேறி விடும். இதுவே இயற்கை.

விரைவில் அழியும் தன்மை பெற்ற உடலை, அழியாமல் நிலை நிறுத்தும் கலையைச் சித்தர்கள் கற்றிருந்தார்கள். அவர்கள் கூறிய அட்டாங்க யோகப் பயிற்சிகள், உடல் தத்துவங்கள் 96ஐயும் நிலை பிறழாமல் நீண்ட காலம் வைத்திருக்கும் ஆற்றல் பெற்றவை. இந்த அட்டாங்க யோகப் பயிற்சிகள் மெய்ஞ்ஞானம், ஆன்மீகம் எனக் கருதப்பட்டாலும், அப்பயிற்சிகளைச் செய் கின்றபோது உடம்பில் ஏற்படுகின்ற மாற்றங்களை அறிவியலின் துணை கொண்டு அறிய முடிகிறது. அதனால், உயிருக்கு உண்டாகும் வல்லமையை அறிவியலினால் விளக்க முடியாது.

எடுத்துக்காட்டாக, ஒரு சிறந்த யோகி, ஒரு நோயாளியின் தலையில் கையை வைத்து ஆசிர்வதித்தால், அந்த நோயாளியின் நோய் நீங்கிவிடுகிறது. அந்த நோய் நீக்கும் ஆற்றலை, அந்த யோகியின் ஆன்மாதான் பெற்றிருக்கிறது. அந்த ஆன்மாவின் ஆற்றலை, நவீன அறிவியலால் காணவும் முடியாது. விளக்கவும் முடியாது. வேண்டுமானால், அந்த யோகி, யோகம் செய்யும்போது உடலில் உண்டாகும் மாற்றங்களை ஓரளவு அறியலாம். ஆனால், ஆன்மாவின் தன்மையை அறிய இயலாது.

எல்லாமே ஆன்மாதான்

நோய்களை எதிர்த்துக் காப்பதும், நோய்கள் வந்தால் சிகிச்சை செய்து நீக்குவதும் ஆகிய எல்லாமே ஆன்மாவுக்காகத்தான். ஆன்மாவானது தான் செயல்பட்டுக் கொண்டிருக்கும் உடலில், சிறப்பாகவும், நீண்ட நாட்களும் செயல்பட வேண்டும் என்பதற்காகவே சித்தர்கள் பல வழிமுறைகளை எழுதிவைத்தார்கள். காரணம் படைப்பின் நோக்கத்தின்படி, ஆன்மா தன்னைத் தூய்மைப்படுத்தி, தன்னைப் பற்றிய பாசங்களை விலக்கி, பேரறிவாகிய பதியோடு சென்று ஐக்கியமாக வேண்டும் என்பதற்காகத் தான். ஆன்மாவைத் தூய்மைப்படுத்தும் பயிற்சிகளின் போது, உடம்பிலும், உடம்பிலுள்ள தத்துவங்களிலும் பல மாற்றங்கள் உண்டா கின்றன. இவையெல்லாவற்றையும் அறிவியல் என்றே கூறலாம். ஆனால் நவீன அறிவியலால், எல்லா மாற்றங்களையும் முழுமையாகக் கண்டு, விவரிக்க இயலாது. எனவே ஆன்மீகச் செய்கைகளில் அறிவியல் இருந்தாலும் இன்னும் அவை ஆன்மீகமாகவே கருதப்படுகின்றன.

நோய் வராமல் தடுக்கப் பயிற்சிகள் செய்வதும், நோய் வந்தபின் மருந்துகள் கொடுப்பதும், பத்தியம் காப்பதும் எல்லாமே ஆன்மாவுக்காகத் தான். உடலில் பிணிகள் இருக்கும்போது அத்துன்பத்தை அனுபவிப்பது ஆன்மா. அத்துன்பம் நீங்கி, இன்பம் உண்டாகும் போதும் அதனை அனுபவிப்பது ஆன்மாதான். நோயுற்றபோது

உடலில் உண்டாகும் மாற்றங்களை அறிவியலின் துணை கொண்டு ஓரளவு அறிய இயலும். அதே போல் மருந்துகள் கொடுத்த பின், உடம்பில் உண்டாகும் மாற்றங் களையும் அறிவியலின் துணைகொண்டு அறிய இயலும்.

அறிவு அல்லது உயிர்

அறிவுக் கழிவில்லை யாக்கமும் இல்லை
அறிவுக் கறிவல்ல தாதாரமில்லை
அறிவே அறிவை யறிகின்ற தென்றிட்டு
அறைகின்றன மறையீறுகள் தாமே

மேற்சொன்ன திருமந்திரப் பாடலின்படி, அறிவாகிய ஆன்மாவிற்கு அழிவில்லை. அதைப் போலவே, ஆன்மாக்கள் புதிதாகத் தோன்றுவதும் இல்லை. நவீன அறிவியலில் சொல்லப்பட்ட கருத்தும் இதுவே. "உள்ளது போகாது, இல்லது வாராது" என்ற சித்தர் கொள்கைப்படி, பொருளும் சக்தியும் அழிவில்லாதவை. அவை புதிதாக உண்டாக்கப்படுவதுமில்லை (Matter and Energy can neither be created nor be destroyed). இக்கருத்து நவீன அறிவியல் கருத்துடன் ஒத்துப் போகிறது.

அடுத்த இரண்டு வரிகளில், அறிவாகிய ஆன்மா மட்டும்தான் பேரறிவாகிய பதியை அறிய முடியும் என மறை முடிவுகள் கூறுகின்றன என்ற கருத்துக் கூறப்பட்டுள்ளது. அறிவுக்குப் பேரறிவாகிய பதியைத் தவிர வேறு ஆதாரமில்லை எனவும் கூறப்பட்டுள்ளது. அறிவாகிய ஆன்மா இல்லாமல் எந்த உடலிலும் இயக்கம் இல்லை. ஆன்மா உடம்பில் இயங்குகின்றபோது, உடம்பில் உயிர் வேதியியல் மாற்றங்கள் நிகழ்கின்றன. எனவே ஆன்மா, அறிவியலுக்குத் துணை புரிவதில் இன்றியமையாததாகிறது.

உடம்பா ரழியின் உயிரா ரழிவர்
திடம்பட மெய்ஞ்ஞானம் சேரவுமாட்டார்
உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தே
உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே

என்ற திருமந்திரப் பாடலில், உடம்பு அழிந்துவிட்டால் உயிரும் மறைந்துவிடும் எனக் கூறப்பட்டுள்ளது. அதுகாறும் உடலின் செயல்பாட்டின் மூலமாக உணரப்பட்ட உயிர், உடம்பு அழிந்தபின், தானும் அழிவதால் "உயிரார் அழிவர் எனக் கூறினர். உயிர், உடம்பில் செயல்படாதிருந்தால் திடமான மெய்ஞ்ஞானம் வந்து சேராது. ஏனெனில் ஞானத்திற்கு ஆதாரமே அறிவு வடிவான உயிர்தான். அவ்வுயிர் செயல்பட

வேண்டுமானால் அதற்கு ஓர் உடம்பு இருந்தே ஆக வேண்டும். எனவே உடம்பை வளர்க்கின்ற வழிகளை அறிந்துகொண்டு, உடம்பை வளர்த்தேன்; அதனால் உயிரையும் வளர்த்தேன் என்கிறார் திருமூலர்.

உடம்பை வளர்த்தல் என்றால், உடம்பானது நீண்ட காலம் அழியாமல் இருக்கச் செய்வதாகும். அவ்வாறு உடம்பு நீண்ட காலம் நிலை பெற்றிருக்கும் காலம் வரை உயிரும் அவ்வுடம்பில் செயல்பட்டுக் கொண்டேயிருக்கும். இதுவே உயிர் வளர்த்தலாகும். உடம்பிலுள்ள 96 தத்துவங்களும் நிலை கெடாமல் இருக்கும் படியாகச் செய்வதற்குரிய யோகப் பயிற்சிகள் முதலியன செய்து வரும் போது, உடலும் அதனுள் செயல்படும் உயிரும் நீண்ட காலம் இருக்கும் என்பது துணிவு.

மேற்சொன்ன பாடல்களிலுள்ள தத்துவங்கள் நடைமுறையில் உண்மை என்று சித்தர்களால் நிரூபிக்கப்பட்டவை. அவற்றின் வாயிலாகச் சித்தர்களும் யோகிகளும் நெடு நாள் வாழ்ந்திருக்கிறார்கள். ஆன்மீகச் செயல்கள் யாவும் அறிவியலுக்கு அடிப்படைகளாகின்றன.

எங்குந்திருமேனி எங்குஞ் சிவசக்தி
எங்கும் சிதம்பரம் எங்குந் திருநட்டம்
எங்கும் சிவமாயிருத்தலால் எங்கெங்குந்
தங்குஞ் சிவனருள் தன்விளையாட்டதே.

தத்துவம் ஆடச் சதாசிவம் தானாடச்
சித்தமும் ஆடச் சிவசக்தி தானாட
வைத்த சராசரம் ஆட மறையாட
அத்தனும் ஆடினான் ஆனந்தக் கூத்தன்றே.

மேற்கூறிய இரு பாடலகள் தவிர, இன்னும் பல பாடல்கள் *திருக்கூத்து* என்ற தலைப்பின் கீழ் திருமூலர் அருளி இருக்கின்றார். அனைத்தும் தானாகி நின்ற சிவம், அனைத்து அண்டங்களையும் தன் மேனியாகக் கொண்டதால் எங்குந் திருமேனி எனவும், சிவம், சக்தியுடன் (அறிவும் ஆற்றலும்) சேர்ந்து ஆடுவதால் சிவசக்தி எனவும், அனைத்தும் சிவமாயிருப்பதால் தத்துவம் (உண்மை) ஆடுகிறது. சிவமும், சக்தியும் இணைந்த சதாசிவம் ஆடுகிறது. சித்தம் ஆடுகிறது. அசையும் பொருள், அசையாப் பொருள் என யாவும் ஆடுகின்றன. மறைகள் ஆடுகின்றன. எனவே, அனைத்தும் ஆடுகின்றன என்பது மேற்கூறிய பாடல்களின் கருத்து. இது மெய்ஞ்ஞானக் கருத்தாகும்.

சித்தர்கள் கூற்றுப்படியும் அறிவியல்படியும் இதனை அணுகுவோம்:

அனைத்து அண்டங்களிலும் இருக்கின்ற அத்தனைப் பொருட்களும் அணுக்களால் ஆனவை. இந்த அணுவுக்குள்ளேயே பேரறிவாகிய பதி, சிற்றறிவாகிய பசு மற்றும் அறிவற்ற சடப் பொருளாகிய பாசம் என்ற மூன்று அநாதி நித்தியப் பொருள்களும் உள்ளன.

இந்த அணுக்களுக்குள்ளேயே, பசுவையும் பாசத்தையும் பற்றிய தத்துவங்கள் 96உம் உள்ளன. பேரறிவாகிய பதி, அறிவே வடிவான பசுவை, அதனைக் கட்டுப் படுத்தி இருக்கும் பாசத்தினின்றும் பிரிக்க, அப்பாசத்தைக் கொண்டே ஓர் உடம்பினை அமைத்துத் தருகிறது. இதுவே படைப்பாகும். இப்படைப்பில் அணுக் களால் ஆன, ஓரறிவு முதல் ஆரறிவு வரை உள்ள எண்ணற்ற உயிரினங்கள் உண்டாகின்றன. இப்படைப்பில் உண்டான உயிரினங்களில், தன்னிச்சையாகச் சிந்திக்கும் ஆறாவது அறிவு பெற்றது மனிதப் படைப்பு மட்டும்தான்.

எனவே மனிதன் தன் ஆறாவது அறிவைக் கொண்டு தனது பிறப்பில் நல்வினை, தீவினைகளை இயற்றுகின்றான். தான் இயற்றிய வினைகளுக்குத் தகுந்தாற்போல் மறுபிறவி வாய்க்கிறது. மீண்டும் பிறவா நிலையை அடைவதற் குரிய வாய்ப்பும் தரப்படுகிறது. இப்படிப் பிறவா நிலையை அடைந்தோர் பலர். அவர்களில் சித்தர்களும், யோகிகளும், நாயன்மார்களும், ஆழ்வார்களும் அடங்குவர்.

மேற்சொன்ன ஆன்மீகக் கருத்துக்களை அறிவியலாகப் பார்க்கலாம். அணுக்களால் பொருள்கள் உருவாகின்றன. உருவான பொருள்கள் சிறிது காலம் நிலைத்திருக்கின்றன. மீண்டும் அப்பொருள்கள் தங்கள் இயற்கை நிலையாகிய அணு நிலையையே அடைகின்றன. இந்தத் தொடர் நிகழ்ச்சிக்குக் காரணமாக இருப்பது ஏதோ ஒரு சக்தி என நம்பினால் அது ஆன்மீகம். அணுக்கள் கூடிப் பொருளாகி நிலைத்து நின்று மீண்டும் பிரிவதை அறிவியலில் "Automic Agglomarsalin Theory" எனக் கூறுவர். எனவே, அறிவியலும் ஆன்மீகமும் பிரிக்கப்பட முடியாதவை என்பது உண்மை. ஆனால், இவை யார் கட்டுப்பாட்டுக்கும் அடங்காமல் நடந்து கொண்டேயிருக்கின்றன என்பதும் உண்மை.

சித்த மருத்துவத்தில் வர்மம்*

வன்மம் என்ற சொல் வர்மம் என்ற சொல்லாகத் திரிந்திருக்கலாம். மனிதர்கள் மனதிலே வன்மத்தை வைத்துக் கொண்டு, பிறருக்குக் கெடுதல் செய்வார்கள். அவர்கள் மனதில் கொண்ட வன்மம் வெளியில் தெரியாது. அவர்கள் செய்யும்

* வர்மக் கலை பற்றிய செய்திகள் ஆறாம் தொகுதியில் விவரிக்கப்பட்டுள்ளன.

கெடுதல்களும், அவர்களால் தான் செய்யப்படுகின்றன என்பதும் தெரியாது. அதைப் போல் வர்மம் அடிபட்டவர்களுக்கு உண்டாகும் துன்பங்கள் எதனால் ஏற்பட்டன என்பதும் தெரியாது. உள்ளிருந்து கொண்டே கெட்ட குறி குணங்களைக் காட்டிக் கொண்டிருக்கும். மற்ற எந்த மருந்துகளாலும் குணம் கிடைக்காது. எனவே உள்ளே வன்மம் கொண்ட மனிதனின் கெடுதலான செயல்களைப் போல இந்த வர்ம அடிகளும் உண்டாக்கிக் கொண்டிருக்கும்.

மர்மம் என்ற சொல் திரிந்து வர்மமாயிற்று என்று கூறி வருகின்றனர். மர்மம் என்றால் மறைபொருள் எனப் பொருள் கொள்ளலாம். மர்மமான முறையில் கொலை செய்யப்பட்டிருக்கிறான் என்றால் கொலை செய்தது யார்? கொலைக்குக் காரணம் என்ன? எப்படிக் கொலை செய்யப்பட்டான்? என்ற உண்மைகள் தெரியாதபோது, மேற்சொன்னவாறு கூறுகிறோம்.

எனவே காரணம் தெரியாமல் நோய்க் குறி குணங்களை உண்டாக்கி, உடம்பின் உள்ளேயே மறைந்து செயல்படுவது மர்ம அடிகளால் உண்டானவை என்ற அடிப்படையில் மர்மம் என்ற சொல் வர்மம் எனத் திரிந்திருக்கலாம்.

சித்த மருத்துவத்தில் படுவர்மம் 12, தொடுவர்மம் 96 எனக் கூறப்பட்டுள்ளது. படுவர்மம் என்றால் திடீரென்று கீழே விழும்போது கூர்மையானப் பொருள்கள் குத்துவது, நிற்கும் போதும் நடக்கும் போதும் எதன் மீதாவது மோதினால் கூர்மையானப் பொருள்கள் உடம்பில் வேகமாக இடிப்பது போன்ற காரணங்களால் வர்மத்தானங்கள் பாதிக்கப்படலாம். அல்லது பிறருடன் சண்டையிடும்போது உடம்பிலுள்ள வர்மத்தானங்களில் அடிபடலாம். இவ்வாறெல்லாம் வர்மத்தானங்கள் அடிப்பட்டுப் பாதிக்கப்படுகின்றன.

அறிவியல் அடிப்படையில் வர்மம்

உடம்பிலுள்ள குருதியில், சிவப்பு அணுக்கள் (RBC) இரும்புச்சத்தைத் (Haem) தாங்கி உடல் முழுதும் ஓடுகின்றன. இயற்கையாகவே மனித உடம்பில் மின்சக்தி இருக்கிறது. இந்த மின்சக்தியும் இரும்பும் சேர்வதால் காந்த சக்தி உண்டாகிறது. இந்த மின்காந்த சக்தி ஒவ்வொரு உடம்பிலும் உள்ளது. இந்த மின் காந்த சக்திதான் உடம்பிலுள்ள நரம்புகள் மூலம், மூளையின் கட்டளையை எடுத்துச் செல்கிறது. எனவே நரம்பு மண்டலம் முழுவதும் இந்த மின்காந்த சக்தி செயல்படுகிறது.

உடம்பிலுள்ள நரம்பு மண்டலத்தில், பல இடங்களில் நரம்புச் சாலங்கள் (Nerveplexus) உள்ளன. மின்சாரக் கம்பிகளைப் போல் ஓரிடத்தில் ஒன்று கூடிப் பல

இடங்களுக்கு மின் சக்தியை எடுத்துச் செல்வது போல் நரம்புகளும் எடுத்துச் செல்கின்றன. மின் கம்பிகளில் எங்காவது தடை ஏற்பட்டால், மின்சாரம் எப்படி அதைத் தாண்டிச் செல்லாதோ அதே போல் வர்மத் தானங்களில் அடிபட்டுத் தடை ஏற்பட்டால், முறையாகச் செல்ல வேண்டிய மின்காந்த அலைகள் அதன் வழியாகச் சென்று உரிய இடத்தை அடைய முடியாது. எனவே, அதன் தொடர்புள்ள செயல்கள் பாதிக்கப்படுகின்றன. எப்படி மின் தடையைச் சரி செய்கிறோமோ அதைப் போல இந்தத் தடையையும் சரி செய்ய வேண்டும். அந்தத் தடையை நீக்குவதற்கு உடம்பின் ஒரு இடத்தில் தடை ஏற்பட்டால், அது சம்பந்தப்பட்ட வேறு இடங்களில் வர்ம இளக்கல் செய்ய வேண்டும். அப்படிச் செய்யும்போது, தடைப்பட்ட இடம் சரியாகி உடம்பின் இயற்கையான நிலை மீண்டும் திரும்ப, உயிரானது உதவி புரிகிறது. இதுவே சித்த மருத்துவ வர்மத்தின் விளக்கமாகும். இதில் உயிர் சம்பந்தப்பட்டிருப்பதால் ஆன்மீக அடிப்படை என்றும், அறிவியலும் சம்பந்தப்பட்டிருப்பதால் அறிவியல் அடிப்படை என்றும் கூற இயலும்.

எண்வகைப் பேறுகள் – ஆன்மீகமும் அறிவியலும்

ஆன்மாவைத் தூய்மைப்படுத்துகின்ற செயல்கள் யாவும் ஆன்மீகமாகக் கருதப்படுகின்றன. ஆன்மா தூய்மையாகும்போது, அது குடியிருக்கின்ற உடலும் தூய்மையாகும். அதற்காகச் சித்தர்கள் கூறியிருக்கின்ற முறைகளில், திருமூலரின் எண் வகைப் பேறுகள் (அட்டாங்க யோகம்) முதன்மையானவை. அவற்றை விளக்குவோம்.*

1. தீதகற்றல் (இயமம்)

கொல்லாமை, பொய் கூறாதிருத்தல், களவு செய்யாதிருத்தல், எண்ணத் தக்கச் சிறந்த குணங்களையுடைமை, எல்லோர்க்கும் நல்லவனாயிருத்தல், தன்பாலுற்றவற்றை அன்புடன் குறிப்பறிந்து முகமலர்ந்து இன்மொழி புகன்றுப் பிறருக்குக் கொடுத்தல், குற்றமற்றிருத்தல், கள், காமம் முதலிய தீய பழக்கங்கள் இல்லாமை ஆகிய இப்பெருங் குணங்களைப் பெற்றவரே இயமத்தைக் (தீதகற்றல்) கடைப்பிடிப்போர் ஆவார்.

மேற்கூறிய தீதகற்றலைக் கடைப்பிடிக்கின்றபோது மனம் தூய்மை அடைகிறது. ஆன்மாவில் ஒன்றிய மனம் தூய்மையாகும் போது ஆன்மாவும்

---

* அட்டாங்க யோகம் பற்றிய விரிவான விளக்கத்தை ஆறாம் தொகுதியில் காணலாம்.

தூய்மையாகிறது. ஆன்மா தூய்மையானால் அது குடியிருக்கும் உடம்பும் தூய்மையாகிறது. மேற்கூறிய இயமத்தினால், உடலில் நிலை மாற்றங்கள் (Bio-chemical changing) ஏற்படுகின்றன. இந்த நிலை மாற்றங்கள் அறிவியலையும் உணர்த்துகின்றன.

2. நன்றாற்றல் (நியமம்)

அகம், புறம் தூய்மை, ஊண் முதலியன சுருக்கல், சிக்கன வாழ்வு, பொறுமை, செம்மை, வாய்மை, நிலைமை (மானம்), காமமகற்றல், களவகற்றல், கொலை யகற்றல் ஆகிய பத்தும் நன்றாற்றல் பண்பாகும்.

மேற்கூறிய நன்றாற்றல் செய்கைகளினால், உள்ளம், உடல் இரண்டும் தூய்மையாகின்றன. அதனால் உடலுக்கு யாதொரு தீங்கும் வராமல் பாதுகாக்கப் படுகிறது. உடலில் உண்டாகும் நிலை மாற்றங்களை அறிவியலாகக் கருதுகிறோம்.

3. இருக்கை நிலை (ஆசனம்)

வெளியில் (Space) மனித உடல் இன்ன நிலையில் (Posture) இருத்தல், இன்ன பயன் விளையும் என்பதை எடுத்துரைப்பது ஆசனம் ஆகும். ஆசனம் என்பது ஆ + சமனம் எனப் பிரிக்கப்பட்டு, 'ஆ' என்பதற்கு 'ஆன்மா' எனவும் 'சமனம்' என்பதற்குத் தளர்ச்சி எனவும் பொருள் வழங்கப்படுகிறது. ஆன்மாவைத் தளர்த்துதல் என்றால், ஆன்மாவை உலக வாழ்வின் இருக்கத்திலிருந்து தளர்த்துதல் ஆகும். அதாவது ஆன்மாவைப் புலன்வழிக் கவர்ச்சியிலிருந்து விடுபடச் செய்தல் என்பது பொருளாம்.

4. பிராணாயாமம்

சுவாசத்தை ஒழுங்குபடுத்தும் பரிபூரண விஞ்ஞானக் கலையாக இது விளங்குகிறது. பிராணாயாமம் என்பது மனிதரின் ஆயுட்காலத்தை நீட்டிக்க உதவும் காயகற்ப பயிற்சிகளுள் ஒன்று ஆகும். பிராணாயாமத்தின்போது காற்றை உள்ளிழுத்து விடுவதால், சாதாரணமாக நடைபெறும் சுவாசத்தில் உள்ளிழுக்கப் படும் காற்றின் அளவைவிட அதிகமான காற்று உள்ளிழுக்கப்பட்டு, நுரையீரலி லுள்ளச் சிற்றறைகள் அனைத்திலும் நிரம்பி, இரத்தம் தூய்மையடைகிறது. நுரையீரல் மற்றும் சுவாசப் பாதையில் ஏற்படும் நோய்களைக் குணப்படுத்தவும், தோல், மூளை, நரம்பு மண்டல நோய்களுக்கும், உள நோய்களுக்கும்கூட பிராணாயாமம் நேரடியான மருத்துவமாகவும், துணை மருத்துவமாகவும் பயன்படுகிறது.

5. பிரத்தியாகாரம்

புலன்களைக் கட்டுப்படுத்துவதற்குரிய பயிற்சி முறையே பிரத்தியாகாரம் ஆகும். புலனுகர்வானது அளவுடன் இருத்தல் அவசியம். உயிராற்றலானது புலனுகர்வு வாயிலாகச் செலவாகிறது. எனவே எந்தவொரு புலனும் அளவுக்கு அதிகமாகப் பயன்படுத்தப்படும்போது, உயிராற்றலும் குறைவுபடுகிறது. அவ்வாறு நிகழாமல் பாதுகாக்கும் அறிவியல் பூர்வமான முறையே பிரத்தியாகாரம் ஆகும்.

6. தாரணை

தாரணை என்பது மனதை ஒருநிலைப் படுத்தக்கூடிய பயிற்சி முறையாகும். மனதைப் பொருத்தே மனிதரின் ஆளுமை அமையும்.

7. தியானம்

தாரணைப் பயிற்சியில் வல்லவர்களுக்குத் தியானம் எளிதில் கைகூடும். அலைபாயும் மனதை ஒருநிலைப் படுத்துவது தாரணை. அவ்வாறு ஒருநிலைப் படுத்தப்பட்ட மனதை நம் வசப்படுத்த உதவும் பயிற்சியே தியானம் ஆகும்.

8. சமாதி

எண்வகைப் பேறுகளில் இறுதி நிலையாக, மகுடமாகத் திகழ்வது சமாதி நிலையாகும். சமம் + ஆதி = சமாதி, ஆதி பரம்பொருளாகிய இறைவனுக்குச் சமமான நிலையை அடைவது சமாதி நிலையாகும். பொறி புலன்களாகிய கருவிகளோடு கூடிய உடலில் உறைந்திருக்கும் ஆன்மாவானது அவற்றினின்று தனித்துப் பற்றற்று இருக்கும் நிலை; தன்னையும் தன்னைச் சுற்றி இருப்பவற்றையும் மறந்து இருக்கும் ஓர் உன்னத நிலையே சமாதி நிலையாகும்.

இவையல்லாது மனிதர் கடைப்பிடிக்கவேண்டிய உயரிய ஒழுக்கங்கள் மேலும் பல உள்ளன. அவை :

காமம்

பல மனைவியரை மணத்தலால் உடலின் வன்மை கெட்டு, அதனால் உள்ளத்தின் பாங்கும் கெட்டுவிடுகிறது. அதனால் பற்பல நோய்களுக்கு ஆளாகும் நிலை உருவாகிறது.

ஒருவனுக்கு ஒருத்தி என்ற சிறந்த உண்மையை உணர்ந்து அதன்படி ஒழுகினால் கணவன், மனைவி இருவருக்கும் உள்ளமும் உடலும் நன்னிலையிலிருக்கும். அதுவும் சித்தர்கள் கோட்பாட்டின்படி மாதம் இருமுறை இணை விழைச்சுக் கொள்ளும்போது உடம்பின் ஒளி குன்றாமல் நீண்ட நாள் நோயற்று வாழ இயலும்.

மேற்சொன்னவை அறிவியலுக்கு ஒத்தவை ஆகின்றன. எங்ஙனமெனில் நாம் உண்ணும் உணவு, படிப்படியாக வெவ்வேறு உடற்கட்டுகளாக (உடல் தாதுக்கள்) மாறி, ஏழாம் நாள் விந்துவாக மாறுகின்றது. பதினைந்து நாட்கள் ஆகும்போது, இரண்டு முறை விந்து நிறைகிறது. பதினைந்தாம் நாள் இணை விழைச்சுக் கொண்டால், இரண்டு வாரங்களாக இரு மடங்கு சேர்ந்த விந்துவில் ஒரு பங்கை மட்டும் பயன்படுத்துகிறோம். எனவே உடம்பின் ஒளி கெடுவதில்லை.

இந்த உடல் விந்தை வீணாக்காமலே இருந்து, யோகப் பயிற்சி செய்தால் உடல் விந்தானது உடம்பு முழுவதும் பரவி அறி விந்தாக மாறுகிறது. அறி விந்தாக மாறுவதால், ஆறாவது அறிவு பலப்படுத்தப்படுகிறது. அதனால், ஆன்மாவாகிய அறிவின் சக்தி பல மடங்காகி, சாதாரண மனிதர்களைக் காட்டிலும் சிறந்த அறிவை நல்குகிறது. இதில் ஆன்மீகமும் அறிவியலும் விரவிக் கிடக்கின்றன.

களவு

தான் ஒழுக வேண்டிய ஒழுக்க முறைகளைக் காலந் தவிர்த்தும், நினைப்பூட்டியும் செய்தல், தன் தேவைக்கு மேல் ஊண், உடை, உறையுள் முதலியவற்றைத் தொகுத்து வைத்தல் முதலியன களவாகும்.

ஒழுக்க முறைகளைக் காலத்தே கடைப்பிடிக்காததால் உள்ளம், உடல் இரண்டும் பாதிப்புக்குள்ளாகும். தன் தேவைக்கு மேல் ஊண் கொள்ளுதல், உடம்புக்குக் கேடு. தேவைக்கு மேல் உடைகளைச் சேர்த்து வைத்தலும், தேவைக்கு மேல் வீடுகளை வாங்கி வைத்தலும் பேராசையின் காரணத்தாலாகும். இப்பேராசையானது சிந்தனைகளைக் கெடுத்து உடம்பையும் கெடுக்கவல்லது. இதில் எண்ணம், செயல் இரண்டும் தவறானவையாகும். எண்ணம், செயல் இரண்டையும் ஆன்மீகத்தின் கருவிகளாக எடுத்துக் கொண்டால், எண்ணம், செயல் இவற்றினால் உள்ளத்திலும், உடம்பிலும் ஏற்படுகின்ற மாற்றங்கள் அறிவியலால் கண்டுபிடிக்கக் கூடியவையேயாகும்.

கொலை

தன்னுயிர் பிறப்பற்றுச் சிறப்புற முயலாது முயலும் முயற்சி கொலை யாகும்.

முன்பு கூறிய நன்றாற்றல் முதலியவற்றால் தன்னுயிர் தூய்மையடைந்து பிறப்பை அறுத்து மேல் நிலை அடைய முயற்சி செய்யாமலிருப்பது தற்கொலைக்குச் சமமாகும். ஏனெனில் சித்தர் கொள்கைப்படி ஆன்மா தன் நல்வினை, தீவினை களுக்கேற்ப, நற்பிறப்பையோ, தீய பிறப்பையோ பெறுகிறது. தீவினைகளையே செய்து வரும்போது, பிறவிகள் எண்ணற்றவைகளாகின்றன. ஒவ்வொரு பிறவி யிலும் ஆன்மா தன்னைத் தூய்மைப்படுத்த முயலவேண்டும்.

மேற்சொன்ன யாவும் சித்தர் ஆன்மீகம் அல்லது மெய்ஞ்ஞானமாகும். இந்த மெய்ஞ்ஞானத்தைக் கடைப்பிடித்தாலும், அதற்கு நேர் மாறாகச் செயல்பட்டாலும் அதன் தாக்கம் உயிரையும் உடலையும் பாதிக்கிறது. அந்த பாதிப்பின் விளைவு களே நோய்களாகின்றன. எனவே இங்கே அறிவியலும் கூறப்பட்டது.

நிலைமை (மானம்)

உறுதியுடைமையே நிலைமையாகும். பிறர் நம்மை இகழும்படி நடந்து கொள்ளாமல் மேற்கூறிய நன்றாற்றலின் வாயிலாக அனைவரும் நம்மேல் அன்பு செலுத்தல், நாமும் பிறர் மேல் அன்பு செலுத்தல் ஆகிய நல்வினையை உண்டாக்கி யிருப்பதே நிலைமையாகும். அதாவது நன்றாற்றலில் உறுதியாக இருப்பதாகும்.

மேற்கூறியவற்றால் உயிருக்கும் உடலுக்கும் உண்டாகும் பலன்களை அறிவியலால் அறியக்கூடும்.

7

சித்த மருத்துவரின் மாண்பு

மரு. ச. முத்தரசன்

முன்னுரை

உலகிலே வாழ்கின்ற உயிரினங்கள் யாவற்றிலும் சிறப்புடைய இனம் மனித இனமே. எனவே ஔவையாரும் "அரிது அரிது மானிடராய்ப் பிறத்தல் அரிது" என்றார். தன்னைத் தான் அறிவதற்கான சக்தி மனிதர்களிடம் மட்டுமே உள்ளது. மனிதர்களிடம் மாத்திரமே அசையாப் பொருள்களில் உள்ள சக்தியும், இறைவனிடம் உள்ள சக்தியும் மறைந்து கிடக்கின்றன என்பது முற்றிலும் உண்மையே. தன்னுள் புதைந்து கிடக்கும் இச்சக்தியை அறியவோ, அதனைப் பயன்படுத்தவோ எல்லா மனிதர்களும் முயலவேயில்லை. இதை அறிந்து பயன் பெறுவதும், பிறர் பயன்பெறச் செய்வதுமே மனிதப் பிறவியின் மாபெரும் பயன் என்பதை உணர்தல் வேண்டும்.

சித்த மருத்துவர் உயிரை (ஆன்மா) சிவத் தன்மையுடையது என்பர். சிவமே சீவனாகியது என்றும், அச்சிவமே எங்கும் உளது என்றும், அச்சிவமே உடல்தோறும் உயிரானது என்றும், அச்சிவமே முத்தொழிலையும் மேற்கொண்டு, பருவுடற்கான உயிர்த்தோற்றங்களை, ஆக்கியும் (படைத்தும்), அளித்தும் (காத்தும்), அழித்தும் வருகிறது என்பர். சிவனைப் போலவே படைக்கும் வல்லமையால் தோற்றத் திற்கும், காக்கும் வன்மையால் நிலைபேற்றிற்கும், அழிக்கும் வன்மையால் அழிவிற்கும் காரணகர்த்தாவாக விளங்கலாயிற்று என்பர். தோற்றமும், ஒடுக்கமும் மாறி மாறி இடையறாது நடைபெற்றுக் கொண்டே இருக்கின்றன. இச்சக்தியை மருத்துவர் வளி (வாதம்), அழல் (பித்தம்), ஐயம் (கபம்) என்றும் கூறுவர்.

மிகினுங் குறையினும் நோய் செய்யும் நூலோர்
வளிமுதலா வெண்ணிய மூன்று.

என்னும் திருவள்ளுவரின் மருத்துவப் புலமையை நாம் ஒப்பு நோக்கி அறிதல் வேண்டும்.

மூன்று கண்கள் உள்ளவர் யார் என வினவினால், அவர் எல்லா உலகங்களையும் தோற்றுவித்துக் காப்பவனாகிய இறைவனும், மக்களுக்குத் தோன்றிய நோய்களை நீக்கி, அவரைக் காக்க வல்லவனாகிய மருத்துவனுமாகிய இவ்விருவரே ஆவரென்று பேரறிஞர் கூறுவதைக் கீழ்காணும் செய்யுளால் அறியலாம்:

மூன்று கண்ணுளோ ரிருவராம் அன்னவரியா ரெனில்
ஆன்ற லோகமீன் றளிப்பவன் ஆகிய வரனும்
தோன்று மக்கடம் துயரினைப் போக்கிடு வோனாம்
ஏன்ற மாமருத் துவனுமே எனவியம் புவரே.

இறைவனுக்கு மூன்று கண்களாவன ஞாயிறு, திங்கள், தீ என்பர். இவற்றைச் "சோம சூரியாக்கினி" என்றும் கூறுவர்.

மருத்துவனுக்கு மூன்று கண்களாவன நோய்களின் இயல்புகளையும், மருந்துகளின் இயல்புகளையும் அறிந்து, தெளிந்து, தீர்மானிக்கும் திறமையும், மருந்துகளின் பெயர்களைத் தெளிவாகத் தெரிந்து கொண்டிருக்கும் புலமையும், மருந்துகளைத் தூய்மை செய்யும் பான்மையும் என்பர்.

மருத்துவரைப் பண்டிதர், பரிகாரி, வைத்தியர், பரன் (பரம்பொருளுக்கு நிகரானவர்) அகதங்காரர் (உடலுக்கு நன்மை செய்யும் காரியத்தைச் செய்பவர்) என்பர். பரம்பொருளுக்கே வைத்தீஸ்வரன் என்ற பெயருண்டு. இறைவனே தாயாக வந்து, ஒரு பெண்ணிற்குப் பிள்ளைப்பேறு பார்த்து உதவியதாகவும், ஆகவே அவரைத் தாயுமானவர் என்று அழைப்பதும் நாம் அறிந்ததே.

மருத்துவரின் சிறப்பியல்புகள்

பலவகையான நூற்களையும் (சிறப்பாக மருத்துவ நூற்களையும்) கற்றறிந்து, ஐயம் ஏதுமின்றி ஆராய்ந்த அறிவுடைமையும், பிறரது ஐயங்களைத் தீர்க்கும் ஆற்றலைப் பெற்றிருத்தலும், உடலால் உள்ளத்தால் தூய்மையும், வாய்மையும் கொண்டவராகவும், இறைவனை அன்றாடம் நினைவு கூரும் நன்னம்பிக்கை உடையராகவும், எவ்வகை நோய்களையும் தீர்க்கும் வன்மையும், திண்மையும் ஒருங்கே பெற்றவராகவும், நோய்களைக் கண்டு அஞ்சாத, அருவெறுப்புக் கொள்ளாத நெஞ்சுறுதி படைத்தவராகவும், எவ்வுயிரிடத்தும் அன்புடையவராகவும், பெரியோர்,

சிறியோர், ஆடவர், மகளிர் என்ற பாகுபாடின்றி அனைவரிடமும் பழகும் நட்புடையவராகவும், இடம், மொழி, மதம், காலமாகிய அனைத்தையும் கடந்த வராகவும், நோய் தீர்க்கும் மருந்துகளில் தெளிவும், தேவையானால் அவற்றைத் தானே தயாரித்துக் கொடுக்கும் திறமையுடையவராகவும், உடல் வன்மை, நோய் வன்மை, மருந்து வன்மை, உணவு வன்மை, ஆகியவைகளை நன்குணர்ந்த மேன்மை உள்ளவராகவும் இருத்தலே மருத்துவரின் சிறப்பு இயல்புகளாகும்.

இக்கருத்தினைக் கீழ்வரும் செய்யுட்களால் அறியலாம்:

தெய்வந் தன்னை வழிபடு சிந்தையும்
பொய்யி லாமொழி யுந்நற் புலமையும்
ஐய மற்ற வறிவும் பெருமையும்
வெய்ய கோபம் வெறுப்பு மிலாமையும்
உயிர்கள் மீது கிருபையு மூவகையும்
செயிர கற்றிடு சிந்தையு மீகையும்
அயர்வி லாமையு மன்பும் நிறைந்துளன்
உயர்வ தாகிய வொப்பில் மருத்துவன்".
உத்தம குணங்க ளுள்ளோன் உயர் பெருங் கீர்த்தி யுள்ளோன்
புத்தியா லாய்ந்து சொல்வோன் பொருள்களை யாய வல்லோன்
சத்திய வார்த்தை யுள்ளோன் தருமசிந் தனையே யுள்ளோன்
குத்திர வார்த்தைப் பேசாக் குணன் பரிகாரியாமே.

மண்ணின்மேற் பெண்ணா னுக்கும் மற்றுள உயிர்கட் கெல்லாம்
கண்ணி லிமைபோற் காக்கும் கடனுளான் கருணை யுள்ளான்
நண்ணிய பெண்ணா னெல்லாம் நாடிய தந்தை தாயென்
றெண்ணிய மருந்து செய்யில் இடர்ப்பிணி தீரு மன்றே.

மருத்துவர் தூய வெள்ளை நிற ஆடைகளையே அணிய வேண்டும். நோயாளியைப் பரிசோதனை செய்த பின்னர் கைகளைச் சுத்தம் செய்தல் வேண்டும். தொற்று நோயாளிகளைப் பரிசோதிக்கும் காலத்தில் அந்நோய் மருத்துவரை அணுகாதவாறு மிகவும் எச்சரிக்கையுடன் இருத்தல் வேண்டும்.

மருத்துவ நூலின் வரைமுறையை அறியாதவராகவும், பிணியொன்றிருக்க, அதை மற்றொன்றாய் மாற்றிக் (கொடுநோய் எனக்) கூறுபவராகவும், தம்மால் தீர்க்க முடியாத நோயே இல்லை என்று தமக்குத் தாமே பெருமை பேசுபவராகவும், பொருள் ஈட்டுதல் ஒன்றையே வாழ்நாளின் குறிக்கோளாகக் கொண்டு, தமது கடமையை

மறந்து, நோயாளியை வறுமையில் வாட்டுவோரும் நல் மருத்துவர் ஆகார் என்பதும் அகத்தியர் கொள்கையாகும்.

மருந்து இயற்றுவாரின் இயல்புகள்

நோயாளிகளிடத்தில் மாறாத அன்பும், (மனம், மொழி, மெய்) உடல், உள்ளம், சொல், செயல்களால் தூய்மையும், மருத்துவர் சொற்படி நடக்கும் தன்மையும், அறிவார்ந்த செய்கைகளையே செய்யும் திறனுமே மருந்து இயற்றுவாரின் இயல்புகளாகும்.

மருந்தூட்டும் பாத்திரங்கள்

வெள்ளிப் பாத்திரங்களில் நீர் அருந்துதலும், மருந்து வைத்து உண்ணலும் மேன்மையே பயக்கும். ஆயினும் மண்ணும், பொன்னும் மிகச் சிறந்தவைகளாகும். எனவே பொருள் படைத்தோர், பொன்னாலான பாத்திரங்களையும், ஏழை, எளியோர் மண்ணாலானப் பாத்திரங்களையும் பயன்படுத்தி வருவதை நாம் அனைவரும் அறிவோம்.

மருத்துவர் அறிய வேண்டுவன

மருத்துவர் சோதிடம் (நாள், கோள்களைப் பற்றிய நூல்), எழுத்துப் பொருத்தம் அறியும் பொருட்டு ஐவகைப் பட்சிகளைப் பற்றிக் கூறும் நூல், நாசி வழியாகச் சுவாசிக்கும் முறைப் பற்றிய நூல், நடந்த, நடக்கின்ற, நடக்கவிருக்கும் முக்காலங்களைப் பற்றித் தெளிவாகக் கூறும் நூல், குற்றமில்லாத மருந்து செய்யும் நூல், அகத்தியரின் மருத்துவ நூல்கள், மற்றும் அகத்தியர் கன்ம காண்டம் என்னும் நூல் ஆகிய அனைத்தையும் கற்றறிவதோடு, தீதிலாத மந்திர நூல்களையும் கற்றுணர்ந்தோரே மருத்துவர்கள் ஆவார் என்பதைக் கீழ்வரும் பதினெண் சித்தர் நாடி நூல் கூறுவதால் அறியலாம்:

சோதிடம் பஞ்ச பட்சி
துலங்கிய சரநூல் மார்க்கம்
கோதறு வகார வித்தை
குருமுனி ஓது பாடல்
தீதிலாக் கக்கிஷங்கள்
செப்பிய கன்ம காண்டம்
ஈதலாங் கற்று ணர்ந்தோர்
இவர்களே வைத்தியராவார்.

இன்னும் பிணியாளன் சுகம் பெற வேண்டுமானால், உடற்கூறும், பருத்த, மெலிந்த உடலின் நோய்க்கூறும், மலம், சிறுநீரின் பாகுபாடும், பிணி நீங்கும், நீங்காது என்னும் தெளிவும், முக்குற்றம், தூக்கம் இவைகளின் கூறும், பெண்ணை விரும்பும் மோகத்தின் கூறும், நற்கருமம், தீக்கருமங்களின் கூறும் ஆராய்ந்தறிந்த பின்பு, தாதுக்கள் இயக்கத்தையும், நாள், கோள்களின் நன்மை, தீமைகளையும், நீச நிலைகளையும், நோயாளியின் பெயரையும் அறிந்த பின்னரே நோயாளியைப் பார்க்க வேண்டும். மேலும் நோயாளியின் புகழ் (கீர்த்தி), சுற்றத்தினரின் ஒழுக்கம் ஆகியவைகளைப் பார்த்து, பற்ப செந்தூரம் போன்ற மருந்துகளைக் கொடுக்க வேண்டும் என்பதைப் பின்வரும் செய்யுட்களால் அறியலாம்:

பலிப்பதற்கு வியாதியுள்ளோர் தேகக் கூறும்
பருத்தவுடல் மெலிந்தவுட னோயின் கூறும்
சலிப்பில்லா மலக்கூறும் சலத்தின் கூறும்
சாத்தியமு மசாத்தியமுந் தத்துவக் கூறும்
மங்கையர்க ளாசையின் மேல் மயக்கக் கூறும்
பலிப்பில்லாக் கன்மதன்ம நாட்டக் கூறும்
பார்த்தறிந்து பிறகுபார் மருந்தின் கூறே.

கூர்பாரு தாதினிலக் கணமும் பாரு
கோள்பாரு நாள் பாரு குணமும் பாரு
நேர்பாரு தேசபே தங்கள் பாரு
நிலைபாரு கிரகவுச்ச நீசம் பாரு
பேர் பாரு இவனைநீ பிறகு பாரு
பேரதிலே கீர்த்தியின்தன்மை பாரு
வேர்பாரு தழை பாரு மிஞ்சி னக்கால்
மெல்ல மெல்ல பற்பசெந் தூரம் பாரே.

மருத்துவர் கடைப்பிடிக்க வேண்டியன

தன்னை இருவர் வந்தழைத்தால், நோயாளியின் வீட்டிற்குச் செல்லாமையும், தான் நன்மையென நினைத்திருக்கும் நல்ல சகுனத்தைப் பார்த்துச் செல்வதும், நோயாளியின் படுக்கை முதலியவற்றைத் தொடாது இருத்தலும், நோயாளிக்கு அருகில் கிழக்குத் திசையை நோக்கி உட்கார்தலும் ஆகியவை நல்ல மருத்துவ னுக்குரிய நல் ஒழுக்கங்களாகும் என்பதைக் கீழ்வரும் பாடலால் அறியலாம்:

இருவர் வந்தழைத் திடினவர் இற்புகா திருத்தல்
கருது நற்சகு ணத்தினைக் கண்டுசென் றிடுதல்
மருவு நோயினர் மஞ்சமா தியதொடா திருத்தல்
அருகு கீழ்த்திசை முகமுற வாசனத் திருத்தல்.

மேலும் நோய்வரும் வகைகளையும், அவற்றைத் தடுத்துக் காக்கும் தெளிந்த ஞானத்தையும், நோய்களைத் தனித்தனியாகப் பிரித்துக் கணிக்குந் திறனையும், நோய் அணுகாது இருக்கும் விதிமுறைகளையும் கற்றறிந்தவரே சிறந்த மருத்துவர் எனப் பதார்த்த குண சிந்தாமணி குறிப்பிடுகின்றது.

நோய் அணுகா விதி

“இரவில் பசுவின் பாலையே உண்போம், எண்ணெயிட்டுத் தலை முழுகும் போதெல்லாம் வெந்நீரிலே குளிப்போம்; பகலில் புணர்ச்சியும், துயிலும் கொள்ள மாட்டோம்; எம்மைவிட வயதில் மூத்த மகளிரையும், இளம் வெயிலையும் விரும்ப மாட்டோம்; மல, சலங்களை அடக்க மாட்டோம்; இடது கையின் மேல் படுத்து உறங்குவோம்; மூல நோய்களை உண்டாக்கும் கறிகளை உண்ணவே மாட்டோம்; புளித்த தயிரையே உண்போம்; முதல் நாளில் சமைத்த கறி அமுதம் போன்றிருப்பினும் உண்ண மாட்டோம்; பசித்த பின்னரே புசிப்போம்.”

“இருவேளை மட்டுமே உண்போம்; பகலில் உறங்கோம்; திங்கட்கிருமுறை புணர்ச்சி கொள்வோம்; உண்ணுங் காலத்தில் நீரருந்தோம்; கருணைக் கிழங்கை மட்டுமே புசிப்போம்; வாழைக்கச்சலையே உண்போம்; உண்ட பின் சிறிது நேரம் நடைபயிலுவோம்.

“ஆறு திங்கட்கொரு முறை வாந்தி மருந்தையும், நான்கு திங்கட்கொரு முறை பேதி மருந்தையும் உட்கொள்வோம்; ஒன்றரை மாதத்திற்கு ஒருமுறை நசியம் செய்து கொள்வோம்; வாரந்தோறும் முகச்சவரம் செய்து கொள்வோம்; வாரமிருமுறை தலை முழுகுவோம்; மூன்று நாட்களுக்கொருமுறை கண் களுக்கு மையிடுவோம்; வாசனையுள்ளவற்றையும், பூக்களையும் நடு இரவில் முகரோம்.”

“ஆடு, மாடு, கழுதை மற்றும் பெண்களின் தீட்டுக்காலத்திலான மணத்தை யும், துடைப்பம் போன்றவைகளால் உண்டாகும் தூசியையும் தவிர்ப்போம்; இரவில் மரம், விளக்கு மற்றும் மற்றவரின் நிழலில் வசிக்க மாட்டோம்; உணவு செரிக்கும் முன்னர் புணர்ச்சிக் கொள்ளோம்; மாலை நேரங்களில் உணவையும், உறக்கத்தை யும், புணர்ச்சியையும், அழுக்காடைகளையும், சீவும்போது சிந்துகின்ற மயிரையும்

தவிர்ப்போம்; கன்றுடன் கூடிய பசுவையும், தெய்வத்தையும், பிதுர்களையும், குருவையும் வணங்குவோம்; பிறரிடமிருந்து தெறிக்கும் நீரைத் தடுப்போம்; என்பனவற்றை ஒவ்வொரு மருத்துவரும் சட்ட நெறிகளாக ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.

இருதயம்	–	சூரிய சக்தியாலும்,
மூளை	–	சந்திர சக்தியாலும்,
பித்தப்பை	–	செவ்வாய் சக்தியாலும்,
நுரையீரல்	–	புதன் சக்தியாலும்,
கல்லீரல்	–	குரு சக்தியாலும்,
சிறுநீரகம்	–	சுக்கிர சக்தியாலும்,
மண்ணீரல்	–	சனி சக்தியாலும்

இயங்குகின்றன என்பதையும் மருத்துவர்கள் தாம் அறிந்து கொள்வதோடு, தம்மை நாடிவரும் நோயாளிகளுக்கும் அறிவுறுத்த வேண்டும். இதனால் உடலைக் காக்கும் நெறிமுறையை நோயாளிகள் அறிந்து கொள்ள ஓர் வாய்ப்பாக அமையும்.

மருத்துவரின் தகுதிகள்

மருத்துவன் வயது முதியவனாய் இருத்தல் வேண்டும் என்றும், சோதிடக் கணிதத்திற்கோ, இளமையே தகுதியுடையதாகும் என்றும் மாபுராணம் கூறுவதையும் மருத்துவர் நினைவிற் கொள்ள வேண்டும்.

முதிர்ந்த பல்லாண்டுகளிற் பெறும் அறிவின் வன்மையும், நாடி நடைகளைப் பல்லாண்டுகளாய்ப் பற்பல நோய்களில் பார்த்து, அறிந்த பழக்கமும், பற்பல உடல்களின் வேற்றுமைகளைப் பிரித்து நன்கு கண்டறியும் திறமையும், தீராக் குறி குணங்களையும் எளிதில் தீரும் நற்குணங்களையும் (வளி, அழல், ஐயங்களின் துணை கொண்டு) ஆராய்ந்தறியும் வல்லாண்மையும், புதுமையாய் அவ்வப்போது தோன்றும் நோய்களைக் காணுங்கால், அறிவு மயங்காமல், அவற்றைத் தீர்த்து விடலாம் என்ற தெளிவும், துணிவும், போரிலே படைகளை நடத்திச் செல்லும் மாவீரம் பொருந்திய தலைவனைப் போன்று, நோய்களுக்குத் தக்கவாறு மருந்து செய்யும் திறனும், அதனால் நோய்களைத் தீர்க்கும் திறனும் ஒருங்கே கொண்ட மிக உயர்ந்த மருத்துவ முறைகளை நன்குணர்ந்த, வயதில் மூத்தவர்களே சிறந்த மருத்துவர்கள் ஆவார்.

இனி போகர் தமது மூவாயிரத்தில் கூறுவதையும் காணலாம்:

எண்ணென்று சொல்வதனுக் கிளமை நன்றே
இல்லையேல் வேறுபா டெய்து மப்பா
கண்ணென்ற வைத்தியத்துக் கிளமை யாகா
கடுமைதரும் பொறையை யடுங் குணமி ராது
நண்ணென்ற வுறுதி யிராதுர மி ராது
நன்மையிரா தவிழ்தவிகை நாடொட்டாது
துண்ணென்ற விரமிராக்க திகலி ராது;
சூட்சமிரா தாகையினாற் சொல்லொனாதே.

எண் எனப்படும் சோதிடக் கணிதத்திற்கு இளம் பருவமே நல்லதாகும். கண்ணைப் போன்ற மருத்துவம் செய்வோர்க்கு இளமையாகா. ஏனெனில் இளமைப் பொறுமையை மறந்து கடுமையை நாடுதலும், அடக்கம், இரக்கம், எளிமை போன்ற நற்குணங்களைக் கைகொண்டிராமையும், நோய்களுக்குத் தக்கதிது, தகாததிது என எண்ணிப் பார்க்கும் பான்மையினையும், மருந்துகளின் தராதரங் களைப் பிரித்து அறிந்து, அவற்றின் நன்மை, தீமையையும் ஏற்றத் தாழ்வுகளை யும் மனதில் கொண்டு, மருந்தின் நுட்பங்களைஅறியும் ஞானம் இராமையால் இளம் வயதினர் மருத்துவம் செய்வதில் கைதேர்ந்தவராக இருக்க வாய்ப்பு ஏதுமில்லை. எனவே மருத்துவம் புரிய, வயதில் முதிர்ந்த அறிவார்ந்த மருத்துவரே சாலச் சிறந்தவர் என்பது தெளிவாகிறது. இவை இரண்டையும் ஒப்பு நோக்கினால் இளமையில் சோதிட கணிதத்தில் விற்பன்னரானவர், அதைத் தொடர்ந்து மருத்துவம் பயின்று, நல்ல மருத்துவரிடம் உதவியாளராய் இருந்து, சோதிடத்தையும், மருத்து வத்தையும் ஒருங்கே தமது தொழிலாகக் கொண்டு சீரும், சிறப்பும் அடையலாம் என்பது புலனாகிறது.

மருத்துவர் நோயாளியை அணுகிப் பரிசோதிக்கும் முன்னர்க் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய நியதியைக் கீழ்வரும் செய்யுளால் உணரலாம்:

சந்தனம் புனுகுப் பிச்சு
சடத்தினிற் பூசிப் பின்னர்
அந்தணர் கிரியை போல
வாசிரி யரடிவ ணங்கிச்
சிந்தையிற் குருவை வாழ்த்திச்
சிவபதம் நெஞ்சிலுன்னி
வந்ததோர் பிணிகள் தீர்க்கும்
வைத்தியன் முறையென் றோரே.

தம்மை நம்பியோர்க்கும், மருத்துவம் செய்துகொள்ளப் பொன், பொருள் கொடுப்போருக்கும், மருத்துவம் செய்ய வேண்டும் என்பதைச் சுட்டிக்காட்டும் **தேரையர் யமக வெண்பாவை** மருத்துவர் மனத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

மருத்துவரை நோயினர்த மாதாபி தாவா
மருத்துவரை யென்னவருள் வைக்க – மருத்துவரை
கையடை யாளந்தக் காரியசித்தி லென்றுநம்பிக்
கையடையா ளந்தந்தக் கால்.

நோயாளிகள் மருத்துவரை தமது தாய், தந்தையாகவும், சஞ்சீவி மலையாகவும் நினைத்து, (வளி, அழல், ஐயம் ஆகிய முக்குற்றங்களை நல்வழிப்படுத்தி), உடல் நோயின்றி ஒழுங்கு பெறுமாறு அருள்வீராக என்றுரைத்து, மருத்துவம் செய் வதற்குப் பொன் அல்லது பொருளைக் கொடுத்தால், அவர் மீது கருணைகொண்டு, மருத்துவர் அவர்களுக்கு மருத்துவம் செய்ய வேண்டும் என்பதை அறிந்திருத்தல் இன்றியமையாதது.

எனவே நோய் வராதிருக்கும் வழிமுறைகளையும், நோய் வந்த போது உடலைக் காக்கும் திறனையும் அறிந்தவரே நல்ல மருத்துவர் ஆவார் என்பதைச் சித்தர் நூல்களில் பரக்கக் காணலாம்.

8

சித்தர் கணம்

மரு. கு. கணபதி

முன்னுரை

மானிடராய்ப் பிறந்த ஒவ்வொருவருக்கும் மனம், புத்தி, சித்தம், அகங்காரம் என்ற அந்தக்கரணங்கள் நான்கு உண்டு. மனத்தையுடையவன் மனிதன். மனத்தின் தொழில் சிந்திப்பது. அவ்வாறு எழும் சிந்தனைகளில் நல்லவையும், தீயவையும் கலந்து இருக்கும். அவற்றைப் பிரித்தறிவது புத்தியின் செயலாகும்.

ஒரு வகைப்பட்ட நல்ல எண்ணங்களின் வழிப் பிறந்த குறிக்கோளைப் புத்தி வகுத்துத் தர, அதன்பால் சித்தத்தைச் செலுத்தி, முயன்று முயன்று வெற்றி காண்பதுவே "சித்தி" எனப் பெயர் பெறும். இவ்வகையில் வெற்றி கண்ட மகான்களே சித்தர்கள். ஆகவே மனம், புத்தி, சித்தம் என்ற அந்தக் கரணங்களை ஒன்றிக்க வல்ல திறமையுடையவர்கள் "சித்தர்கள்" என்பதாயிற்று. மற்றும் அகங்காரத்தை அறவே நீத்தவர்கள்.

சித்தத்தில் சிந்தித்த படியே உடலையும், உணவையும் அடைந்து அனுபவிக்கின்றவர்களே சித்தர்கள். இவர்கள் சிவ நெறியைப் பூண்டு ஒழுகிய சித்த சமயத்தைச் சேர்ந்த தமிழ் மக்களே. இவர்கள் காரணகாரிய வகைகளால் உடம்பைச் சோதித்து, எவ்வகைப் பொருள்களால் உடல் வளர்ந்து அழிகின்றது என்பதை ஊக்கத்தாலும் முயற்சியாலும் கண்டறிந்து, உடம்பைப் பொய்யென்று சொல்வதற்கு மாறாக, மெய்யென்ற சொல்லுக்குப் பொருள் கண்டு, சித்திகளை அடைந்தவர்கள். மேலும் தங்களுடைய உடம்புகளை மாத்திரம் தகுந்தபடி பலப்படுத்திக் கொண்டால் பிறப்பு,

இறப்பினின்று நீங்கிவிடலாம் என்று உணர்ந்து, அனேக காலம் உயிருடனிருக்கக் கூடிய நித்திய வாழ்வைப் பெற்ற பெரிய மகான்கள் ஆவர்.

இவர்கள் மூச்சை அடக்கிப் பிடித்து மூலக்கனலாகிய குண்டலினி சக்தியை எழுப்பி, மந்திர மருந்துகளின் உதவியால் மாறாத மதியமுதுண்டு, நரை, திரை, மூப்பு இல்லா நித்திய உடம்பைப் பெற்றவர்கள்.

'கணம்' என்றால் 'கூட்டம்' என்றும் சித்தர் கணம் என்பது பதினெண் கணத்தவர்களின் ஒரு சாரார் என்றும் கூறப்பெறும். 1. அசுரர், 2. அந்தணர், 3. அமரர், 4. ஆகாயவாசி, 5. இயக்கர், 6. உரகர், 7. கருடர், 8. கந்தருவர், 9. கிம்புருடர், 10. கின்னரர், 11. சித்தர், 12. நிருதர், 13. நாதர், 14. பைசாகர், 15. யோக பூமியர், 16. முனிவர், 17. விந்தியர், 18. வித்தியாதரர் ஆகியோரே பதினெண் கணத்தவராவர்.

தற்காலத் தமிழ் மருத்துவத்திற்குச் சித்தர்கள் காரணகர்த்தர்களாகி, உலகோர்க்குப் பயன்படும் வகையில் பாடி வைத்த நூல் பலவாம். உலக மக்களுக்குப் பயன்தரும் நோக்கத்துடன் இயற்றப் பெற்றவை சித்தர்கள் எழுபதாயிரம், எண்ப தாயிரம், ஏழு லட்சம் எனப் பலவாறாகக் கூறப்படும். இவர்களது வல்லமையைப் பற்றி அடியிற் காணும் செய்யுள் விளக்கும்.

காரப்பா சித்தன் கற்பத்தோடொன்றிக்
கைலாசப் பாசம தாய்க் கருதி வாழ்வான்
நேரப்பா கற்பதையுண்டு
நிசமான வாசியிற் சென்றிருப்பான்றானே என்றும்
தானாக தானவனாய் நின்று வாழ்வான்
சதா கோடி நாளுமொரு நாளாய் நிற்பான்
உளவான காயாதிகற்பமெல்லாம்
உண்டு கரையேறி யவனுறுதியாவான்
வானாள் அண்டபகிரண்ட மெல்லாம்
வரை கடந்து திரையகற்றி வந்து சேர்வான்
தேனான மொழியுடையான முதுபானம்
தினந்தோறும் கொள்பவனே சித்தனாமே

என்று கூறியுள்ளதை வைத்துச் சித்தர்கள் எண்பெரும் சித்திகளைப் பெற்றவர் களாயிருந்தார்கள் என்பதை அறியலாம். அவற்றின் பயனாக அவர்கள் விண்ணில் பறப்பார்கள். கனல் மேல் இருப்பார்கள். நீர் மேல் நடப்பார்கள். கரடி, புலி இவற்றின் வாயையும் கட்டுவார்கள். இவ்வளவு பெரிய சக்திகளைச் சிவனெறிச் செல்வர் தாயுமான அடிகள் பின்வரும் பாடலில் விவரித்துள்ளார்.

கந்துக மதக்கரியை வசமா நடத்தலாம்
கரடி வெம்புலி வாயையும்
கட்டலாம் ஒரு சிங்க முதுகின் மேற் செல்லலாம்
கட்செவி எடுத்தாட்டலாம்
வெந்தழலின் இரதம் வைத்து ஐந்து லோகத்தையும்
வேதித்து விற்றுண்ணலாம்
வேறொருவர் காணாமல் உலகத்துலாவலாம்
விண்ணவரை ஏவல் கொள்ளலாம்
சந்ததமும் இளமையோடிருக்கலாம் மற்றொரு
சரீரத்தினுள் புகுதலாம்
சலமேல் நடக்கலாம் கனல் மேல் இருக்கலாம்
தன்னிகரில் சித்தி பெறலாம்.

எண்வகைச் சித்திகள்

1. அனிமா, 2. மகிமா, 3. லகிமா, 4. கரிமா, 5. பிராப்தி, 6. பிரகாமியம், 7. வசித்துவம், 8. ஈசத்துவம் ஆகியவையே எண்பெரும் சித்திகளாம்.

1. அனிமா: அணுவாகும் தன்மை. அதாவது தன்னை மிக நுண்ணிய உருவமாக்கி வேறொருவர் காணாமல் உலாவச் செய்யும் சக்தியாகும்.

2. மகிமா: மா என்ற சொல்லே மகிமா என்று திரிந்தது. அதாவது பெரிய உருவமாகும் மகிமையே மகிமாவாகும். அதாவது தன்னுருவை மிகப் பெரியதாக விரித்து ஏனைய உருவங்களெல்லாம் தன்னைக் காட்டிலும் சிறியனவாகத் தோன்றுமாறு ஆதல்.

3. இலகிமா: இலகு என்பது எடை குறைந்த தன்மை. இலகுவாக்குவது இலகுமா. அதுவே இலகிமா எனத் திரிந்தது. மேல் நோக்கும் வலிமையை உண்டாக்குவது இச்சக்தியாகும். இதனால் நீர்மேல் நடத்தல் போன்ற செயல்களைப் புரியலாம்.

4. கரிமா: கரு என்பது கனம். கனத்தை உண்டாக்கும் தன்மை கருமை, அது கரிமா எனத் திரிந்தது. அதாவது எடை குறைந்த உடலை யானை போன்ற கனமானப் பொருளாக்குவது போன்ற சக்தியாகும்.

5. பிராப்தி: பெறுதி என்பது பெறுந்தன்மை. இது பிராப்தி என மருவி நின்றது. அதாவது தாம் நினைத்த எப்பொருளையும் நினைத்த பொழுதே பெறுவது பிராப்தியாகும்.

6. பிரகாமியம்: காமம் என்பது விருப்பம். காமியம் என்பது விரும்பிய பொருள். பெறு காமியம் என்பது விரும்பியப் பொருளைப் பெறுவது. இது பிரகாமியம் எனத் திரிக்கப்பட்டது . தாம் விரும்பிய எந்தத் தொழிலையும் இடையூறின்றி முடித்தலே பிரகாமியம் ஆகும்.

7. வசித்துவம்: வசம் என்பது கீழ்ப்படிதல். வசியம் என்பது கைவசப்படுத்துதல். வசத்துவம் என்பது கீழ்ப்படியும்படி செய்தல். இவையே வசித்துவம் எனக் குறிக்கப்படுகிறது. பிறர் உள்ளத்தைத் தன் உள்ளத்தால் கட்டிக் கவர்ந்து, அவர்களைத் தன் எண்ணப்படி நடத்துதலே வசித்துவமாம்.

8. ஈசத்துவம்: ஈசன் – கடவுள். ஈசத்தன்மை – கடவுள் தன்மை. ஈசத்தன்மையடைவதுவே ஈசத்துவமாகும். கடவுள் தன்மைப் பெற்று ஆக்கல், அளித்தல், அழித்தல், மறைத்தல், அருளல் என்னும் ஐம்பெரும் செயல்களைப் புரிதலே ஈசத்துவமாகும்.

சித்தர்கள் எந்த அறிவுத்துறையிலாவது சித்தி அடைந்தோராவர். உலகத்தில் உள்ள அறிவாளிகளும், ஞானிகளும் கூறியவற்றைக் கேட்டு ஆய்ந்து அதில் உண்மையெனக் கண்டவற்றைத் தமதாக்கி, அதை விளக்கி வளர்ப்பது சித்தி அடைபவர்கள் இயல்பாம்.

சித்தர் சிவத்தை நினைத்து நினைத்து சிவமானவராதலால் அவர் நரை, திரை, மூப்பு, பிணி, சாக்காடு முதலியவற்றைப் பெறாது, என்றும் இளமையோடும் வனப்புடனும் விளங்குவர் என்பதை

நீல நிறனுடை நேரியிழை யாளோடும்
சாலவும் புல்லிச்சதமென்றிருப்பார்க்கு
ஞாலமறிய நரை திரை மாறிடும்
பாலனுமாவார் பராநந்தியாணையே

என்ற திருமூலர் வாக்கால் அறியலாம்.

சித்தர்கள் யோகப் பயிற்சியின் முதிர்ச்சியால் ஞானம் பெற்று, அதன் துணையால் வாதம் செய்து மக்களின் உடற் பிணிகளையும், உள்ளப் பிணிகளையும் தீர்க்க முனைந்து வெற்றி கண்டவர்கள். வாத முறையாலும் ஒரு சிறிது ஞானமடைய வழியுண்டென்பதும் சித்தர்களின் உடன்பாடாம். ஆகவே சித்தர்கள் யாவரும் யோகம், ஞானம், வாதம், வைத்தியம் எனபடும் நான்கிலும் சித்தி பெற்றவர்கள். உடல் அழியும் முன்னதாகவே முத்தி நிலை பெறுவதற்கு ஏதுவான சித்திகளைப் பெற வேண்டியது

இன்றியமையாதது என்பதை அறிந்தவர்கள். எனவே உடல் அழிந்தால் பிறகு முக்தி சாதனத்துக்கு அனேக பிறவிகளை அடைய வேண்டி வரும் என்பதை அறிந்து, முக்திக்கு முதற்படியாக யோக சாதனத்தைக் கடைபிடித்தலை வற்புறுத்தியும் உள்ளனர். யோகப் பயிற்சிக்குக் காய கற்ப முறை உதவியாக இருக்குமென்பதை உளங்கொண்டு வாத, வைத்தியத் துறையில் உழைத்து வெற்றி கண்டும் உள்ளனர்.

பதினெண் சித்தர்

சித்தர்கள் நவசித்தர், நவாத சித்தர், நவகோடி சித்தர், பதினெண் சித்தர் எனப் பலவகைகளாகப் பற்பல நூல்களில் கூறப்பட்டுள்ளனர்.

என்ன காரணத்தினாலோ சித்தர்களைப் பதினெட்டுப் பேர்களாகத் தொகுத்துப் பார்க்கும் மரபு நிலைபெற்றுவிட்டது. சித்தர்களைப் பதினெண்மராகக் கூறும் வகையில் பல பட்டியல்கள் காணப்படுகின்றன. அகத்தியர், திருமூலர் என்ற பெயர்களைத் தவிர, ஒவ்வொரு பட்டியலும் புதுப்புதுப் பெயர்களைக் கொண்டவை களாகவே காணப்படுகின்றன. மருத்துவ யோக ஞான சாத்திரம் என்ற நூல் எந்தெந்தச் சித்தர் எங்கே சமாதி அடைந்தார் என்ற செய்தியைத் தருகிறது. இந்நூலின்படி ஒவ்வொரு சித்தரும் சமாதி அடைந்த இடத்தின் விவரம் வருமாறு:

1. திருமூலர் – சிதம்பரம், 2. இராமதேவர் – அழகர் மலை, 3. அகத்தியர் – பொதிகை மலை, 4. கொங்கணர் – திருவாரூர், 5. கமல முனி – திருவாரூர், 6. சட்டை முனி – திருக்கருவை, 7. கருவூரார் – மதுரை, 8. சுந்தரானந்தர் – மதுரை, 9. வன்மீகர் – எட்டுக்குடி, 10. நந்திதேவர் – காசி, 11 . பாம்பாட்டி – சங்கரன் கோயில், 12. போகர் – பழநி, 13. மச்ச முனி – திருப்பரங்குன்றம், 14. கோரக்கர் – பொறையூர், 15. பதஞ்சலி – இராமேச்சுரம், 16. தன்வந்திரி – வைத்தீச்சுரன் கோயில், 17. குதம்பை – மாயூரம், 18. இடைக்காடர் – திருவண்ணாமலை. என்பனவாகும். இதே போன்று சித்தர்கள் சமாதி அடைந்த இடங்களாக வேறு சிலவும் கூறப்பட்டுள்ளன. இது எந்த அளவுக்கு ஆதாரபூர்வமானது என்று தெரியவில்லை. இனிச் சித்தர்களைப் பதினெண்மராகத் தொகுத்துக் கூறும் பல்வேறு பட்டியல்களைக் காண்போம்:

பட்டியல் 1

1. அகத்தியர், 2. போகர், 3. கோரக்கர், 4. கைலாசநாதர், 5. சட்டை முனி, 6. திருமூலர், 7. நந்தி, 8. கூன்கண்ணர், 9. கொங்கணர், 10. மச்ச முனி, 11. வாசமுனி, 12. கூர்ம முனி, 13. கமல முனி, 14. இடைக்காடர், 15. புண்ணாக்கீசர், 16. சுந்தரானந்தர், 17. உரோமரிஷி, 18. பிரமமுனி.

பட்டியல் 2

1. திருமூலர், 2. இராமதேவர், 3. கும்பமுனி, 4. இடைக்காடர், 5. தன்வந்திரி, 6. வால்மீகி, 7. கமல முனி, 8. போகநாதர், 9. மச்ச முனி, 10. கொங்கணர், 11. பதஞ்சலி, 12. நந்திதேவர், 13. போதகுரு, 14. பாம்பாட்டி, 15. சட்டை முனி, 16. சுந்தரானந்த தேவர், 17. குதம்பைச் சித்தர், 18. கோரக்கர்.

பட்டியல் 3

1. நந்தீசர், 2. திருமூலர், 3. சிவயோகர், 4. கருமுனிவர், 5. இடைக்காட்டீசர், 6. காலாங்கி, 7. புண்ணாக்கீசர், 8. மச்சமுனி, 9. கொங்கணர், 10. கஞ்சமலைச் சித்தர், 11. சட்டைநாதர், 12. பிரமர், 13. வியாக்கிரமர், 14. கமல முனி, 15. உருத்திரச் சித்தர், 16. கூன்கண்ணர், 17. பதஞ்சலி, 18. போகர்.

பட்டியல் 4

1. சநாதர், 2. வியாக்கிரமர், 3. சட்டர், 4. ரோமச் சித்தர், 5. சுந்தரர், 6. மச்சநாதர், 7. போகர், 8. கமலர், 9. திருமூலர், 10. சனானந்தர், 11. காலாங்கி, 12. மலையேணிச் சித்தர், 13. நந்தி, 14. புலத்தியர், 15. புண்ணாக்கீசர், 16. கடுவெளிச் சித்தர், 17. சிவயோகர், 18. குருமுனிவர்.

பட்டியல் 5

1. அகத்தியர், 2. உரோமர், 3. தேரையர், 4. புலிப்பாணி, 5. இாமதேவர், 6. அகப்பேய்ச் சித்தர், 7. அழுகண்ணர், 8. குதம்பைச் சித்தர், 9. போகர், 10. புண்ணாக்கீசர், 11. தன் வந்திரி, 12. கொங்கணர், 13 . சட்டை முனி, 14. கருவூரார், 15. நந்தி, 16. கமலர், 17. கன்னிச் சித்தர், 18. புலத்தியர்.

பட்டியல் 6

1. அகத்தியர், 2. உரோமர், 3. கமலர், 4. யூகி, 5. கருவூரார், 6. மச்சேந்திரர், 7. போகர், 8. கொங்கணர், 9. புண்ணாக்கீசர், 10. தேரையர், 11. கோரக்கநாதர், 12. சட்டை முனி, 13. பாம்பாட்டி, 14. சிவவாக்கியர், 15. இடைக்காடர், 16. புலிப்பயணி, 17. சுந்தரானந்தர், 18. கடுவெளிச்சித்தர்.

பட்டியல் 7

1. கோரக்கர், 2. கொங்கணர், 3. சட்டைநாதர், 4. கௌசிகர், 5. கல்லுளிச் சித்தர், 6. அகத்தியர், 7. தேரையர், 8. புலத்தியர், 9. கன்னிச் சித்தர், 10. சிவவாக்கியர், 11. கூன்கண்ணர், 12. புலிப்பாணி, 13. சுந்தரானந்தர், 14. குதம்பைச் சித்தர், 15. வாலை, 16. மச்சமுனி, 17. இராமதேவர், 18. ஆரூடச் சித்தர்.

பட்டியல் 8

1. கன்னிமலையான், 2. வாசமுனி, 3. இராமதேவர், 4. கூன்கண்ணர், 5. நவநாதர், 6. வானலச் சித்தர், 7. தேரையர், 8. சண்டிகேசர், 9. யூகிமுனி, 10. சூதமுனி, 11. புண்ணாக்கீசர் 12. ஆரூடச்சித்தர், 13. குதம்பைச் சித்தர், 14. சோனா சித்தர், 15. போகர், 16. பூனைக்கண்ணர், 17. சிவவாக்கியர், 18. புலிப்பாணி.

பட்டியல் 9

1. அகத்தியர், 2. திருமூலர், 3. போகர், 4. கோரக்கர், 5. சட்டை முனி, 6 . நந்தீசர், 7. கொங்கணர், 8. கமலமுனி, 9. இடைக்காடர், 10. சுந்தரானந்தர், 11. உரோம முனி, 12. பிரம முனி, 13. மச்ச முனி, 14. வராக முனி, 15. புண்ணாக்கீசர், 16. கைலாசநாதன், 17. கூன்கண்ணர்.

பட்டியல் 10

1. நந்தீசர், 2. திருமூலர், 3. அகத்தியர், 4. சட்டைநாதர், 5. பதஞ்சலி, 6. ஊணர், 7. கண்ணர், 8. கோரக்கர், 9. கமல முனி, 10. சண்டிகேசர், 11. இடைக்காடர், 12. சிவவாக்கியர், 13. கொங்கணர், 14. போகர், 15. மச்ச முனி, 16. புண்ணாக்கீசர், 17. காலாங்கி, 18. சுந்தரானந்தர்.

பட்டியல் 11

1. அருணந்தி, 2. புசுண்டர், 3. திருமூல நாதர், 4. வியாக்ரமர், 5. பதஞ்சலி, 6. சிவயோகர், 7. சநாதர், 8. சனகர், 9. சட்டநாதர், 10. பிரமர், 11. இந்திரன், 12. சோமநாதர், 13. கந்துரு, 14. காலாங்கி, 15. உருத்திரச் சித்தர், 16. ஒளியகத்தியர், 17. கஞ்சமலைச் சித்தர், 18. புலத்தியர்.

பட்டியல் 12

1. சட்டை முனி, 2. கொங்கணர், 3. இடைக்காடர், 4. நந்தி, 5. கமல முனி, 6. கருவூர்ச் சித்தர், 7. புண்ணாக்கீசர், 8. கன்னிச் சித்தர், 9. வாலை முனி, 10. சண்டிகேசர், 11. பிர்ம முனி, 12. அகப்பேய்ச் சித்தர், 13. வாச முனி, 14. அழுகண்ணர், 15. உரோமர், 16. மச்சர், 17. சுந்தரர், 18. மூலநாதர்.

பட்டியல் 13

1. கோரக்கர், 2. அழுகண்ணர், 3. அகப்பேய்ச் சித்தர், 4. கொங்கணர், 5. இடைக்காடர், 6. குதம்பைச் சித்தர், 7. சண்டிகேசர், 8. இராமதேவர், 9. வாசமுனி, 10. பாம்பாட்டிச் சித்தர், 11. போகர், 12. கன்னிச் சித்தர், 13. மச்சர், 14. சட்டை, நாதர், 15. புண்ணாக்கீசர், 16. சுந்தரர், 17. புலத்தியர், 18. அகத்தியர்.

பட்டியல் 14

1. அகத்தியர், 2. யூகி, 3. கல்லுளி, 4. அகப்பேய், 5. வாலைச் சித்தர், 6. புலிப்பாணி, 7. தேரையர், 8. இராமதேவர், 9. குதம்பை, 10. கூன்கண்ணர், 11. கன்னிச் சித்தர், 12. புலத்தியர், 13. வாசர், 14. கம்பளிச் சித்தர், 15. கமலர், 16. சுந்தரர், 17. கடுவெளிச் சித்தர், 18. பிர்மமுனி.

பட்டியல் 15

1. பொதிகை முனி, 2. உருத்திரச் சித்தர், 3. கன்னிச் சித்தர், 4. மச்சேந்திரர், 5. கடுவெளியார், 6. இராமதேவர், 7. சட்டை முனி, 8. அழுகண்ணர், 9. சோனாசித்தர், 10. போகர், 11. யூகி முனிவர், 12. ஆரூடச் சித்தர், 13. கமலர், 14. நவநாத சித்தர், 15. கௌசிகர், 16. புலிப்பாணி, 17. தேரையர், 18. புலத்தியர்.

பட்டியல் 16

1. கௌசிகர், 2. யூகி, 3. கன்னிச் சித்தர், 4. கல்லுளிச் சித்தர், 5. கடுவெளிச் சித்தர், 6. வாசமுனி, 7. வாலைச் சித்தர், 8. சூத முனி, 9. மச்சேந்திரர், 10. தன்வந்திரி, 11. கூன்கண்ணர், 12. விளையாட்டீசர், 13. கம்பளிச் சித்தர், 14. புலிப்பாணி, 15. பூனைக்கண்ணர், 16. கோரக்கர், 17. புலத்தியர், 18. அழுகண்ணர்.

பட்டியல் 17

1. திருமூலர், 2. புலத்தியர், 3. நந்திகேசர், 4. இடைக்காடர், 5. அகத்தியர், 6. புண்ணாக்கீசர், 7. போகர், 8. புலிக்கீசர், 9. கொங்கணர், 10. அழுகுண்ணி, 11. பாம்பாட்டி, 12. குதம்பை, 13. கருவூரார், 14. அகப்பேய், 15. தேரையர், 16. சட்டை முனி, 17. பூனைக்கண்ணர், 18. காலாங்கி.

பட்டியல் 18

1. இராமதேவர், 2. திருமூலர், 3. கும்பமுனி, 4. வால்மீகி, 5. இடைக்காடன், 6. தன்வந்திரி, 7. மச்சமுனி, 8. கமலமுனி, 9. போகர், 10. கொங்கணர், 11. நந்தீசர், 12. பதஞ்சலி, 13. கோரக்கர், 14. சட்டைமுனி, 15. பாம்பாட்டி, 16. குதம்பை, 17. கருவூரார், 18. சுந்தரர்.

பட்டியல் 19

1. அகத்தியர், 2. திருமூலர், 3. காலாங்கி, 4. போகர், 5. புலிப்பாணி, 6. சட்டை முனி, 7. மச்சமுனி, 8. இராமதேவர், 9. கமலமுனி, 10. உரோமமுனி, 11. கருவூரார், 12. இடைக்காடர், 13. சுந்தரானந்தர், 14. அகப்பேய்ச் சித்தர், 15. பாம்பாட்டிச் சித்தர், 16. தேரையர், 17. யூகி முனி, 18. யாக்கோபு.

பட்டியல் 20

1. திருமூலர், 2. புலத்தியர், 3. நந்திதேவர், 4. இடைக்காடர், 5. அகத்தியர், 6. புண்ணாக்கீசர், 7. போகர், 8. புலிப்பாணி, 9. கொங்கணர், 10. அழுகண்ணி, 11. பாம்பாட்டி, 12. குதம்பைச் சித்தர், 13. கருவூரார், 14. அகப்பேய்ச் சித்தர், 15. தேரையர், 16. சட்டைமுனி, 17. பூனைக்கண்ணர், 18. காலாங்கி.

இப்பட்டியல்களின் மூலம் சித்தர்கள் பதினெட்டுப் பேர்கள் மாத்திரம் அல்லர், அதற்கும் மேற்பட்டோர் என்பது தெளிவாகிறது. சித்தர் பெரிய ஞானக்கோவை என வழங்கும் சித்தர் பாடல்கள் (அரு. இராமநாதன் பதிப்பு) என்ற நூலில் முப்பத்தி இரண்டு சித்தர்களின் பாடல்களும், மேலும் பெயர் தெரியாத சித்தர் களின் பாடல்களும் தொகுக்கப்பட்டுள்ளன. இந்நூல் குறிப்பிடும் பல சித்தர்கள் மேற்கூறிய பட்டியல்கள் எதிலும் இடம் பெறாதவர்கள் என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது. இனி இந்நூல் குறிப்பிடும் சித்தர் பட்டியல் வருமாறு:

1. பட்டினத்தார், 2. பத்திரகிரியார், 3. சிவவாக்கியர், 4. பாம்பாட்டிச் சித்தர், 5. இடைக்காட்டுச் சித்தர், 6. அகப்பேய்ச் சித்தர், 7. குதம்பைச் சித்தர், 8. கடுவெளிச் சித்தர், 9. அழுகண்ணிச் சித்தர், 10. கொங்கண நாயனார், 11. பீர்முகம்மது, 12. மதுரை வால சுவாமி, 13. சேஷ யோகியார், 14. சட்டை முனி, 15. திருவள்ளுவர், 16. கணபதிதாசர், 17. அகத்தியர், 18. உரோம ரிஷி, 19. திருமூல நாயனார், 20. சுப்பிரமணியர், 21. வால்மீகர், 22. நந்தீச்சுரர், 23. இராமதேவர், 24. கருவூரார், 25. கைலாயக் கம்பளிச் சட்டை முனி நாயனார், 26. காகபுசுண்டர், 27. சூரியானந்தர், 28. பூரணானந்தர், 29. இராமலிங்க சுவாமிகள், 30. குருஞான சம்பந்த சுவாமிகள், 31. அருணாசல குரு, 32. பட்டினத்தார்.

இப்பட்டியலிலும் இடம் பெறாத மேலும் பல புதிய சித்தர்களின் பெயர்களைச் **சித்தர் பாடல்கள்** (கோவேந்தன் பதிப்பு) என்ற தொகுப்பில் காண முடிகின்றது. அவை: உலோகாயதச் சித்தர், ஏனாதிச் சித்தர், காரைச் சித்தர், காளைச் சித்தர், தடங்கண் சித்தர் என்பனவாகும்.

மேற்கண்ட பட்டியலில் இடம் பெற்றுள்ள சித்தர் அனைவரது பெயரிலும் நூல்கள் காணப்படவில்லை. அவர்கள் நூல் இயற்றவில்லையா? அல்லது இயற்றி அழிந்துபட்டனவா? என்பது தெரியவில்லை. ஆனால் வழிவழியாக அவர்களும் சித்தர்களாக அறியப்பட்டு, பட்டியல்களில் இடம்பெற்று வருகிறார்கள்.

அகத்தியர், போகர், தன்வந்திரி, கருவூரார், திருமூலர், உரோமரிஷி, சட்டைமுனி, தட்சிணாமூர்த்தி, யூகிமுனி, கொங்கணர், இராமதேவர், புலிப்பாணி முதலிய சித்தர்களின் பெயரில் ஏராளமான மருத்துவ நூல்கள் வழங்கி வருகின்றன. உண்மையில் இவர்களது பெயர்களில் வழங்கி வரும் நூல்கள் யாவும் அவர்களாலேயே இயற்றப்பட்டன என்று கூறுவதற்கில்லை. பல்வேறு காலகட்டத்தில் வாழ்ந்தப் பல்வேறு சித்தர்களால் செய்யப்பட்டு, அவர்களே தம் நூலுக்குப் பெருமை சேர்க்கும் நோக்கத்துடன், அகத்தியர் முதலானோர் பெயரில் உலவவிட்டிருக்கலாம். அல்லது ஆசிரியர் யார் என்று அறிய முடியாத நிலையில் பிற்காலத்தார், அந்நூல்களை அகத்தியர் முதலானோர் செய்ததாகக் கருதி, அப்படியே வழங்கப்படுத்தியும் இருக்கலாம்.

சித்தர்கள் பற்றிய தகவல்கள்

சென்னை அரசினர் கீழ்த்திசைச் சுவடிகள் நூலகம், திருவனந்தபுரம் கீழ்த்திசைச் சுவடிகள் நூலகம், உ.வே. சாமிநாதையர் நூலகம், மதுரைத் தமிழ்ச் சங்கம், தஞ்சை சரசுவதி மகால் நூல் நிலையம் முதலியவற்றிலும் இன்னும் பல

தனியார்களிடத்தும் உள்ள சுவடிகளுள் சித்த மருத்துவம் பற்றிய சுவடிகளே மிகுதியாக உள்ளன என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கதாகும். எந்தவொரு சித்தருக்கும் முற்றிலும் நம்பகத்தன்மையான, ஆதாரபூர்வமான வரலாறு இல்லை என்பதே உண்மை நிலையாகும். ஆதாரபூர்வமான வரலாறோ, காரண காரியத்தோடு விளக்கப்பட முடியாத நிலைமையோ ஏற்படும்போது, வெறுமையாக விடப்படுவதில்லை. அந்த வெற்றிடத்தை நிரப்புவதற்குக் கட்டுக்கதைகள் தோன்றிவிடுகின்றன என்பதே வரலாற்று நிகழ்வாகும். எனவே வரலாறு கிடைக்காதவர்களைப் பற்றி வழங்கி வரும் கதைகளை உண்மை வரலாறு என மயங்குதலும் கூடாது; அதேபோல் அவற்றை வெறும் கட்டுக்கதை எனப் புறந்தள்ளவும் கூடாது. கட்டுக்கதை என்பது சம்பந்தப்பட்டவரது வாழ்வின் ஏதோவொரு புள்ளியை மையமாகக் கொண்டே பின்னப்பட்டிருக்கும். உருவகத்தன்மை வாய்ந்த அக்கதைகளின் புராணத் தன்மையை அலசி ஆய்ந்து, பகுப்பாய்வு (demythification) செய்து பார்த்தால் ஓரளவுக்கு வரலாற்றுத் தன்மையை அறியலாம். சித்தர்களைப் பற்றித் தெரியவரும் செய்திகளை வெறும் கட்டுக்கதை எனப் புறந்தள்ளினால், அவர்களைப் பற்றிக் கூற ஒன்றுமே இராது. எனவே அவர்களைப் பற்றித் தெரியவரும் செய்திகள் தனித்தனிக் கட்டுரைகளாகப் பதிவு செய்யப்பட்டுள்ளன.

9

அகத்தியர்

மரு. கு. கணபதி

முன்னுரை

அகத்தியர் சித்தர்கள் வரிசையில் முதலாமவராகக் கருதப்படுகின்றார். இவர் கும்பத்தில் தோன்றியவர் என்பதால் கும்ப முனி என்றும், குறுகிய வடிவுடையவர் ஆதலால் குறுமுனி என்றும் அழைக்கப்படுகிறார். இதுவன்றி வண்டமிழ் மாமுனி, கும்ம மாமுனி, சந்தநூல் தமிழ் தந்தவர், குறியோன், பைந்தமிழ் முனிவன், அறிவன், முத்தண்டமிழ் தேர்முனி, தமிழர் கோமான், ஆதிமுனி என்பன அகத்தியரின் வேறு பெயர்களில் சில. இவர் தமிழ் மொழிக்கு இலக்கணம் வகுத்தவர் என்று கருதப்படுகிறது.

அகத்தியர் வடக்கேயுள்ள இமய மலையிலே நடைபெற்ற சிவன்–பார்வதி திருமணத்திற்குச் சென்றிருந்ததாகவும், அப்போது பக்தர்கள் அனைவரும் அங்கே கூடிப் பருவத மன்னன் மகளாகிய பார்வதியம்மையைச் சிவபெருமான் திருமணஞ்செய்து கொள்ளுகின்ற காட்சியைக் காண்பதற்கு நின்றார்கள் என்றும், அக்கூட்டமிகுதியினால் பூமியின் வடபகுதி சிறிது சாய்ந்ததாகவும், அதனை ஈடு செய்யும் பொருட்டுச் சிவ பெருமானுடைய திரு ஆணையால் அகத்தியர் பூமியின் தென் பகுதியாகிய பொதிகை மலைக்கு வந்தார் என்றும் புராணம் கூறும். இது பூமி உருண்டையானது என்பதை அறியாத மக்கள் கூற்றென்று ஆய்வாளர் கூறுவர்.

தென் மதுரையிலே கூடியது தலைச்சங்கம். அச்சங்கத்திருந்தோர் சிவபெருமானாகிய இறையனார், முருகவேல், அகத்தியனார் என்று கூறப்படுகிறது. **அகத்தியம்** என்ற சொல்லுக்குப் பொருள் 'இன்றியமையாமை' என்பது. இவர் தமிழ்

இலக்கணத்தை முதன் முதலாக வகுத்ததாகக் கூறப்படுகிறது. அக்காலத் தமிழ் இலக்கணத்தை அறிந்து கொள்ளுவதற்கு இன்றியமையாதது (அகத்தியம்) குறித்து அக்காலப் பெரியார் இந்நூலுக்கு அகத்தியம் என்றும் அதனை ஆக்கியவர் 'அகத்தியர்' என்றும் பெயரிட்டு அழைப்பாராயினர். இவ்வகத்தியரே இடைச்சங்க காலத்திலும் இருந்தவராவார்.

சித்தர் திலகராகிய அகத்தியனார் பொதிகை மலைக்கு வந்து முருகப் பெருமானுக்குத் திருக்கோயில் கண்டு வழிபட்டு, இன்றும் அடியார்களுக்குத் திருவருள் பாலித்து வருகிறார் என்று நம்பப்படுகிறது. பொதிகை மலையின் உயர்ந்த சிகரம் 'அகத்தியர் மொட்டை' (மொட்டை – முடி – சிகரம் Peak) என்ற பெயருடன் திகழ்கிறது. அகத்தியர் மொட்டையில் தோன்றுகின்றப் பேராறு, பொதிகை மலையின் நடுவே விளங்குகின்ற 'வானதீர்த்தம்' என்ற இடத்தில் அருவியாக விழுந்து, மேலும் இறங்கி ஓடிவந்து பழைய பாபநாசம் என்ற இடத்திலும் அருவியாக இறங்கிப் பின்னும் ஓடிவந்து மலையின் அடிவாரத்தில் இறங்குகிறது. இவ் வடிவாரமே பாபநாசம். பழைய பாபநாசத்தில் முருகன் கோயிலும், அகத்தியர் கோயிலும் இருக்கின்றன. பாபநாசத்தில் மிகப் பெரிய சிவன் கோயிலும் இருக் கின்றது. அங்கிருந்து 10–கிலோமீட்டர் தூரம் கிழக்கே வந்தால் அம்பாசமுத்திரம் என்ற பேரூர் உள்ளது. அங்கும் அகத்தியனாருக்குப் பெரிய கோயில் உள்ளது.

அகத்தியர் இசையிலும் தேர்ச்சி பெற்றவராயிருந்தார் என்பதைக் கீழ்க்கண்ட கதையின் மூலம் அறியலாம். மன்னன் இராவணன் மிகவும் புகழ் பெற்ற இசைப் புலவனும் ஆவான். ஒருசமயம் இராவணன் பொதிகை மலைக்கு வந்து அகத்தியரோடு இசைபாடப் போட்டிபோட்டான். இசைத்தமிழிலும் வல்லவராகிய முனிவர் அகத்தியர் பெருமான் இராவணன் கையிலிருந்து வீணையை வாங்கி இன்னிசை பாடினார். அதனைக் கேட்டு மெய்மறந்து நின்றான் இராவணன்.

இசை ஒலி கேட்டப் பறவைகளும், விலங்குகளும், மரஞ்செடி கொடிகளும் கூடத் தம்மை மறந்து அசையாது நின்றன. அப்போது பொதிகை மலையும் உருகிவிட்டது. அகத்தியர் அந்த வீணையை உருகிநின்றப் பாறையினுள்ளே புகுத்தி, இராவணனை நோக்கி இசை பாடிப் பாறையை உருகச் செய்து தன் வீணையை எடுத்துக்கொள்ளுமாறு கூறிவிட்டார். இராவணேசுவரன் மிகுந்த அச்சத்தோடு அவருடைய திருவடிகளிலே விழுந்து கும்பிட்டுத் தன்னுடைய சிறுமையை மன்னித்தருளுமாறு வேண்டிநின்றான். அகத்தியர் மீண்டும் தம் வீணையை மீட்டிப்பாடி, இளகி நின்ற மலையிலிருந்து இராவணனுடய வீணையை எடுத்துத் தந்து, அவனை வாழ்த்தியருளினார். இராவணன் அவருடைய திருவடிகளில் பல முறை விழுந்து வணங்கிப் பின் இலங்கை சென்றான்.

அ. சாமி சிதம்பரனார் அவர்கள் தம்முடைய அகத்தியர் வரலாறு என்ற நூலில் சுமார் 37 அகத்தியர்கள் பல்வேறு காலங்களில் இருந்ததாகக் குறித்துள்ளார். அறிஞர் சுத்தானந்த பாரதி அவர்கள் மூன்றுக்கும் மேற்பட்ட அகத்தியர்கள் பல்வேறு காலங்களில் வாழ்ந்து, பல்வேறு இலக்கியங்களை இயற்றியுள்ளார்கள் எனக் குறிக்கின்றனர்.

ஏறக்குறைய இதே கருத்தை ரா. ராகவையங்கார் அவர்களும் கூறுகின்றார். இங்ஙனம் அறிஞர்கள் பலரும் கூறுவது உண்டு. அகத்தியர் பெயர் கொண்ட நூல்களை ஆராயின் அகத்தியர் என்ற பெயருடன் ஒன்றுக்கு மேற்பட்டவர்கள் இருந்திருத்தல் கூடும் என்பது உறுதியாகிறது. பிரமன் செய்த கும்பத்தில் தோன்றியவர் என்பதும், மித்திரன், ஊர்வசி மேல் மோகம் கொண்டு, வீரியத்தைக் கும்பத்திலிடத் தோன்றியவர் என்பதும், புலத்திய முனிவரின் சகோதரியாகிய உலோபா முத்திரை என்பவளை மணந்தவர் என்பதும், வில்லவன், வாதாபி என்னும் அரக்கர்களைக் கொன்றவர் என்பதும், கடலைக் குடித்து வற்றச் செய்தவரென்றும் இன்னும் இவைபோல்வனப் பலவும் பிற்காலத்தில் எழுந்த கதைகளாக இருக்கலாம். அகத்தியர் என்று ஒரு விண்மீன் உள்ளது. அதன் பயணப்பாதையைக் கொண்டு, அகத்தியரை மனிதராக உருவாக்கிவிட்டதாக ஓர் ஆராய்ச்சி உண்டு.

பல அகத்தியர் பற்றிய கருத்துகள் ஒன்றாகச் சேர்ந்து ஒரே அகத்தியருக்குச் சேர்ந்த சிறப்பாகத் தோற்றமளித்து மயக்குகின்றன. எது உண்மை, எது பொய், எந்தச் சிறப்பு எந்த அகத்தியரைச் சாரும் என்பது விளங்க முடியாத அளவு, அனைத்தும் கலந்து விட்டன.

கந்த புராண அசுர காண்டத்தில்

1. *அகத்தியப் படலம்*, 2. *கிரவுஞ்சப் படலம்*, 3. *விந்தம் பிலம்புகு படலம்*, 4. *வில்வலன் வாதாபி வதைப்படலம்*, 5. *காவிரி நீங்கு படலம்*, 6. *திருக்குற்றாலப் படலம்* என்னும் ஆறு படலங்களில் அகத்தியர் வரலாறும், செயல்களும் பெருமைகளும் விவரிக்கப் பெற்றுள்ளன. இவர் விதர்ப்ப நாட்டு மன்னனின் மகளாகிய உலோபா முத்திரை என்னும் கற்பரசியை மணந்து இல்லறத்திருந்தவராகக் கூறுவர். இவருடைய தவப்புதல்வரே புலத்தியராவார். புலத்தியரைத் 'திண்மை சான்ற சித்தன்' என்று சிறப்பித்துள்ளமையால் மகனுரைக்கும் தந்தை நலத்தை' என்பதற்கிணங்க, தந்தையைப் போல மகனும் பெருஞ்சித்தராய்த் திகழ்ந்திருக்கலாம்.

திரிபில் சிந்தையன், தீது நான்கிற்படா ஒருமை கொண்ட உளத்தன், நம்மன்பருள் பெரியன்' – எனச் சிவபெருமானால் புகழப் பெற்றவர் அகத்தியர் என

நூல்கள் கூறும். மேலே குறிப்பிட்ட வரிகளில் உண்மையான சித்தரின் இலக்கணமும் விவரிக்கப்பெற்றுள்ளதையும் காணலாம்.

'நீண்ட தமிழால் உலகை நேமியிலளந்தான்' என்றும், 'ஈசன் நிகராய் உலகு சீர்பெற இருந்தான்' என்றும் 'என்றுமுள தென்றமிழ் இயம்பி இசை கொண்டான்' என்றும் அகத்தியர் புகழ்ந்து பாராட்டப்பட்டுள்ளார்.

அகத்தியர் தம்மைத் தேடிவந்து வணங்கிய இராமபிரானுக்கு மனமுவந்து பல மந்திரங்களை அருளிச் செய்து தம்மிடமிருந்த தெய்வீகம் பொருந்திய வில்லையும், கணைகள் நிறைந்த அம்பறாத் தூணியையும் தந்தருளி, இராவணனை வெற்றி கொள்ள ஆசியும் வழங்கினார் என்பது **கம்பராமாயணம்** கூறும் அகத்தியருடைய பெருமையாகும். இவர் யோகப் பயிற்சியில் இறுதிப்படியாகக் கூறப்பெறும் சமாதி நிலையை அனந்தசயனம் என்னும் தலத்தில் எய்தியிருந்ததாக நூல்கள் கூறும். சில நூல்களில் கும்ப முனிவர் என்று தனிப்படக்கூறி அவர் சமாதி எய்திய இடம் திருக்குடந்தை அதாவது கும்பகோணம் எனக் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. இதனால் கும்பமுனி என்ற வேறொரு சித்தர் இருந்திருக்கலாமென்று எண்ண இடந்தருகிறது.

சித்தர்களுள் அகத்தியரின் பெயரில் வழங்கி வரும் நூல்களே மிகப்பலவாகும். உண்மையில் அத்துணை நூற்களையும் தனி ஒருவரே செய்திருக்க வாய்ப்பில்லை. காலந்தோறும் பல சித்தர்கள் தம் நூலுக்குப் பெருமை கிட்டும் என்ற எண்ணத்தில் அகத்தியர் செய்ததாகக் கூறியிருக்கலாம். அல்லது பல்வேறு காலங்களில் அகத்தியர் என்ற பெயரில் பல புலவர்கள் வாழ்ந்தும் இருக்கலாம். அல்லது பெயர் தெரியாத புலவர்களின் நூல்களைப் பிற்காலத்தார் பொதுவாக அகத்தியர் பெயரில் உலவவிட்டிருக்கலாம். எது எப்படியோ இன்று நமக்கு அகத்தியரின் பெயரில் வழங்கிவரும், அச்சேறியும், ஏறாமலும் இருக்கும் நூல்களின் தோராயமான பட்டியல் வருமாறு:

1. அகத்தியர் 1200
2. அகத்தியர் அகராதி
3. அகத்தியர் அனுபவ வைத்தியம்
4. அகத்தியர் அனுபோக சூத்திரம்
5. அகத்தியர் அறுசுவை நிகண்டு
6. அகத்தியர் அவிழ்த்த சாரம்
7. அகத்தியர் பாலவாகடம்
8. அகத்தியர் செந்தூரம் 300

9. அகத்தியர் எழுவகைத் தோற்றம்
10. அகத்தியர் குணவாகடம்
11. அகத்தியர் குருநாடி
12. அகத்தியர் குருநூல்
13. அகத்தியர் குருநூல் 60
14. அகத்தியர் குருநூல் முப்பு 50
15. அகத்தியர் குருநூல் வைத்தியம் 600
16. அகத்தியர் ஐந்து
17. அகத்தியர் ஐம்பதாயிரத்தில் சஞ்சீவி
18. அகத்தியர் ஐம்பது
19. அகத்தியர் கலைஞான சூத்திரம்
20. அகத்தியர் கலைஞான சூத்திரம் 1200 இல் வாத காண்டம்
21. அகத்தியர் கலைஞான சுருக்கம்
22. அகத்தியர் களங்கு 60
23. அகத்தியர் காமரூமி லேகியம்
24. அகத்தியர் கற்சுண்ணம்
25. அகத்தியர் கரிசால் 300
26. அகத்தியர் கர்மகாண்டம்
27. அகத்தியர் கர்மகாண்டம் 300
28. அகத்தியர் கர்மநிவர்த்தி நடு காண்டம்
29. அகத்தியர் கர்மநிவர்த்தி சூத்திரம்
30. அகத்தியர் கர்மசூத்திரம்
31. அகத்தியர் கர்ப்பக் கோள்
32. அகத்தியர் கர்ப்ப சூத்திரம்
33. அகத்தியர் கர்ப்பமுறை சூத்திரம்
34. அகத்தியர் கருக்கிடை சுருக்கம்
35. அகத்தியர் கருக்குரு 1000
36. அகத்தியர் கருமான சூத்திரம்
37. அகத்தியர் கட்டு வகைகள்
38. அகத்தியர் காயசித்தி வழலை சூத்திரம்

39. அகத்தியர் குளிகை
40. அகத்தியர் குளிர்ச்சி எண்ணெய்
41. அகத்தியர் குழம்பு
42. அகத்தியர் குழம்பு வகை வாகடம்
43. அகத்தியர் லேகிய வகை
44. அகத்தியர் மாந்திரீக நிகண்டு
45. அகத்தியர் முன் 80
46. அகத்தியர் முன்னூல் 80
47. அகத்தியர் முப்பத்தாறு
48. அகத்தியர் முப்பு
49. அகத்தியர் நாடி நிதானம்
50. அகத்தியர் நாடி பரீட்சை
51. அகத்தியர் நாடி வைத்தியக் குறிப்பு
52. அகத்தியர் நாலுகாண்டம் 1200
53. அகத்திய நாயனார் திரட்டு 80
54. அகத்திய நாயனார் வாகட வெண்பா
55. அகத்தியர் நேத்திர வாகடம்
56. அகத்தியர் நிகண்டு
57. அகத்தியர் நோயின் சாரம்
58. அகத்தியர் பச்சை
59. அகத்தியர் பச்சிலை மூலிகை
60. அகத்தியர் பாடல்
61. அகத்தியர் பலதிரட்டு
62. அகத்தியர் பற்பவகை
63. அகத்தியர் பற்பமும் செந்தூரமும்
64. அகத்தியர் பரிபாஷை
65. அகத்தியர் பரிபாஷை 5ஆம் காண்டம்
66. அகத்தியர் பரிபூரணம்
67. அகத்தியர் பரிபூரணம் 1200 (வைத்திய காண்டம்)
68. அகத்தியர் பதார்த்த குணாதிசய சூத்திரம் பதினாறு

69. அகத்தியர் பெருங்குழம்பு
70. அகத்தியர் பெருநூல் 1200
71. அகத்தியர் பெருநூல் முதற்காண்டம், இரண்டாங் காண்டம்
72. அகத்தியர் பிள்ளைப்பிணி வாகடம் 200
73. அகத்தியர் பின்னூல் 80
74. அகத்தியர் பூரண செந்தூரம்
75. அகத்தியர் பூரண காவியம்
76. அகத்தியர் பூரணம் 400
77. அகத்தியர் பூரண சூத்திரம்
78. அகத்தியர் பூரண திரட்டு
79. அகத்தியர் ரண வைத்தியம்
80. அகத்தியர் ரச குளிகை
81. அகத்தியர் ரச மணி
82. அகத்தியர் ரசவாத சூத்திரம்
83. அகத்தியர் ரத்தினச் சுருக்கம்
84. அகத்தியர் சஞ்சீவி
85. அகத்தியர் சப்த காண்டம்
86. அகத்தியர் சரக்கு 100
87. அகத்தியர் சரக்கு வைப்பு
88. அகத்தியர் சுருக்கம்
89. அகத்தியர் சூத்திரம்
90. அகத்தியர் சூத்திர வாதம்
91. அகத்தியர் சௌமிய சாகரம்
92. அகத்தியர் சௌமிய சாகர சுருக்கம்
93. அகத்தியர் தண்டகம்
94. அகத்தியர் தர்க்கம்
95. அகத்தியர் தர்க்க சாஸ்திரம்
96. அகத்தியர் தத்துவம்
97. அகத்தியர் திரட்டு 80
98. அகத்தியர் திரிபுவனக் கண்ணாடி

99. அகத்தியர் திராவக சூத்திரம்
100. அகத்தியர் தீட்சை நாடி சூத்திரம்
101. அகத்தியர் தீட்சை விதி 200 (மூதண்ட லேகியம்)
102. அகத்தியர் வாலை முப்பு 30
103. அகத்தியர் வாலை பரிபூரண வைத்திய நாடி சூத்திரம்
104. அகத்தியர் வாலை தீட்சை
105. அகத்தியர் வாலை வாகடம்
106. அகத்தியர் வாதம்
107. அகத்தியர் வாத சூத்திரம்
108. அகத்தியர் வாகடம்
109. அகத்தியர் வாகடம் வஜ்ஜிரகாயம்
110. அகத்தியர் வாகட சூத்திரம்
111. அகத்தியர் வாகட திரட்டு
112. அகத்தியர் வாகட வெண்பா
113. அகத்தியர் வாக்கியம்
114. அகத்தியர் வல்லாதி
115. அகத்தியர் வழலை
116. அகத்தியர் வைத்திய செந்தூரம் 300
117. அகத்தியர் வைத்திய சிந்தாமணி
118. அகத்தியர் வைத்திய கும்மி
119. அகத்தியர் வைத்திய பாடல்
120. அகத்தியர் வைத்திய பலதிரட்டு சூத்திரம்
121. அகத்தியர் வைத்திய பரிபூரணம் 400
122. அகத்தியர் வைத்திய பின்னூல்
123. அகத்தியர் வைத்திய ரத்தின சுருக்கம் 360
124. அகத்தியர் வைத்திய ரத்தின சுருக்கம் 360 (நாடி நிதானம்)
125. அகத்தியர் வைத்திய சதகம்
126. அகத்தியர் வைத்திய சரக்குப் பெயர் அகராதி
127. அகத்தியர் வைத்திய சாரம்
128. அகத்தியர் வைத்திய சூடாமணி

129. அகத்தியர் வைத்திய சுருக்கம்
130. அகத்தியர் வைத்திய சூத்திரம்
131. அகத்தியர் வைத்திய வாகடம்
132. அகத்தியர் வைத்திய வல்லாதி
133. அகத்தியர் வைத்தியம்
134. அகத்தியர் வைத்தியம் கர்மகாண்டம்
135. அகத்தியர் வைத்தியம் முன் 50
136. அகத்தியர் வைசூரி வாகடம்
137. அகத்தியர் வெண்கார மெழுகு
138. அகத்தியர் விஷபேதி வைத்தியம்
139. அகத்தியர் உதரக்கிரியை
140. அகத்தியர் உட்கரு சுருக்கம்
141. அகத்தியர் ஊழிக்கட்டு சூத்திரம்
142. அகத்தியர் அனுபவ வைத்திய முறை
143. அகத்தியர் அறுபத்து நாலு மூலிகை விபரம்
144. அகத்தியர் அசுவ வாகடம்
145. அகத்தியர் அட்டகர்ம மூலிகை வசீகரம்
146. அகத்தியர் அவத்தைக்குறி
147. அகத்தியர் ஔஷத முறை
148. அகத்தியர் பால சிகிட்சை
149. அகத்தியர் பேதி தைலம்
150. அகத்தியர் குரு செயநீர் 60
151. அகத்தியர் இந்திரஜால நிகண்டு 200
152. அகத்தியர் சோடசமாலை என்கிற அஷ்டாதி மாலை
153. அகத்தியர் கேசரி நூல் ஜாலத்திரட்டு
154. அகத்தியர் 12000
155. அகத்தியர் 5000
156. அகத்தியர் பட்சணி
157. அகத்தியர் பூஜாவிதி
158. அகத்தியர் வாத திறவுகோல் 48

159. அகத்தியர் வகாரத்திரய சூத்திரம் 200
160. அகத்தியர் வாக்கியம் – லேகிய வகை
161. அகத்தியர் வாக்கியம் – நெய் வகை
162. அகத்தியர் வாக்கியம் – சூரண வகை 50
163. அகத்தியர் அன்னசாரம் – தான்ய வர்க்கம்
164. அகத்தியர் அன்னசாரம் – ரச வர்க்கம்
165. அகத்தியர் அட்டவணை
166. அகத்தியர் சுவாமி காவிய நிகண்டு
167. அகத்தியர் சக்கர விதி
168. அகத்திய முனிவர் அருளிச் செய்த வைத்திய காவியம் 1500
169. அகத்திய முனிவர் அருளிச் செய்த அகண்டித அகராதி
170. அகத்திய முனிவர் அருளிச் செய்த அட்டகர்மம்
171. அகத்தீசுவரர் தீட்சைவிதி வைத்தியநூல்
172. அகத்திய நாயனார் அருளிச் செய்த சகல கலை ஞானம் 1200
173. அகத்தியர் பஞ்சபட்சி
174. அகத்தியர் வைத்திய கண்ணாடி.

10

திருமூலர்

மரு. கு. கணபதி

திருமூலர் என்ற பெயர் மூலங்கிழார், ஐயூர் மூலங்கிழார், மூலங்கீரனார், மாமூலன் என்பவர்களைப் போன்று மூல நட்சத்திரத்தில் பிறந்து "திரு" என்ற சிறப்பு சேர்ந்து திருமூலராயிருக்கலாம் என்று உணர்த்துவதாகக் கொள்ளலாம். "திரு" என்பது இலக்குமி, செல்வம், சிறப்பு, அழகு, ஒளி, தெய்வத் தன்மை எனப் பல பொருள் உடையதாயினும் தெய்வத்தன்மை வாய்ந்த பெருமகன் என்றும் மூல நட்சத்திரத்தில் பிறந்தவர் இவர் என்றும் கொள்ளலாம்.

கயிலாயத்திலிருந்து அகத்தியரைக் காண சிவயோகியார் ஒருவர் வருகையில், சிதம்பரத்துக்கு அண்மையில் திருவாவடுதுறையில் மாடு மேய்த்துக் கொண்டிருந்த மூலன் என்ற பெயருடைய இடையன் இறந்து கிடக்க, அதைக் கண்ட ஆவினங்கள் வருந்தி ஓலமிட்டதைக் கண்டு பொறாமல் தம் ஆவியை அவ்விடையன் உடலில் செலுத்தித் தாமே இடையன் உடலுடன் இயங்கி, மாடுகளை ஓட்டிக்கொண்டு அவ்வவற்றின் வீடுகளில் சேர்த்துவிட்டு எங்கும் நில்லாமல் சிதம்பரம் (தில்லை) கூத்த பெருமான் ஆலயத்தில் யோக சமாதியில் ஆழ்ந்திருந்து திருமந்திரம் 3000 எழுதியருளினார் என்பர்.

திருமூலர் மூவாயிரம் ஆண்டுகள் வாழ்ந்து, ஆண்டொன்றுக்கு ஒரு பாடல் விகிதம் எழுதியவர் என்பர். ஆனால் இதுவும் ஆராய்தற்குரியது. கிடைக்கின்ற சான்றுகளைக் கொண்டு ஆராயின் இவர் கி.பி. 6ஆம் நூற்றாண்டின் முற்பகுதியைச் சார்ந்தவராய் இருத்தல் கூடும் என்பது புலனாகிறது.

'கயிலாயத்தொரு சித்தர் பொதியில் சேர்வார்' எனப் **பெரியபுராணம்** குறிக்கும் தொடர் கொண்டு சிலர் கயிலங்கிரியாகிய இமயத்திலிருந்து வந்தவர் எனப் பொருள் கொள்வார்கள். திருக்கயிலை மரபில் வந்தவர் எனப் பொருள் கொள்வதே பொருந்தும். 'கயிலை வழியில் வந்தேன் எனத் திருமுலர் சொல்வது இதனையே குறிக்கும். கயிலை மரபு என்பது சிவன் சக்திக்குச் சாத்திர முறையை அருள, சக்தி நந்தி தேவருக்கு அருள, நந்தி தேவர் சனற்குமாரர் முதலியவருக்கு அருள, அவர் அதை மெய்கண்ட தேவர்க்கு அருள இங்ஙணமாக வந்தப் பரம்பரையாகும். இந்தக் கயிலை பரம்பரையில் வந்தவரே திருமூலர் ஆவார். புராண இதிகாசக் கதைகளைக் கொண்ட இலக்கியங்களின் குறிப்புகளைக் கொண்டு ஆராயின், இவரது காலம் மிகத் தொன்மையானது என்னும் எண்ணத்தைத் தரும்.

தமிழில் விளங்கும் தொன்மையான தந்திர சாத்திர நூலான **திருமந்திரத்தின்** பகுப்பு தந்திரம் என்னும் பெயருடன் அமைந்துள்ளது. ஒன்பது தந்திரங்களில், மூவாயிரம் பாடல்களில் ஆகமக் கருத்துகள் கூறப்பட்டுள்ளன.

'அகர முதலாய் அனைத்துமாய் நிற்கும்', 'தன்னையொப்பா யொன்றும் இல்லாத் தலைமகன்', 'மற்றது பற்றிற் பரமனைப் பற்றுமின்' எனவரும் **திருமந்திரத்** தொடர்கள் **திருக்குறளில்** வரும் அகர முதல எழுத்தெல்லாம் ஆதி பகவன் முதற்றே யுலகு' 'தனக்குவமை யில்லாதான் தாள் சேர்ந்தார்க் கல்லால்', 'பற்றுக பற்றற்றான் பற்றினை' ஆகிய பாடல்களை நினைவுபடுத்துவன. அங்ஙனம் சுமார் 29 பாடல்களில் ஒத்த கருத்தோ, சொற்களோ இடம் பெறுகின்றன. இங்ஙனமே 20 தலைப்புகள் ஒத்துக் காணப்படுகின்றன.

பொதுப் பாயிரம்

வான் சிறப்பு

முதல் தந்திரம்:

கொல்லாமை

புலால் மறுத்தல்

பிறன்மனை நயவாமை

நல்குரவு

அன்புடைமை

கல்வி

கேள்வி

கல்லாமை

கள்ளுண்ணாமை

நடுவு நிலைமை

இரண்டாம் தந்திரம்:

பொறையுடைமை

பெரியாரைத் துணைக்கோடல்

நான்காம் தந்திரம்:

துறவு

தவம்

ஏழாம் தந்திரம்:

கூடா ஒழுக்கம்

எட்டாம் தந்திரம்:

வாய்மை

புறங்கூறாமை

அவாவறுத்தல்

ஒன்பதாம் தந்திரம்:

ஊழ்

சிவன் கயிலை மலையில் திருமணம் செய்து கொண்டபோது வடக்கே தாழ்ந்து, தெற்கே உயர்ந்தது என்றதனால் பூமியைச் சமப்படுத்தத் தெற்கே அகத்தியரை அனுப்பினார் என்பது புராணக் கதை. இதற்குத் திருமூலர் தரும் விளக்கம் வேறு. வடக்கு, தெற்கு என்பன முறையே இடகலை, பிங்கலையைக் குறிக்கும். அகத்தியான(முக்கியமான) மூலாக்கினியால் குண்டலினியை எழுப்பி மேல் அனுப்பும் யோகப் பயிற்சியால் இரண்டும் சமப்படும்.

நடுவு நில் லாதிவ் வுலகஞ்சரிந்து
கெடுகின்ற தெம்பெரு மானென்ன ஈசன்
நடுவுள அங்கி அகத்திய நீ போய்
முடுகிய வையத்து முன்னி ரென்றானே

என்பது திருமந்திரப் பாடல்.

இதே போல இறைவன் நஞ்சுண்டு கண்டம் கருத்தான் என்னும் கதையின் உண்மையையும் விளக்குகிறார்.

கண்டங்கறுத்த கருத்தறி வாரில்லை
உண்டது நஞ்சென்றுரைப்பர் உணர்விலோர்

என்பது திருமந்திரப் பாடல். பிராணாயாமப் பயிற்சியால் விந்தினை மேலேற்றி, யோக மார்க்கத்தில் அமுதமாக மாற்றும் உட்பொருளைக் கூறுவன இவ்வரிகள்.

விந்தற்பனம், விந்துசயம் என இரண்டு பகுதிகளைத் திருமூலர் ஏழாம் தந்திரத்தில் கூறுகின்றார். நஞ்சின் இயல்பு அழிப்பது. அமுதின் இயல்பு நெடிது வாழ வைப்பது. விந்தை இழப்பது மெல்ல இறத்தல் ஆகும். இங்கு விந்து நஞ்சு எனக் கொள்ளப்படுகிறது.

இராமலிங்க அடிகளும் இறவாமைக்கு வழி கூறும் போது ஆகாரம் முக்கால், மைதுனம் அரை, நித்திரை கால், பயம் பூச்சியம் எனக் கூறியிருப்பது நோக்கத்தக்கது. இது இல்லறத்தார்க்குக் கூறியது. மூலாக்கினியால் அழிக்கும் இயல்புடைய விந்தினை வீணாக்காமல் மேலேற்றி அமுதமாக்கிப் பருகினால் நெடிது வாழ்தல் கூடும், உறுப்பு இளகும், உரோமம் கருக்கும், இதனை "தமுரிதாரணை" என்னும் பகுதியால் குறிக்கின்றார்.

இளகும் மேன இருளுள் கபாலமே – தி.ம. 829

கண்டம் கறுத்தல் என்பது இருளும் கபாலத்தைக் குறிப்பது.

இறுதியில் திருமூலர் தம் குறிக்கோளுக்கிணங்க அகத்தியரைக் கண்டு சில காலம் அவருடைய ஆசிரமத்தில் தங்கிவிட்டுத் தில்லைக்கு மீண்டும் வந்து அங்கு சமாதி புகுந்தார் என்பது தெரியவருகிறது.

இவர் காலங்கி நாதரைச் சீடராக ஏற்று அவருக்கு எல்லா சித்திகளும் கைவர அருளிச் செய்தார். காலங்கி நாதருடைய சீடர் போகர், போகர் திருமூலரைப் பாட்டன் என்று தம் நூலில் மிக்க உரிமையுடன், அன்புடன் உறவு கொண்டாடுவதைக் காணலாம்.

பின்வரும் நூல்கள் இவர் பெயரில் வழங்கி வருகின்றன. இவை யாவும் திருமந்திரம் செய்த திருமூலரே இயற்றினார் என்பது உண்மையன்று. பிற்காலத்தில் திருமூலர் என்ற பெயரில் வாழ்ந்தச் சித்தர்களால் இயற்றப்பட்டிருக்கலாம் அல்லது வேறு பெயர்களில் வாழ்ந்தச் சித்தர்களால் இயற்றப்பட்டு, திருமூலர் என்ற பெயரில் வழக்கத்திற்கு கொண்டு வந்திருக்கலாம். பட்டியல் வருமாறு:

1. திருமூலர் எட்டு
2. திருமூலர் ஐந்நூறு
3. திருமூலர் குணவாகடம்
4. திருமூலர் கர்ப்ப உற்பத்தி
6. திருமூலர் கனவு நூல்
7. திருமூலர் நாடி சூத்திரம்
8. திருமூலர் பாடல் 8
9. திருமூலர் சொச்ச சூத்திரம்
10. திருமூலர் சூத்திரம்
11. திருமூலர் சூத்திரத் திரட்டு
12. திருமூலர் சூத்திரம் 50
13. திருமூலர் சூத்திரம் 800
14. திருமூலர் சூத்திரம் 1016
15. திருமூலர் தண்டகம்
16. திருமூலர் வாலை தீட்சை
17. திருமூலர் வாத சூத்திரம் 300
18. திருமூலர் வாகடம்
19. திருமூலர் வகார சூத்திரம்
20. திருமூலர் வகார திராவியம்
21. திருமூலர் வைத்தியம்
22. திருமூலர் வைத்திய முறை வசனம்
23. திருமூலர் 120
24. திருமூலர் திருமந்திரம் 1000
25. திருமூலர் வகார உபதேசம் 200
26. திருமூலர் உதிரக்கட்டு காஷாயம்
27. திருமூலர் சட்ட வர்க்கம்
28. திருமூலர் தத்துவம்
29. திருமூலர் வாரத்திரயம்

30. திருமூலர் ஆயுத வர்க்க நூல்
31. திருமூலர் கிரந்தி எண்ணெய்
32. திருமூலர் ஞானசுருக்கம்
33. திருமூலர் குருமுறை
34. திருமூலர் குளிகை
35. திருமூலர் நடாந்த குறிப்பு
36. திருமூலர் நாடி அந்தாதி
37. திருமூலர் நவரத்ன சிந்தாமணி
38. திருமூலர் நிகண்டு
39. திருமூலர் சிவயோக தீட்கை
40. திருமூலர் சௌமிய சாகரம்
41. திருமூலர் தம்பனக் குளிகை
42. திருமூலர் தீட்சா விதி
43. திருமூலர் நாடி இருப்பு.

11

போகர்

மரு. கு. கணபதி

போகர் சீன நாட்டைச் சேர்ந்தவர் எனச் சொல்லப்படுகிறது. மண்பானை முதலியவை செய்யும் தொழிலர். இவர் காலாங்கி நாதருக்கு மாணாக்கர். இவர் புத்த சமயத் துறவி. சீனயாத்ரிகராக நம் நாட்டுக்கு 1600 ஆண்டுகளுக்கு முன் வந்து புத்தகயா, பாடலிபுத்திரம் முதலான இடங்களைத் தரிசித்துத் தமிழ்நாட்டுக்கு வந்தவர். இவர் பல நாடுகளைச் சுற்றி, பலப்பல மொழிகளைப் பயின்று மேலும் அந்தந்த நாட்டின் சிறந்த கலைகளைப் பயின்று தேர்ச்சி பெற்றவர். தென்தமிழ் நாட்டில் சோழ பாண்டிய நாடுகளுக்குச் சென்று பல காலம் தங்கித் தாம் அறிந்தவற்றைப் பல சீடர்களுக்குக் கற்பித்தும், தாம் அறியாதவற்றைத் தக்க ஆசான்களிடம் பயின்றும் வந்துள்ளதாகத் தெரிகிறது. இவரிடம் மருத்துவம் முதலான கலைகளைக் கற்ற மாணவர்கள், அவற்றைத் தமிழ்ப் பாடலாக இயற்றிப் "போகர் நூல்" என்று பெயர் சூட்டி வழிவழியாகப் பற்பல அனுபவ முறைகளை அவற்றுடன் கூட்டி நூலைப் பெருக்கி வந்தனர். பின்னர் அச்சிடப் புகுந்தோர் அவை யாவற்றையும் திருத்தியும், மாற்றியும், கூட்டியும், குறைத்தும் அப்பழைய நூல்களை அடியோடு மாற்றி விட்டனர் என்பர்.

போகர் நூல்களின் வாயிலாக இவருடைய பாட்டனார் திருமூலனார் என்றும் இவருடைய ஆசான் காலங்கி நாதர் என்பதும் அறியக் கிடக்கின்றது. இவருடைய ஆசான் எனப்பட்ட காலங்கி நாதரும் சீன நாட்டைச் சேர்ந்தவர் என்பது சில நூல் கருத்து. இவருடைய புதல்வரே கொங்கணச் சித்தர் என்பதும், இவருடைய சீடர் புலிப்பாணி என்பதும் பல நூல்கள் வாயிலாக அறியப்படுகிறது.

இவருக்கு மாணாக்கர் கொங்கணர், கருவூர்த்தேவர், சுந்தரானந்தர், மச்சமுனி, நந்தீசர், இடைக்காடர், கமலமுனி, சட்டைமுனி முதலியவராம். திருமாளிகைத் தேவரும் இவருடைய மாணவரே என்பர். இவரை அகத்தியரின் மாணவர் என்றும் கூறுவர். போகர் 7000 என்னும் நூலில் இவர் காலங்கி நாதரின் மாணவர் என்பது புலனாகிறது.

இவர் பல ஆண்டுகாலம் தம் சீடருடன் பழநியில் தங்கியிருந்து பல சித்து விளையாடல்கள் புரிந்துள்ளதாகவும், அக்காரணம் பற்றியே பழநிக்குச் 'சித்தன் வாழ்வு' என்னும் பெயர் உண்டாயிற்றென்றும் செவிவழிச் செய்தி நிலவி வருகிறது.

இவருடைய மருத்துவ வல்லமையைக் காட்ட வேண்டிப் பல பாடாணங்களையும் ஒருங்கு கூட்டி நீர், நெருப்பு முதலியவைகளுக்குக் கரைந்தும், புகைந்தும், உருகியும், ஆவியாகியும் போகாதவாறு திண்மையுறக்கட்டி, அக்கட்டைக் கொண்டே ஒரு பாலதண்டாயுதபாணி சுவாமி திருவுருவச் சிலை செய்து வைத்தார் என்றும், அந்தப் படிவம் தற்போது பழநி மூலவராய்ப் பிரதிட்டை செய்யப்பெற்று, இன்றும் நிலைத்து, ஆன்ம கோடிகளுக்கு அருட்சுரந்து வருவதாகவும் கூறப்படுகிறது.

போகர் உலகிலுள்ள பல நாடுகளுக்கும் சென்றுள்ளது போலச் சீன நாட்டுக்குப் பலமுறை சென்றிருந்தாரேயன்றி அவர் அந்த நாட்டவர் என்பது முற்றிலும் தவறானதாகும் எனக் கொள்ளுமாறும் உள்ளார். ஏனெனில் போகருடைய சமாதி பழநியில் இருப்பதாலும் அச்சமாதிக்கு இன்னும் பூசை நடந்து வருவதாலும் இவரைச் சீன தேயத்தவர் என்று கூறுவது பொருந்தாது.

இவருடைய சமாதிக்கு இன்றும் 'புலிப்பாணி சாமியார்' என்னும் ஒருவர் வழிவழியாக வழிபாடும் தொண்டும் செய்து வருவது குறிப்பிடத்தக்கது. எனவே இவருடைய சீடரே புலிப்பாணி என்பது வலியுறுத்தப் பெறுகிறது.

போகரின் சீடர் புலிப்பாணி வழிவந்த குயவர் குடியினரே பழநிக் கோயிலில் பூசை செய்து வந்தனர். மதுரை மன்னர் திருமலை அவர்களின் தளவாய் பழநி சென்றபோது, இதைக் கண்டு பொருத்துக்கொள்ள முடியாமல், கொடுமுடி, நாமக்கல், கரூர் ஆகிய ஊர்களிலிருந்து 5 அந்தணர் குடும்பங்களைப் பூசைக்கு அமர்த்தினார். (பழநித் தலபுராண நூலில் உள்ள பட்டயம் காண்க).

டாக்டர் இன்ஸ்லி (Dr. Ainsle) என்பவர் தம் நூல் ஒன்றில் பல்வேறு மருந்து தயாரிப்புப் பற்றி போகர் பாடிய நூல்களாக **போகர் யோக மார்க்கம், போகர் எழுநூறு, போகர் திருமந்திரம், போகர் நிகண்டு** ஆகிய நான்கு நூல்களையும் குறிக்கின்றார்.

கி.பி. முதல் நூற்றாண்டின் பிற்பகுதியில் போ (Fo) அல்லது போகி (Fohi) என்று ஒருவர் சீனாவுக்குச் சென்று புத்த மதத்தைப் பரப்பினார் என்று கூறப்படுகிறது. அவர்தான் இப்போகர் என்னும் கருத்தும் நிலவி வருகிறது. இக்கருத்தை வலியுறுத்தும் வேறு கருத்து இல்லையாதலால் இது சிந்தனைக்குரிய எண்ணமே.

தஞ்சை பிரகதீஸ்வரர் கோயிலின் விமானத்திலுள்ள கபாலக் கல்லின் சிற்ப வேலை முடிந்ததும் தலைமைச் சிற்பி இறந்தமையால் நெடுங்காலமாகக் கோயிலின் விமானக் கபாலக்கல்லை ஏற்ற வகையறியாது தயங்கிய சிற்பிகளுக்குப் போகர் தன் சீடர் மூலமாகப் பஞ்சு மூட்டைகளை உபயோகித்து மேலே ஏற்றும் உபாயத்தை கூறினர் என்பது வரலாறாகும். பிரகதீஸ்வரர் கோயில் கட்டப்பட்ட காலம் பத்தாம் நூற்றாண்டாகும். எனவே போகரின் காலத்தை இக்காலத்தை ஒட்டியதாகக் கொள்ளவே வாய்ப்பிருக்கிறது.

மேலும் நாகப்பட்டினத்துப் புது வெள்ளிக் கோபுரத்துச் சக்கரத்தை நிறுத்தி, அக்கோபுரத்துள்ளே வைக்கப்பட்டு நெடுங்காலமாகக் கிடந்த பொற்குவையை எடுக்கும் வகை தேர்ந்துகொள்ளப்படாதிருந்தது. இந்நிலையில் வாழைத்–தண்டையிட்டு சக்கரத்தை நிறுத்திப் பொற்குவையை எடுத்து ஏழ்மதில் திருப்பணி நடைப்பெற்றது என்னும் செய்தியும் உள்ளது.

போகர் நிகண்டில் திருமூலர், காலங்கி ஆகிய சித்தர்கள் குறிக்கப்படுவதால், இவர் அவர்கள் வாழ்ந்த ஆறாம் நூற்றாண்டில் வாழ்ந்தவராக இருக்கக் கூடும் என்ற கருத்தும் உண்டு. இவர் பெயரில் **போகர் கருக்கிடை நிகண்டு 1200, யோகம் 700** முதலான வேறு நூல்களும் கிடைக்கின்றன. போகர் இயற்றியதாக கூறப்பெறும் **போகர் எழுநூறு, போகர் ஜனன சாகரம்** என்னும் நூல்கள் உண்மையில் போகர் இயற்றியது அல்ல என்ற கருத்தும் நிலவுகிறது. ஆனாலும் **போகர் – 700**இல் அந்நூலாசிரியர் "விதமுற்ற போகரிஷி எனக்குச் சொன்னார்" என்றமையால் போகர் கூறியதால் அவரது சீடர்களால் எழுப்பப்பட்டன எனவும் கொள்ளலாம்.

போகர் பெயரில் வழங்கி வரும் நூல்கள் பின்வருமாறு:

1. போக முனிவர் வைத்தியம் 700
2. போக நாயனார் 762
3. போக நாயனார் 2ஆம் காண்டம்
4. போக நாயனார் நிகண்டு
5. போக நாயனார் சூத்திரம்
6. போக நாயனார் வழலை சூத்திர வெண்பா 20

7. போகர் வெண்பா
8. போகர் வெண்பா வைத்தியம்
9. போகர் வெண்பா யோக நூல்
10. போகர் 7000
11. போகநாதர் சரக்கு வைப்பு 700
12. போகர் ஆறாதாரக் கட்டளை
13. போகர் கன்ம சூத்திரம் 9
14. போகர் காரச் சுண்ணம்
15. போகர் கர்ப்ப விதி
16. போகர் காயகற்பம்
17. போகர் 4ஆம் காண்டம்
18. போகர் நவரத்தின வைப்பு சூத்திரம்
19. போகர் நிகண்டு
20. போகர் பச்சிலை மூலிகை வைத்தியம்
21. போகர் ஜெனன சாகரம்
22. போகர் சூத்திரம்
23. போகர் வாத சூத்திரம்
24. போகர் வழலை வெண்பா
25. போகர் நிகண்டு அட்டவணை
26. போக நாதர் ஷோடச சூத்திரம்
27. போகர் திரட்டு
28. போகர் வாதகாண்டம்
29. போகர் பூஜாவிதி
30. போகர் சூலைத்திறம்
31. போகர் அட்டகர்ம யோகம்
32. போகர் ஞானம்
33. போகர் சிகிச்சை வெண்பா
34. போகர் நட்டிரரோக தைலம்

35. போகர் சரக்கு வைப்பு
36. போகர் பரங்கி பாஷாண வைப்பு
37. போகர் சுடலை சூத்திரம்
38. போகர் உலோக நிதி
39. போகர் உபரச நிகண்டு
40. போகர் வேதாந்த சூத்திரம்
41. போகர் வைத்திய சூத்திரம்
42. போகர் கருக்கிடை நிகண்டு 1200.

12

புலிப்பாணி

மரு. கு. கணபதி

புலிப்பாணி போகரின் சீடர்களில் ஒருவர். பழநிமலை மீதுள்ள முருகனுக்கு ஒரு புலியின் மீதேறி ஒரு குடம் நீர் எடுத்துச் சென்று நீராட்டுவித்த காரணத்தால் 'புலிப்பாணி' என்ற காரணப் பெயர் அமைந்ததாக இவருடைய நூல் வாயிலாக அறியலாம். பழநிமலையிலுள்ள போகர் சமாதிக்கும், போகர் வைத்துப் பூசித்ததாகக் கூறப்படும் சிவலிங்கத்துக்கும் பூசை செய்து வருபவருக்கும் 'புலிப்பாணி சாமியார்' என்ற பெயர் இப்போதும் வழங்கி வருகிறது.

புலிப்பாணி இயற்றியதாகக் கூறப்படும் நூல்கள் யாவும் திரட்டு நூல்களே. புலிப்பாணி சீன நாட்டவர் என்பதும் இவர் போகரோடு சீன தேசத்திலிருந்து வந்து, தமிழ் நாட்டிலேயே தங்கியவர் என்றும் கூறப்படுகிறது. இவரை வைத்தியம் ஜாலவித்தைகளில் வல்லவர் என்பர். வைத்திய சாஸ்திரத்தில் 500 செய்யுளும், பலதிரட்டில் 100 செய்யுளும், ஜாலத்திரட்டில் 200 செய்யுளும் உள்ளன. ஜாலத்திலே கண்கட்டு வித்தை, பச்சைப் பாம்பு வித்தை, மாம்பழ ஜாலம் ஆகிய ஜாலங்கள் பாராட்டப்படுகின்றன.

இவர் புலியை நட்பாக்கிக் கொண்டு ஜலத்தை திரட்டிக் கையில் கொண்டதால் இப்பெயர் பெற்றார் என்பது இவர் பெயர் கொண்டு கட்டப்பட்ட கதை. ''பாணி'' என்பது ''பாதம்''. புலியைப் போல பாதத்தோடு விளங்கியவர் என்பது இதன் பொருள். வியாக்கிரபாதர் என்ற பெயரோடு விளங்கியவரே இச்சித்தர் ஆகும். ஒன்று தமிழ் பெயர் மற்றொன்று அப்பெயரின் வடமொழியாக்கம்.

இவர் பொழுது விடிவதன் முன்னர் வண்டின் எச்சில் படாத பூக்களைப் பறிப்பதற்காக பூமரம் ஏறுவதற்கு வாய்ப்பாக புலியின் பாதத்தோடு விளங்கியவர் ஆதலால் இப்பெயர் பெற்றார் என்பது சித்தர் மத்தியில் உலவி வரும் கருத்து.

இவரது ஆசிரியரான போகரும், இவரும் பழநிமலை அடிவாரத்தில் வைகாவூரில் வாழ்ந்தனர் என்பது கொங்கு மண்டல சதகம் 36ஆம் பாட்டால் தெரிகின்றது.

இவர் பெயரில் வழங்கி வரும் நூல்கள் வருமாறு:

1. புலிப்பாணி கற்ப உற்பத்தி
2. புலிப்பாணி பாடல்
3. புலிப்பாணி பலதிரட்டு 100
4. புலிப்பாணி வைத்தியம் 150
5. புலிப்பாணி வைத்தியம் 500
6. புலிப்பாணி வைத்திய சூத்திரம் 300
7. புலிப்பாணி ஜாலம்
8. புலிப்பாணி தீட்சை
9. புலிப்பாணி மரண வைத்தியம்
10. புலிப்பாணி 500
11. புலிப்பாணி சாந்திமுறை
12. புலிப்பாணி வன்மவிதி
13. புலிப்பாணி மாந்திரீக வைத்தியம்
14. புலிப்பாணி சிதம்பர பூசாவிதி.

13

கொங்கணர்

மரு. கு. கணபதி

கொங்கணர் போகருடைய திருமகனாகவும் அவருடைய மாணவராகவும் இருந்தார். இவர் சேர நாட்டுக்கு வடபாலுள்ள கொங்கண நாட்டின் மாதரசிக்கு போகருடைய அருளால் தோன்றியவர் என்பது தந்தை போக நாதர், என்று கூறுவதால் அறியலாம். இவர் பளிக்கிச் சாதியார். இவர் வீரட்டகாசமூர்த்தியின் சிரத்தில் தமது குளிகையை வைக்க, அச்சிவலிங்க மூர்த்தம் அக்குளிகையை நீறாக்காது மறைத்ததால் அச்சிவ மூர்த்தியைப் பூசித்துத் திரும்பவும் குளிகையைப் பெற்றவர்.

இவர் திருமழிசை ஆழ்வாரிடம் சென்று ரஸகுளிகை ஒன்று கொடுத்து இது காணி கோடியைப் பேதிப்பது என்று கூற, ஆழ்வார் தம் தேகத்து அழுக்கை உருட்டி இது காணி கோடியாக்கும் என்று கொடுத்தனர். சித்தர் அதைப் பரிசோதித்து அறிந்து களிப்புற்று ஆழ்வாரிடம் நட்பு கொண்டனர். இவர் கோயம்புத்தூருக்கு அருகில் இருந்ததாகக் கூறுவர். கொங்கணர் பெயரால் வழங்கும் செவி வரலாறு ஒன்று வருமாறு: “கொங்கணர் என்ற சித்தர் ஒரு சமயம் தவம் இருக்கும் போது தம்மீது எச்சமிட்ட கொக்கினைச் சினந்து நோக்க, அக்கொக்கு உடனே எரிந்து சாம்பலாகி விட்டது. அவர் தம்முடைய வித்தையைத் தாமே வியந்து தருக்குக் கொண்டிருந்தார். “தருக்கால் சித்தன் திறம் அழியும்” என்பதைத் தம் ஆணவத்தால் மறந்தார் போலும். சில நாள் சென்ற பின் வழக்கம் போல ஒரு வீட்டின் முன் நின்று பிச்சை கேட்டார். அவ்வீடு திருவள்ளுவருடையது என்பதை அவர் அறியவில்லை. கொழுநன் பணிவிடையில் ஈடுபட்டிருந்த வாசுகி அம்மையார் சிறிது காலந்தாழ்த்திப் பிச்சையிட்டார். கொங்கணர் பிச்சையைக் காலந்தாழ்த்தியிட்டமை காரணமாக அவ்வம்மையைச் சினந்து நோக்கினர். ஆனால் அம்மையாரின் கற்புத்தீயை இவர் பார்வை ஒன்றும் செய்யவில்லை.

தம்மைக் கோபத்தால் பார்த்த அவ் ஆடவனை எள்ளிப் பார்த்துக் குறுநகையுடன் "கொக்கென்று நினைத்தனையோ கொங்கணவா" என்று கேட்டார் வாசுகி அம்மையார். இதனைக் கேட்ட கொங்கணர் தம்மை விட சித்தியில் மேம்பட்ட நங்கையின் திறம் கண்டு நாணித் தான் கொண்ட செருக்கினைக் கண்டு வருந்தினார் என்பதாகும். இவ்வரலாற்றில் கூறப்பட்ட திருவள்ளுவர் காலத்தால் பிற்பட்டவராகலாம்.

இவர் கொங்கு நாட்டைச் சேர்ந்தவராக இருக்கலாம் ஆதலின் இப்பெயர் பெற்றிருக்கக் கூடும். இவர் பெயரில் வழங்கும் நூல்கள் வருமாறு:

1. கொங்கணர் துரிசிகுரு 31
2. கொங்கணர் வாத முறை
3. கொங்கணர் வாத விளக்கம்
4. கொங்கணர் வாதம்
5. கொங்கணர் வாகட முக்காண்டம்
6. கொங்கணர் வாகடம் முதற்காண்டம்
7. கொங்கணர் வகார சூத்திரம் 50
8. கொங்கணர் வாக்கிய கர்ப்ப சூடாமணி
9. கொங்கணர் வாக்கியம்
10. கொங்கணர் பூஜா விதி
11. கொங்கணர் தீட்சை விதி
12. கொங்கண நாயனார் பாடல்கள்
13. கொங்கண நாயனார் செய்த சூத்திரம்
14. கொங்கணர் கடைக்காண்டம்
15. கொங்கண தேவர் ஐந்நூற்றிரட்டு
16. கொங்கண நாதர் சூத்திரம்
17. கொங்கண நாயனார் 500
18. கொங்கண நாயனார் பிராணோற்பத்தி லயம்
19. கொங்கண நாயனார் சூத்திரம் 40
20. கொங்கண நாயனார் 100
21. கொங்கண நாயனார் வழலை சூத்திரம் 40
22. கொங்கணர் ஐந்நூல் திரட்டு

23. கொங்கணர் ஐந்நூற்றில் முதற்காண்டம்
24. கொங்கணர் 500 கர்ப்ப விபரம்
25. கொங்கணர் கடைக்காண்ட சூத்திரம் 60
26. கொங்கணர் கடைக்காண்ட சூத்திரம் 61.
27. கொங்கணர் கடைக்காண்ட சூத்திரம் 500
28. கொங்கணர் கடைக்காண்டம் 1000
29. கொங்கணர் கர்ப்ப உற்பத்தி
30. கொங்கணர் கர்ப்ப விதி
31. கொங்கணர் கர்ப்பம் 100
32. கொங்கணர் கர்ப்பம் 110
33. கொங்கணர் கரு அமைப்பு அகவல்
34. கொங்கணர் கரு சாஸ்திரம் 21
35. கொங்கணர் முப்பு தீட்சை
36. கொங்கணர் முப்பு தீட்சை 40
37. கொங்கணர் நடுக்காண்டம்
38. கொங்கணர் நூல் முதல் காண்டம் 1000
39. கொங்கணர் நூல் இரண்டாங் காண்டம்
40. கொங்கணர் சரக்கு 100
41. கொங்கணர் சரக்கு வைப்பு 100
42. கொங்கணர் சரக்கு வைப்பு 101
43. கொங்கணர் சூத்திரம்
44. கொங்கணர் தண்டகம்
45. கொங்கணர் அதிசய சூத்திரம்.

14

மச்சமுனி

மரு. கு. கணபதி

இவர் மச்ச தேயத்தைச் சேர்ந்தவர். அத்தேயத்தை விராடபுரம் என்பாரும் உண்டு. இவர் பரதவர் குலத்தவர் (செம்படவர்) என்று சிலர் கூறுவர். இவர் அகத்தியர் காலத்தவர் என்றும் கூறுவர். ரசவாத வித்தையிலும், ஞான நூலிலும் தேர்ந்தவர் என்றும் போகரின் மாணாக்கர் என்றும் கூறுவர். இவர் திருப்பரங்குன்றில் சமாதி கூடியுள்ளார் என்றும், திருவானைக்கா, மயிரேசகர் என்னும் தலங்களில் சமாதி பெற்றார் என்றும் நூல்களில் காணப்படுகிறது.

கடற்கரையில் சிவமூர்த்தி பார்வதியாருக்குத் தாரக மந்திரம் உபதேசிக்கையில், அவளுக்கு நித்திரை உண்டாக அம்மந்திரத்தை மீன் வயிற்றிலிருந்த பிள்ளை கேட்டு மனித உருவாகி வெளியே வந்தது. அதைக் கண்ட சிவமூர்த்தி அதற்கு மச்சேந்திரனென்று பெயர் கொடுத்தனர். மச்சேந்திரருடைய மாணவர் கோரக்கர். மச்சேந்திரர் கோரக்கருடன் கூடி ஓர் அக்கிரகாரத்தில் வந்து ஓர் பார்ப்பினி வீட்டில் பிச்சை கேட்க, அவள் ஒரு வடை கொடுக்க, வடையை கோரக்கர் மச்சேந்திரருக்குக் கொடுத்தனர். அதை உண்ட மச்சேந்திரர் அதன் ருசியை எண்ணி மறுநாளும் அவ்வடையே வேண்டும் என்று கேட்க, கோரக்கர் அப்பார்ப்பினியிடம் போய்ப் பிச்சை கேட்க, அவள் தானியம் கொண்டு வந்து இட, கோரக்கர் அதை மறுத்து வடை வேண்டுமென்றனர். பார்ப்பினி இல்லை என்று மறுத்தும், பிடிவாதமாய்க் கோரக்கர் வடையே வேண்டுமென்றனர். அப்பார்ப்பினி "உம் கண்ணைக் குரு கேட்டால் கொடுப்பீரோ அது போல் இல்லாதது கேட்கின் எவ்வகை தரல்கூடும், அங்ஙனம் தருவீரேல் வடை தரலாகுமென்று சொன்னாள். உடனே கோரக்கர் தமது கண்ணைப் பெயர்த்து அவருக்குக் கொடுப்பதை உமக்கும் கொடுக்கிறேன் என்று கொடுக்கப் பார்ப்பினி பயந்து நெய்யில் வடைசெய்து கொடுக்கக் கொணர்ந்து குருவின் முன்

வைத்தார். மச்சேந்திரர் இவரை நோக்கி, உன்னொரு கண் எவ்வாறு நீங்கியதென, கோரக்கர் வரலாறு கூறக்கேட்டு இவரது உறுதிக்கு உள் மகிழ்ந்து கண்ணளித்தார். பின்பு மச்சேந்திர நாதர் மலையாளமடைய பிரேளமா என்பவள் இவரைத் தன் வசப்படுத்தி, இவரிடம் இன்பம் அனுபவித்திருக்கும் நாளில் இவளுக்கு 'மீனநாதன்' என்று ஒரு புதலவன் பிறந்தான், மச்சேந்திரர் இவளுடன் இன்புற்றிருக்கையில், என்னைக் கோரக்கன் அழைத்துச் செல்ல வருவான் என்று கூறக்கேட்டு, வருத்தமுடையவளாய் மந்திரிகளை நோக்கி, நம் நாட்டுக்குள் துறவிகள் யாரும் அணுகவொட்டாமல் தலை துமிக்கவெனக் கூறினாள். அவ்வாறு காத்துவரும் காலத்தில், ஒரு நாள் கோரக்கர் ஆசிரியரை அழைத்து வர மலையாளம் வந்து ஒரு வீட்டில் பிச்சை கேட்க, அவ்வீட்டிற்குரியர் இவரது அழகைக் கண்டு இரக்கமுடையவராய் அந்நகரத்தின் செய்தி கூறினர். இதனால் கோரக்கர் அஞ்சி ஒரு மரத்தின் நிழலில் சமயம் பார்த்திருக்கையில், கூத்தாடிகள் அவ்விடம் வந்து துயரத்துடன் இருத்தல் கண்டு, அவர்களை ஏன் வருந்துகின்றீரெனக் கேட்க, நாங்கள் இந்நகரத்தரசரிடம் பரிசு பெறலாமென்று வந்தோம். மத்தளம் முழக்குவோன் நோய் கொண்டனன், என் செய்வோமென கோரக்கர் நான் மருந்தளிக்கின்றேன். நீவிர் வருக என்று அவருடன் சென்று மத்தளம் கொட்டுகையில், மத்தளத் தொனியால் கோரக்கனென்று அறிந்த மச்சேந்திரர் தமது நாயகிக்குக் கூற, அவள் வருந்தியிருக்கும் காலத்தில் கோரக்கர் மச்சேந்திரரை அழைத்தனர். மச்சேந்திரர், நாயகியையும், குமாரனையும் நீங்க மனமில்லாமல் ஒருநாள் தன் நாயகியுடன் படுத்துறங்குகையில், குழந்தை அணையில் மலோபாதைச் செய்ய, மச்சேந்திரர் கோரக்கரை அழைத்துக் குழந்தையை நீரில் அலம்பி வா என்றனர்.

கோரக்கர் குழந்தையை எடுத்துப் போய் ஆற்றிலம்பிக் கல்லில் மோதி வெயிலிலுலர வைத்தனர். பின் மச்சேந்திரர் மீனநாதன் எங்கென்று வினவ, நீரில் துவைத்து வெயிலிலும் உலர வைத்தேன் என்று உரைத்ததும், மச்சேந்திரரும், தேவியும் வாயிலும் வயிற்றிலும் அறைந்து கொண்டு அழுதனர். மச்சேந்திரர் கோரக்கரை நோக்கி, மீனநாதனை அழைத்துவா என்றதும், இவர் கல்லின் மேல் துவைத்ததால் சிதறிய துகளெல்லாம் 108 மீனநாதனாய் எதிர்வந்து நின்றன. இவர்களைக் கண்ட தாய் என் வயிற்றில் பிறந்த மீனநாதன் எவன் என்ன, 108உம் ஒன்று சேர்ந்து ஒரு குழந்தையாக இணைந்தனர். பின் கோரக்கர் மச்சேந்திரரை அழைக்க, மச்சேந்திரர் இவனுடன் செல்லாதிருக்கில் இன்னும் விபரீதம் விளைவிப்பானோ என்று மனைவியிடத்து விடை கொண்டு புறப்படுகையில் மனைவி வழியில் செலவிற்கு என்ன செய்வார் எனக் கோரக்கர் அறியாது ஒரு பொற்பாள தத்தினை ஜோலியிலிட்டு அனுப்பினாள். இருவரும் வழிச் செல்லுகையில் ஒரு குளத்தருகே சென்று, மச்சேந்திரர் இவ்விடத்துக் கள்ளர் உளரோ எனக்கேட்டு ஜோளியை அவ்விடம் வைத்து அகல, கோரக்கர் அவ்வகைக் கேட்டதற்குக் காரணம்

என்னவென்று ஜோளியைப் பார்க்க, அதிலிருந்த பொற்பாளத்தைக் குளத்தி லெறிந்துவிட்டு அதன் எடைக்குத் தக்கக் கற்களை நிறைத்து வைத்தனர். பின் சிறிது தூரம் சென்று மச்சேந்திரர் இவ்வழியில் கள்ளர் உளரோ எனக் கேட்க, கோரக்கர் இப்பயம் உமக்கு ஏன் என்றனர். மச்சேந்திரர் ஜோளியைப் பார்க்க, கற்களாய் இருத்தல் கண்டு, கோரக்கா நீ நல்ல சீடனில்லை, மகனைக் கொலை புரிந்தாய், பொன்னைக் கொள்ளை கொண்டாய் என்னை விட்டுப் பிரிக என, சீடர் அவ்வழியிலிருந்த மலையின் மேல் ஏறி சிறுநீர் விட, அந்த இடம் தங்கமாக, குருவை நோக்கி உமது பொருளை எடுத்துக் கொள்க என்று கூற, மச்சேந்திரர் மாயை தீர்ந்து சீடனைப் புகழ்ந்தார். இது ஒரு கதை.

சிலர் மச்சக் கொடியை உடைய ஒரு பாண்டிய மன்னன் சித்திகள் கைவரப்பெற்று முனிவராய்த் திகழ்ந்திருக்கக் கூடுமென்றும் கருதுகின்றனர்.

இவர் இயற்றிய பெருநூல் ஒன்றில் தாம் மச்சதேயத்து அந்தணர் வகுப்பில் தோன்றியவராகக் கூறியுள்ளார். இந்த அகச்சான்றால் இவர் பரதவர் குலத்தவரல்லர் என்பதுவும் அறியப்படுகிறது.

மச்சேந்திரர் பற்றி மற்றொரு கதையும் உண்டு. இவர் சஞ்சாரியாய்த் திரிந்து கொண்டு வருகையில், ஒருத்தி இவரிடம் புத்திரப்பேறு வேண்டினள். சித்தர் இவள் மீது கருணை கொண்டு, விபூதி கொடுத்து அதனை உட்கொள் என்றனர். விபூதி கொண்டவள் அண்டை வீட்டுக்காரியிடம் நடந்தவைகளைக் கூற அவள் இத்தகைய மாய வேஷக்காரன் ஒருகால் உன்னை மயக்கித் தன் வழிக்கொள்ள அவ்வாறு செய்தல் கூடுமெனப் பயமுறுத்தி அதனை அடுப்பிலிடச் செய்தனள். அடுப்பிலிட மறந்துபோய் அவள் இருக்கையில் சில காலம் பொறுத்து மீண்டும் அவ்வழியில் சித்தர் வந்து அவ்விபூதி பெற்றவள் வீடு சென்று நான் உன் பிள்ளையைப் பார்க்க வேண்டும் என்றனர். விபூதி பெற்றவள் நடந்தவற்றை ஒளியாது கூறினள். சித்தர் அவ்வடுப்புச்சாம்பல் எங்குளது என அதனை வாரி வழக்கமாகக் கொட்டும் வீட்டின் புழக்கடையிலுள்ள குப்பையைக் காட்டினாள். சித்தர் அவ்விடம் சென்று "கோரக்கா" என, ஏன் என்னும் ஓர் ஓசை உண்டாயிற்று.

பலரும் இதனைக் கண்டு வியக்கச் சித்தர் குப்பையை அகற்றச் சொல்ல, அதில் சித்தர் தாம் திருநீறு கொடுத்த காலம் முதல் பிள்ளையைக் கண்ட காலம் வரையிலுள்ள ஆண்டுகள் நிரம்பப்பெற்ற சிறுவனை அப்பெண்ணுக்குக் கொடுத்தனர். இவரால் இயற்றப்பெற்ற நூல்கள் : பெருநூல் எண்ணு று என்ற தலைப்புடன் எட்டு நூல்கள் உண்டு என்பர். ஒரு நூல் திருமந்திரம் என்பதாகும் இது சரக்கு வைப்பைக் கூறும். தற்போது ஓலைச் சுவடியாக மூன்று பெருநூல்கள்

கிடைத்துள. அவற்றுள் ஒன்று சரக்கு வைப்பை விவரிக்கும் நூலாகவும், மற்றது மைவித்தை, ஜாலவசிய மந்திர நூலாகவும் அமைந்துள்ளன. இவை யாவும் இன்னும் அச்சேறவில்லை.

இவர் இயற்றியதாகக் கூறப்பெறும் நூல்கள் வருமாறு :

1. மச்சமுனி 8
2. மச்சமுனி 800
3. மச்சமுனி நிகண்டு
4. மச்சமுனி நிகண்டு 100
5. மச்சமுனி பாடல்
6. மச்சமுனி பெருநூல் 800
7. மச்சமுனி சரக்கு சுத்தி
8. மச்சமுனி சரக்கு வைப்பு 800
9. மச்சமுனி சுருக்கம்
10. மச்சமுனி சூத்திரம்
11. மச்சமுனி சூத்திர விதி
12. மச்சமுனி வாக்கியம்
13. மச்சமுனி விவரணம்
14. மச்சமுனி காமேசுவர லேகிய முறை
16. மச்சமுனி மலைமூலி 45க்குப் பெயர் (மாபுருட காண்டம்)
17. மச்சமுனி மந்திரம், வைத்தியம்
18. மச்சமுனி மருந்து அகராதி
19. மச்சமுனி மருந்து அட்டவணை
20. மச்சமுனி மருந்து வகைகள்
21. மச்சமுனி மாட்டு வாகடம்
22. மச்சமுனி மாட்டு வைத்தியம்
23. மச்சமுனி மாட்டு வைத்திய வாகடம்
24. மச்சமுனி மேக நிதானம்

25. மச்சமுனி மூலிகை அகராதி
26. மச்சமுனி மூலிகை வைத்தியம்
27. மச்சமுனி மூலிகை குணம்
28. மச்சமுனி முதற்குரு துருசி
29. மச்சமுனி முப்பு மகிமை
30. மச்சமுனி நாடி நிதானம்
31. மச்சமுனி நாடி நூல் 18
32. மச்சமுனி நாடி பரிட்சை
33. மச்சமுனி நாடி சாஸ்திரம்
34. மச்சமுனி நாடி திரட்டு
35. மச்சமுனி நாடி வகையறிதல்
36. மச்சமுனி அறுநூறு
37. மச்சமுனி எண்பது
38. மச்சமுனி எண்ணூறு
39. மச்சமுனி அட்டவிதி
40. மச்சமுனி நாயனார் 800
41. மச்சமுனி சூத்திரம்
42. மச்சமுனி தீட்சா விதி
43. மச்சமுனி மரண லட்சணம்
44. மச்சமுனி மரண கண்டி
45. மச்சமுனி மரண கண்டியில் கணித சூடாமணி
46. மச்சமுனி மரணக் குறிப்பு
47. மச்சமுனி மருந்து போகங்கள்
48. மச்சமுனி மருந்து யோகங்கள்
49. மச்சமுனி மருந்து செய்யும் முறையும் பத்தியமும்
50. மச்சமுனி மருந்து அகராதி
51. மச்சமுனி மருத்துவரியல்பு
52. மச்சமுனி நாடி நிதானம்

53. மச்சமுனி நாடி சாஸ்திரம்
54. மச்சமுனி நாடி சூத்திரம்
55. மச்சமுனி நாடி தொந்தம்
56. மச்சமுனி நானாவித மருந்து
57. மச்சமுனி நயன சிகிச்சை
58. மச்சமுனி நயனவிதி
59. மச்சமுனி பதார்த்த குண சிந்தாமணி
60. மச்சமுனி பிள்ளைப் பிணி மந்திர வாதம்
61. மச்சமுனி பிள்ளைப் பிணி வைத்தியம்
62. மச்சமுனி திருமந்திரம் அல்லது சரக்கு வைப்பு மருந்துகள்
63. மச்சமுனி ஜாலவித்தை
64. மச்சமுனி ஜாலம்
65. மச்சமுனி நிகண்டு
66. மச்சமுனி பெரு நூல்கள்
67. மச்சமுனி சரக்கு வைப்பு
68. மச்சமுனி தீட்சை
69. மச்சமுனி தீட்சாவிதி நிகண்டு
70. மச்சமுனி வைப்பு 800
71. மச்சமுனி சிகிச்சை
72. மச்சமுனி சிகிச்சா சார சங்கிரகம்
73. மச்சமுனி நிதானம்
74. மச்சமுனி ஞானம்
75. மச்சமுனி குணவாகடம்
76. மச்சமுனி குருமுத்திரை
77. மச்சமுனி ஜால காண்டம்
78. மச்சமுனி ஜனன நூல்
79. மச்சமுனி ஜால நிகண்டு
80. மச்சமுனி கரிசால்

81. மச்சமுனி கும்மி
82. மச்சமுனி மதிவெண்பா
83. மச்சமுனி நாதாந்த சாரம்
84. மச்சமுனி நாடி நிதான சிந்தாமணி
85. மச்சமுனி பரிபூரணம்
86. மச்சமுனி பெருநூல் காவியம்
87. மச்சமுனி பெருநூல் சூத்திரம்
88. மச்சமுனி பெருநூல் வைத்திய காவியம்
89. மச்சமுனி புராணம்
90. மச்சமுனி சன்னி கியாழம்
91. மச்சமுனி சரக்கு வைப்பு
92. மச்சமுனி சூலை மருந்து
93. மச்சமுனி வாத காண்டம்
94. மச்சமுனி வெள்ளை
95. மச்சமுனி திராவகம்
96 மச்சுமுனி மகா கோடா குளிகை.

15

பாம்பாட்டிச் சித்தர்

மரு. மொ. லோகமணியன்

இவர் அணிமாதி அட்ட சித்தி பெற்று, அதனால் யாதொரு ஆன்ம லாபமும் கிட்டாமை கண்டு ஞான மார்க்கத்தில் ஈடுபாடு கொண்டு சீவன் முத்தராகத் திகழ்ந்தவர். இவருடைய இயற்பெயர் தெரியவில்லை. இவர் பெரும்பாலும் ஞான நூல்களையே இயற்றியுள்ளார். இவர் தவ வலிமையால் தம் மனக்கண் முன் கூத்தப் பெருமானின் ஆட்டத்தையே அனவரதமும் கண்டவர். ஆதலால் இவர் கூறும் பாடல் யாவற்றிலும் "ஆடு பாம்பே, ஆடு" என்று ஆடுகின்ற பாம்பையே முன்னிலைப்படுத்தி இசைப்பர். இக்காரணம் பற்றியே இவரைப் பாம்பாட்டிச் சித்தர் என்றனர்.

இவர் நஞ்சு முறிவு மருத்துவத்திலும், மந்திரத்திலும் மிக்க வல்லவர் என்று புகழ்ந்து கூறப் பெற்றுள்ளாரேனும் அதற்குச் சான்றாக இவர் இயற்றிய நூல் யாதொன்றும் கிடைக்கவில்லை.

இவரைச் சிலர் பதஞ்சலி என்றும் நாகமுனி என்றும் கூறுவர்.

இவர் கோசாயி மரபினர் என்பது சில நூல்களில் காண்கிறது. இவர் திருமுதுகுன்றத்தில் சமாதி கூடி இருக்கிறார் என்பது சித்தர் நூலின் முடிவு. இவர் திருஞாலம் என்ற தளத்திலும், தண்டுவரை என்னும் துவாரகையிலும் சமாதி கூடி இருந்தார் என்பதும் சில நூல் வாயிலாய் அறியப்படுகிறது.

ஆலடிப் பொந்தினிலே வாழ்ந்த பாம்பே
அரசடிப் பொந்தினிலே புகுந்து கொண்டாய்
வாலடி தன்னிலே பார்த்துப் பார்த்து
வாங்கியே தூங்கி நின் றாடுபாம்பே.

நாலு தெருவினிலே நாலு கம்பம்
நடுத்தெரு வினிலேயோர் பொன்னுக்கம்பம்
போலும் விளங்கு பொன்னுக் கம்பத்தினுக்கே
பூமாலை சூட்டியே நின் றாடு பாம்பே.

இவ்வாறு சுமார் 130 பாடல்களில் பாம்பை விளித்துப் பாடியதாகச் சித்தர் ஞானக் கோவையில் காணப்படுகிறது.

மூலாதாரமாகிய பாம்பினை யோகப் பயிற்சியினால் எழுப்பி மேலேற்றும் திறம் பற்றிப் பாடியதால் இவர் பாம்பாட்டி எனப்பட்டார் எனலாம். அல்லது மனத்தைப் பாம்பாக உருவகம் செய்து அடக்குவதாகப் பாடியதால் இப்பெயர் பெற்றார் எனவும் கூறலாம்.

இவரை அந்தண குலத்தில் பிறந்தவர் என்பர். கொங்குநாட்டில் மருத மலையில் தவம் செய்ததாகக் கூறுவர். இன்னமும் பாம்பாட்டிச் சித்தர் குகை என்று இவர் பெயரில் அங்கு ஒரு குகை காணப்படுகிறது.

இவரைச் சட்டை முனியின் மாணவர் என்பர். சித்தர் ஆரூடம், நயனரோகவிதி, சியேராரோகவிதி முதலியன இவர் பெயரில் காணப்படுகின்றன.

கப்பல், சுக்கான், துப்பாக்கி, சவாரி, ஒயில் முதலிய 14 ஆம் நூற்றாண்டு சொற்கள் இவரது பாடல்களில் பயின்று வருவதால் இவர் காலம் இதுவாக இருக்கலாம் என்பர் மு. அருணாசலம் அவர்கள்.

இம்முறையில் சொல்லை வைத்து ஆராய்வது ஓரளவுதான் பொருந்தும். துப்பாக்கி என்ற சொல் திருக்குறளிலும் இடம் பெறுகிறது. இதை வைத்துக் கொண்டு, அது காலத்தால் பிந்தியது என்பது எவ்வாறு பொருந்தும்? துப்பு ஆக்கி எனப் பிரித்து அல்லவா பொருள் காணுகிறோம்? இவ்வண்ணமே சித்தர் நூல்களில் காணலாகும் சொற்களை வைத்துக் கொண்டு ஆராய்வது பொருளற்றது. ஒன்று அச்சொல் குழூஉக் குறியாகப் பயன்படுத்தப்பட்டிருக்கும். அல்லது அதனைத் தக்க முறையில் பிரித்துப் பொருள் காணும் வகையில் இருக்கும்.

இவர் திருக்கோகர்ணத்தில் பிறந்தவர் என்ற கருத்தும் நிலவி வருகின்றது. இவர் பாண்டிய நாட்டில் இருந்ததாகவும் கூறுவர். ஒரு முறை நவரத்ன பாம்பைப் பிடிக்கச் சென்றபோது சட்டை முனி அங்கு வர, அவரிடம் தீக்ஷை பெற்றுச் சமாதியிலிருந்து மீண்டும் எழுந்து பல சித்துகள் செய்தவர், ஓர் அரசன் இறந்த போது அவன் உடலிற் புகுந்து அவன் மனைவியுடன் இருந்தவர்: செத்த பாம்பு ஒன்றை ஆட்டியதால் இப்பெயர் பெற்றார் என்றெல்லாம் இவரைப் பற்றிய கதைகள் வழங்கி வருகின்றன.

இவர் பெயரில் மருத்துவ நூல் எதுவும் வழங்கவில்லை. ஞான சித்தராகவே இவர் பிரபல்யம் அடைந்துள்ளார்.

16

அகப்பேய்ச் சித்தர்

மரு. மொ. லோகமணியன்

இவர் ஞான மார்க்கத்தில் மிக்க ஈடுபாடுடையவராவார். இவர் தம் மனத்தைப் பேய் என விளித்து அறிவுரை கூறுவது போலத் தம் பாடல்களில் 'அகப்பேய்' எனக் கூறுவர். அக்காரணம் பற்றி இவர் இயற்பெயரை அறியாமல், அகப்பேய்ச் சித்தரென்று அழைக்கப்பட்டுள்ளார்.

இவர் வேளாள மரபினரென்றும், அழகர் மலையில் சமாதி நிலை பெற்றார் என்றும் சில நூல்கள் கூறும். சில நூல்கள் இவர் எட்டுக் குடியிலும், திருவையாற்றிலும் சமாதியில் இருந்ததாகவும் கூறும்.

யோக நிலையின் மூலம் சித்தி பெறலாம் என்பது மற்ற சித்தர்களின் கருத்து. ஆனால் தன்னைத்தான் அறியும் அறிவைக் கொண்டே முக்தி பெற முடியும் என்பது இவரின் கருத்து.

இவர் மனித மனம் பேயாக அலையும் தன்மைப் பற்றிப் பேயாக உருவகப்படுத்தி, அலையாது நிற்க என அறிவுரை கூறிப் பாடியதால் இப் பெயர் பெற்றார் எனக் கருதலாம். இவரது பாடல்களின் இறுதியில் அகப்பேய் என்னும் சொல் முடிவு காணப்பெறுகிறது. சங்க காலத்தில் குப்பைக்கோழியார், காக்கைப் பாடினியார், செம்புலப் பெயல் நீரார், தேய்புரிப் பழங்கயிற்றியார் எனப் பெயர் பெற்றது போல இவரும் பாடல் மூலமாகப் பெயர் பெற்றவரேயாதலின் இவரது இயற்பெயரை அறியமுடியவில்லை. மற்ற சித்தர்களைப் போல இவரும் மறை பொருள் சொற்களைக் கொண்ட பாடல்கள் பலவற்றைப் பாடியுள்ளார்.

தன்னை யறிய வேணும் அகப்பேய்
சாராமற் சார வேணும்
பின்னை யறிவதெலாம் அகப்பேய்
பேயறி வாகுமடி
தாறை நின்றவிடம் அகப்பேய்
சைவம் கண்டாயே
சைவம் ஆருக்கடி அகப்பேய்
தன்னை யறிந்தவர்க்கே.

என வரும் கருத்துகள் இவரது பாடலில் பொதிந்துள்ள உயர் கொள்கையாகும்.

சித்தர் ஞானக் கோவையில் இவர் பெயரில் காணப்படும் 100 பாடல்களைத் தவிர வேறு தனி நூல்கள் காணப்படவில்லை.

17

குதம்பைச் சித்தர்

மரு. மொ. லோகமணியன்

இவர் ஞான மார்க்கத்தில் மிக்க ஈடுபாடுடையவர். இவர் தம் பாடலில் 'குதம்பாய்' என்னும் ஒரு மகடூஉ முன்னிலையைப் பலமுறை கூறுவார். குதம்பை என்பது பனையோலைச் சுருளுக்குப் பெயர். அதைப் பெண்கள் காதுகளில் அணிவது மரபு. அதை அணிந்த பெண்ணே என்று பொருள் பயக்கும் வண்ணம் 'குதம்பாய்' என்று விளித்துப் பாடல் இசைத்தமையே இந்தச் சித்தருக்குக் குதம்பைச் சித்தரெனப் பெயரைத் தந்ததாகக் கருதப்படுகிறது.

இவர் பல்லாண்டு இல்லறத் துறவியாக இருந்து பின் அழகர்மலை என்னும் திருப்பதியில் சமாதி கொண்டுள்ளார் எனச் சில நூல்களில் காணப்படுகின்றது.

ஆதாரமான அடிமுடி கண்டோர்க்கு
வாதாட்ட மேதுக் கடி – குதம்பாய்
வாதாட்ட மேதுக் கடி

செத்தாரைப் போலத் திரியுமெய்ஞ் ஞானிக்கும்
கைத்தாள மேதுக்கடி – குதம்பாய்
கைத்தாளமேதுக் கடி

மாங்காய்ப்பா லுண்டு மலைமேலிருப்போர்க்குத்
தேங்காய்ப்பா லேதுக்கடி – குதம்பாய்
தேங்காய்ப் பாலேதுக்கடி.

இங்ஙனம் சித்தர் ஞானக் கோவையில் சுமார் 32 பாடல்கள் இவர் பெயரில் காணப்படுகின்றன. வேறு நூல்கள் இயற்றியதாக எந்தக் குறிப்பும் காணப்படவில்லை.

18

உரோமரிஷி

மரு. மொ. லோகமணியன்

உரோமரிஷி ரோம் நாட்டிலிருந்து நம் நாட்டுக்கு வந்து தங்கிச் சித்தர்களிடம் உபதேசம் பெற்றுச் சித்தி பெற்றவராக இருக்கலாம் என்று கருதப்படுகிறது. இவருடைய குரு புசுண்டர் என்று இவரே தம் நூலில் கூறியுள்ளார். 'தம்பரத்தி லெனையாண்ட புசுண்டர் பாதம் சதாநிதம் பூசை பண்ணி' என்றும் 'என் குருவாண்டவர் புசுண்டரது கிருபையாலே உண்மையென்ற சூதமது கிடைக்கா விட்டால் உத்தமனே பறங்கி வைப்பு லிங்கமாகும்' என்றமையாலும் அறியலாம். இவர் பெயர் உரோமசன் என்றும் சிலர் கூறுவர்.

வைத்திய நூல் வல்லுநராகிய இவரைப் புசுண்டரின் மகன் என்பர். உரோமரிஷி 500 என்னும் நூலில் 'புசுண்டருடைய பிள்ளை ரோமன்' என்று தம்மைத் தாமே சுட்டிப்பாடுவதால் இதனை அறிய முடிகிறது. சித்தர்கள் பாடிய நூல்களைச் சட்டை முனி பறித்துக் கிழித்தபோது புசுண்டர் தம் புத்திரராம் இவரது பாடல்களைத் தம் சட்டையுட் சொருகி ஒளித்துப் பொதிய மலைக்குக் கொண்டு போய் அகத்தியருக்குக் காட்ட, அவரதை வாங்கி குகைக்குள் ஒளித்தனர் என்றும், மறுபடி நெடுங்காலம் அவருக்குத் தொண்டு செய்து அவரிடம் இவர் அதை வாங்கினார் என்பதையும் 'உரோமரிஷி 500' என்னும் நூலுள் 164, 165 ஆம் பாடல்கள் வாயிலாக அறியலாம். இந்நிகழ்ச்சி கொண்டு இவரைச் சட்டை முனி காலத்தவர் என எண்ண வேண்டியுள்ளது. எந்தவிதமான அக, புறச் சான்றுகளும் இல்லாததால் காலத்தைக் கணிப்பது மிகவும் அரிது. எனினும் சித்தர்கள் இயக்கம் கி.பி. 6ஆம் நூற்றாண்டுக்குப் பிறகே முழு வளர்ச்சி பெற்றது. ஆதலின் இக்காலத்திற்குப் பின்னர் இவர் தோன்றி இருத்தல் கூடும்.

சித்தர் ஞானக் கோவையில் சுமார் 15 பாடல்கள் இவர் பெயரில் காணப்படுகின்றன.

பாரையா குதிரைமட்டம் பாய்ச்சல் போச்சு
முழுவதுமன் வந்ததுபோல் பிரசங்கித்து

முதலிய காலத்தால் மிகப் பிற்பட்ட சொற்கள் இவர் பாடல்களில் காணக் கிடக்கின்றன. எனவே, காலத்தால் மிகப் பிற்பட்ட யாரேனும் இதனை இப்பெயரில் எழுதிச் சேர்த்திருக்க வேண்டும் என எண்ணத் தோன்றுகிறது.

இவருடைய உடம்பெல்லாம் உரோமமாயிருந்ததென்றும், ஒரு பிரமன் இறந்தால் ஓர் உரோமம் உதிரும் என்றும், இங்ஙனம் மூன்றரை கோடி பிரமன் இறக்கின் இவர் ஆயுள் முடியும் என்றும், இவர் இறக்கின் அஷ்டகோணரிஷி என்பவரது கோணம் ஒன்று நிமிரும் என்றும் கூறும் கதை ஒன்றும் வழங்கி வருகிறது.

இவர் பெயரில் வழங்கி வரும் நூல்களாவன:

1. உரோமரிஷி கர்ப்ப முறை 20
2. உரோமரிஷி சுருக்கம்
3. உரோமரிஷி சூத்திரம்
4. உரோமரிஷி வாதம்
5. உரோமரிஷி வைத்தியம்
6. உரோமரிஷி வாத பஸ்பங்கள்
7. உரோமரிஷி வாத கர்ப்பம்
8. உரோமரிஷி வாத மருந்து
9. உரோமரிஷி வாத முறை சாஸ்திர அகராதி
10. உரோமரிஷி வாதார்த்த சிந்தாமணி வைத்தியம்
11. உரோமரிஷி வாகட சாஸ்திரம்
12. உரோமரிஷி வாகட சூத்திரம்
13. உரோமரிஷி வாலக் கிரியை
14. உரோமரிஷி வண்ணச்சுவடி
15. உரோமரிஷி வன மூலிகைப் பிரயோக வண்ணம்
16. உரோமரிஷி கருமான சூத்திரம்

17. உரோமரிஷி நாயனார் சூத்திரம்
18. உரோமரிஷி வகார வைத்திய அட்டவணை
19. உரோமரிஷி வாதம் எண்பதுக்குப் பெயர்
20. உரோமரிஷி வாலை பொதுக் காண்டம்
21. உரோமரிஷி அருளிய சூத்திரம்
22. உரோமரிஷி 500
23. உரோமரிஷி சிவனார் வேம்பு தைலம்
24. இராமரிஷி ஞானம்
25. இராமரிஷி குருநூல்
26. இராமரிஷி கர்ப்பமுறை
27. இராமரிஷி கருமான சுருக்கம்
28. இராமரிஷி மதனிவன சுருக்கம்
29. இராமரிஷி முப்பு சூத்திரம்
30. இராமரிஷி பரிபாஷை
31. இராமரிஷி இரத்தினச் சுருக்கம்
32. இராமரிஷி திருமந்திரம்.

19

கருவூரார்

மரு. மொ. லோகமணியன்

இவரைக் கரூர்த்தேவர் எனவும் வழங்குவர். இவர் கருவூரில் பிறந்ததால் கருவூரார் என்று பெயர் பெற்றார். இவர் கொங்கணரின் சீடர் என்று சில நூல்கள் கூறுகின்றன. சிவமார பாண்டியனின் காலத்தில் வாழ்ந்தவர் என்று திருநெல்வேலி யில் உள்ள கல்வெட்டுத் தெரிவிக்கிறது. திருநெல்வேலியின் மக்கள் இவரைப் பரிகாசம் செய்ததால் அவ்வூரை சபித்தார் எனவும் கூறப்படுகிறது. இவர் ஆசான் போகர் என்றும் வேறு நூல்கள் கூறுகின்றன. இவர் மறவர் இனத்தைச் சேர்ந்தவர் எனவும், இவர் தந்தை மாயன் என்றும் பாட்டனார் தேவத்தன் என்றும் தெரிய வருகின்றது. இவர் இராஜ இராஜ சோழனோடு சேர்ந்து தஞ்சைப் பெரிய கோயில் கட்டும் பணியில் ஈடுபட்டார் எனவும் தெரிகின்றது. இடைக்காட்டுச் சித்தரின் பாடல்கள் மூலம், அவரின் ஆசான் கருவூரார் என்று தெரிய வருகிறது. திருசல்லாதி இவர் சமாதி அடைந்த ஊர் என்று சித்தர் ஞானக்கோவை என்ற நூல் மூலம் அறியலாம். கருவூரார் கொங்கணரிடமும், கோரக்கரிடமும் சித்த மருத்துவ ஞானத்தைக் கற்ற பிறகு, தென் தமிழ் நாட்டிற்குச் சென்றபோது நலம் பெரிய முனி (அகத்தியராய் இருக்கக் கூடும்) என்பவரின் சாபத்திற்கு ஆளானார் எனவும் கூறப்படுகிறது. இவருடைய கோயில் தஞ்சாவூர் பெரிய கோயில் பின்னால் அமைந்துள்ளது. ஒரு சமயம் இவர் திருநெல்வேலி சென்று நெல்லையப்பரையும் காந்திமதி அம்மையாரையும் தரிசித்து மானூரில் தங்கியிருந்தார். அப்போது நெல்லையப்பரும் காந்திமதி அம்மையாரும் இவருக்கு நடனக் காட்சியைக் காட்டியருளினர் என்று நெல்லைத் தலபுராணம் கூறும். இவர் திருவிசைப்பா ஆசிரியருள் ஒருவர்.

சைவர்கள் போற்றும் திருமுறைகளில் **ஒன்பதாம் திருமுறையில்** பத்து பதிகங்கள் இவர் பெயரில் காணப்படுகின்றன. இவர் பாடிய பதிகங்களின் இறுதியில் 'கருவூரன்', 'கருவூரனேன்' என்று தம்மைக் குறித்துக் கொள்ளுகிறார். பத்துப் பாடல்களின் மூன்றாவது தவிர பிறவற்றில் தம் பெயரைக் குறிக்கின்றார். நெல்லைத் தலபுராணத்திலும், கருவூர்த் தலபுராணத்திலும் இவரது வரலாற்றை விரிவாகக் காணலாம்.

கருவூர்த் தலபுராணத்தில் காணப்படும் கருவூரார் அல்லது கருவூர்த்தேவர் அகத்தியருடன் வாழ்ந்ததாகக் குறிக்கப்படுவதால், இவர் சங்க காலத்தைச் சார்ந்தவர் எனக் கொள்ள வாய்ப்பு உண்டு. எனினும் எந்த அகத்தியர் காலத்தவர் என்ற ஐயம் எழுகின்றது. திருவிசைப்பா பாடிய கருவூர்த் தேவர் 9–10 ஆம் நூற்றாண்டைச் சேர்ந்தவர் என்பதால் கருவூர்த் தலபுராணம் கூறும் அகத்தியர் இக்காலத்தவரே என்பது தெளிவு.

தஞ்சையில் இராஜ இராஜ சோழன் கட்டிய கோயிலில் சிவலிங்கப் பிரதிஷ்டைக்கு இவரே அஷ்டபந்தனம் செய்வித்தார் என்று ஒரு செய்தி வழங்கி வருவது கொண்டு, அவரது காலம் கி.பி. 11ஆம் நூற்றாண்டு என்பர்.

ஒன்பதாம் திருமுறையில் காணப்பெறும் கருவூர்த் தேவரது பாடல்களின் நடை, போக்கைக் கருவூர்ச் சித்தர் பாடல்களின் நடை, போக்கோடு ஒப்பிட்டுப் பார்க்கின் இரண்டும் வேறு வேறானவையாகத் தோன்றும்.

எனினும் இருவரும் வேறுப்பட்டவர் என்னும் முடிவுக்கும் வர முடியவில்லை. இராமலிங்க அடிகள் பாடிய திருவருட்பாவின் முதல் திருமுறை, நான்காம் திருமுறை, ஆறாம் திருமுறை இவற்றை ஆராய்ந்தால் இவற்றின் இடையே கருத்து முதலியவற்றில் பெரிய வேறுபாடு தெளிவாகத் தெரியும். குறிப்பாக முதல் ஐந்து திருமுறைகளைப் படித்தவர்கள் ஆறாம் திருமுறையைப் படிப்பின் கருத்தில் காணப்படும் மாற்றம் மட்டும் கொண்டு நோக்குவாரானால் இரண்டு பகுதியும் வேறு வேறு ஞானியரால் பாடப்பட்டன என்பர். ஆதலின் இங்ஙனமே கருவூர்த்தேவரது பாடலும் கருவூரார் பாடலும் கருத்தில் வேறுபடினும் இயற்றியவர் ஒருவர் எனக் கொள்ளவும் இடமுண்டு. சமயத் துறையில் ஈடுபட்டிருந்த போது கருவூர்த்தேவர் என்ற பெயரோடும், பின்னர் சமயம் கடந்த ஆன்மீக நெறியில் தொடர்ந்த போது கருவூரார் என்ற பெயரிலும் பாடியிருக்கலாம் எனக் கொள்வது பொருத்தமாக உள்ளது.

திருமழிசை ஆழ்வாராக விளங்கியவர் ஆன்மீக நெறி பற்றிய பின்னர் சிவவாக்கியராக ஆனார் என்பதால் நம் கருத்து வலுப்பெறுகிறது.

இவர் அந்தணர் குலத்தில் பிறந்தவர் என்றும் போகரது மாணவராய் இருந்தார் என்றும் கூறுவர்.

கருவூரார் பூஜாவிதி என்ற பெயரில் 30 பாடல்கள் சித்தர் ஞானக் கோவையில் காணப்படுகின்றன.

புகலுவார் வேதமெல்லாம் வந்ததென்று
பொய்பேசிச் சாத்திரங்கள் மிகவும் கற்றே
அகலுவார் பெண்ணாசை விட்டோமென்றே
அறிவுகெட்டே ஊர்தோறுஞ் சுற்றிச் சுற்றிச்
சகலமுமே வந்தவர்போல் வேடம் பூண்டு
சடைமுடியுங் காசாயந் தன்னைச் சாற்றி
இகலுமன மடங்காமல் நினைவு வேறாய்
எண்ணமெல்லாம் பெண்ணாசை பூசை தானே

எனப் போலிச் சாமியார்களைக் கண்டிக்கும் பாடல் ஒன்று இப்பாடல் திரட்டில் காணப்படுகிறது. குழூஉக் குறியமைந்த பாடல்கள் நிறைந்துள்ளன.

இவர் வாமியாதலால் (சக்தி உபாசகர்) மதுவூனருந்துவரெனச் சிலப் புன்மதி வேதியரிகழ அவர்களுக்கு மதியூட்ட மழை பொழிவித்தும், நதியைப் பெருக்கியும், திருக்கோயிலின் திருக்கதவைத் திறப்பித்தும், பூதங்கள் குடை பிடித்து வரச் செய்தும், அற்புதங் காட்டிக் காடு, மலை முதலிய இடங்களிலும் பல புண்ணிய பூமிகளிலும் சிவ தலங்களிலும் சஞ்சரித்து வந்து, தாமிரபரணி நதி தீரத்திலே குருகூரென்னும் வைணவ ஆலயத்தை அடைய, திருமால் அதன் முன்னரே அடியவர் கனவில் தோன்றி இவரை உபசரிக்கச் செய்தனர். நெல்லையப்பர் நேரே தரிசனம் கொடுக்கப் பெற்றவர். திருவிடை மருதூரில் சிவபிரானே அழைத்துத் தரிசனம் கொடுக்கப் பெற்றவர். முன்றீசரை வணங்கி மது வேண்டுமெனக் கேட்க, காளி கொண்டு வருக என கிடைக்கப் பெறாமை கூற, அங்கிருந்த வன்னி மரத்தை நோக்கி மீன்மாரி சொரிக என, அங்ஙனம் சொரிவித்து அவர்களை நோக்கி நீங்கள் இவ்வாறு செய்யாது மதுவருந்தலென்னையென, அவர்கள் முத்திநெறியை அருள்க எனப் பொதிய மலைக்கு வரக் கட்டளையிட்டுச் சென்று, ஒரு விஷ்ணு ஆலயத்தில் நாராயணனை விளித்து வராமையால் வெகுண்டு “நீ பூசையறுக” என்று சபித்து விட்டுப் பொதிகை அடைந்து அகத்தியரைத் தரிசித்து அங்கொருகால் இருக்கையில், தஞ்சையில்

சோழ ராசன் அமைத்த பெரியதோர் ஆலயத்தில் சிவப்பிரதிட்டைச் செய்யப் பலவாறு முயன்றும் மருந்திளகி பந்தனமாகாது வருந்த, ஆகாசவாணியால் கருவூர்த் தேவர் வந்தாலன்றிக் காரியஞ் சித்தியாதென உணர்ந்து, அங்கிருந்த போகமுனிவர் சீட்டொன்றை எழுதி காக்கையின் காலில் கட்டிவிடுத்துக் கருவூர்த்தேவரை வருவிக்க, தேவர் போகர் முதலியோர் அனுமதி கொண்டு ஆலயத்துட் சென்று சிவலிங்கப் பெருமானை ஆவுடையாளுடன் சேர்த்து நிறுத்தித் தமது வாய்த் தம்பலத்தை உமிழப் பந்தனமாகிப் பசும்பொன்னுருக்கி அமைத்தது போலிருத்தல் கண்டு யாவரையும் மகிழ்வித்தவர்.

பின்னர் தேவர் திருவானைக்காவைப் பணிந்து திருவரங்கத்தை அடைய அங்கிருந்தப் பொதுமடந்தை ஒருத்தி தேவர் திவ்விய உருவில் மோகம் கொண்டு பணிந்து தன் கருத்தை உணர்த்த, உடன்பட்டு இரண்டு தினங்கள் அவள் போகத்தை நுகராது நுகர்ந்து, திருவரங்க நாதர்பால் ஓர் இரத்தின வடத்தைப் பெற்று அதனை அவளுக்கு ஈந்து செல்லத் தொடங்குகையில், அவள் பிரிவாற்றாது வருந்த "நீ நினைப்புழியெல்லாம் வருவல்" எனக்கூறிச் சென்றனர். விடிந்தவுடன் அரங்கேசர் சந்நிதியில் காணப்பெறாத இரத்தின வடத்தை அம்மங்கையணிந்து கொண்டு செல்வது கண்டு இஃதுனக்கு யாரால் கொடுக்கப்பட்டதென வினவ அவள் "ஓர் அந்தணர் தந்தனர் என்றும் இன்றும் வருவர்" என்றும் கூறக் கோயில் ஆட்கள் சில காவலரை அவள் வீட்டின் புறத்திருத்தி "அக்கள்வனைப் பிடித்து வருக எனக் கட்டளையிட்டனர்." அன்றிரவு கருவூர்த் தேவர் வர, அக்காவலர் அவரைக் கொண்டு போய் தேவஸ்தானத்தார் முன்விட, இவ்விரத்தின மாலையை நீரோ இவட்குத் தந்தவர்? உமக்கு இஃது எவ்வாறு கிடைத்தது என, திருவரங்கத்தீசரே எனக்குக் கொடுப்ப, யானிவட்குக் கொடுத்தேனென, இஃதுண்மையாயின் அரங்கநாதன் இவ்வவையில் கூறல் அவசியமென, தேவர் திருமாலை வேண்டத் திருமால் ஆகாயத்தில் தோன்றி அசரீரியாகத் தாமே தந்தோம் எனக் கூறக் கேட்டு அவர்கள் அவரடியிற் பணிந்து மன்னிக்க வேண்டினிர்: அங்ஙனமே மன்னித்தார்.

தேவருடைய இனத்தவராகிய சில வேதியர் அரசன்பால் சென்று எமது குல ஒழுக்கம் மாறிய கருவூர்த் தேவரைக் கண்டிக்க வேண்டும் என, அரசன் கருவூராருடைய ஆசிரமத்தை அடைந்து ஒவ்வோரிடத்தையும் பரிசோதித்து வைதிக கருமங்கட்குரிய பல பொருள்களும் மலிந்து கிடக்கக்கண்டு, தேவரை வணங்கித் தன்னை மன்னிக்கும்படி மன்றாடிக் கேட்டுக் கொள்ளத் தேவர் அவ்வந்தணர்கள் இருக்கைகளையும் நீ கண்டு வருக என, அரசன் சென்று கண்டவிடமெல்லாம் மதுவும், புலாலும் மச்சமுமாயிருக்கக் கண்டு அவர்களை நகரை விட்டு நீங்குமாறு

கூறினர். அவ்வந்தணர் ஆன்பொருநை நதிக்கரையில் திரண்டு தேவருக்குத் தீங்கிழைக்கக் காத்திருக்கையில் கருவூர்த்தேவர் அங்கடைந்து திரு ஆநிலைக் கோயிலுட் செல்ல, அவர்களும் பின் செல்ல, கதியடைய வேண்டிய காலம் நேர்ந்தமையின் தேவர் பசுபதீச்சுவரரரைத் தழுவிக் கொள்ள சிவபெருமான் தம்முள்ளே இரண்டறக் கலந்து கொள்ள அருளப் பெற்றவர். அது கண்ட அந்தணர் அவரது மெய்யன்புக்கு வியந்தும் தமது அபசாரத்திற்குப் பயந்தும் நிற்க, உங்கள் குற்றங்கள் மன்னிக்கப்பட்டன என ஆகாயவாணி கூறக் கேட்டு மகிழ்ந்து சென்றனர். இவ்வாறு இவரைப் பற்றிய கதைகள் நிலவி வருகின்றன.

இவர் செய்ததாக அறியப்பெறும் நூல்கள் வருமாறு :

.1. கருவூரார் இலவண குளிகை
2. கருவூரார் கருக்கிடை மை
3. கருவூரார் மை விபரம்
4. கருவூரார் மூலிகைத் தைலம்
5. கருவூரார் நொண்டி
6. கருவூரார் பலதிரட்டு
7. கருவூரார் பலதிரட்டு 300
8. கருவூரார் பலதிரட்டு சூத்திரம்
9. கருவூரார் ரசவாதம்
10. கருவூரார் ரசவாத நொண்டி
11. கருவூரார் சூத்திரம்
12. கருவூரார் வைத்தியம்
13. கருவூரார் வைத்திய நொண்டி மாலை
14. கருவூரார் காசவிதி நூல்
15. கருவூரார் கட்டு வகைகள்
16. கருவூரார் காயகல்பம்
17. கருவூரார் அட்டகர்மம்
18. கருவூரார் ஞானம்
19. கருவூரார் கருக்கிடை

20. கருவூரார் பலதிரட்டு
21. கருவூர் நாயனார் ஞானம்
22. கருவூரார் அட்டமசித்து
23. கருவூரார் மாந்திரிகம்
24. கருவூரார் பூஜாவிதி
25. கருவூரார் சாந்த நாடகம்
26. கருவூரார் வாத காவியம்
27. கருவூரார் வைத்திய நொண்டி நாடகம்

20

இராமதேவர்

மரு. மொ. லோகமணியன்

இவரே பின்னர் யாகோபு என்ற பெயருடன் விளங்கியவர் எனத் தெரிகிறது.

யாகோபு வைத்தியவாத சூத்திரம் 400 என்னும் நூலில் இவர் மக்கா சென்றதற்கான காரணத்தை 397, 398, 399 ஆம் பாடல்களின் மூலம் அறியலாம். இவர் சதுரகிரியில் ஆசான் அகத்தியரோடு தங்கி இருக்கும்போது **கயிலாச சட்டை நாதர் தீட்சை 200** என்னும் நூல் எழுதி ரிஷிகளுக்கெல்லாம் மன்னவராம் திருமூலரிடத்தில் கொடுக்க, அதை அவர் கிழித்துப் போட, அகத்தியர் உட்பட ரிஷிகள் எல்லோரும் ஏன் கிழித்தீர் என்று கேட்க, திருமூலர் பதில் ஏதும் கூறாமல் இருந்தார் என்றும், இவர் கேட்க 'நீ கேட்க வேண்டாம் மேட்டினம் செய்யாதே நீ போபோ' என்று கோபித்துக் கொண்டார் என்றும், அதைக் கேட்ட பின்னரே இவர் மக்கா வந்தார் என்றும் கூறப்படுகிறது.

இவர் பிறப்பினாலேயே முகம்மதியர் எனவே இவர் காலம் கி.பி. 14 ஆம் நூற்றாண்டுக்குப் பிறகு இருக்கலாம் என்ற கருத்து அறிஞர் மத்தியில் வழங்குகிறது.

சித்தர் ஞானக் கோவையில் **இராமதேவர் பூஜாவிதி** என்ற பெயரில் 10 பாடல்கள் காணப்படுகின்றன. இவை மாந்திரீகம் பற்றியன என்பது குறிக்கத்தக்கது.

சித்தான மூன்றெழுத்துச் செயலாஞ் சோதி
சீரியவை யுங்கிலியும் சவ்வுமாகி
முத்தான லட்சவுரு செபிக்கச் சித்தி
முற்றிடுமே யெதிரியென்ற பேய்கட்குந்தான்

வித்தான வித்தையடா முட்டும்பாரு
விரிவான முக்கருவு மூன்று கேளு:
சத்தான அதன்கருவும் சிலையில் வைத்துச்
சதுரான விதிவிவர மறியக்கேளே

என்னும் இப்பாடல் சான்று ஆகும்.

இவர் நாகப்பட்டினத்தில் வீற்றிருந்து சிவபூசையில் சித்தரானார் என்ற கருத்தும் வழங்குகிறது.

இவர் பெயரில் வழங்கி வரும் நூல்கள் பின்வருமாறு:

1. இராமதேவர் ஆயிரம்
2. இராமதேவர் எண்பத்திரண்டு
3. இராமதேவர் பரிபாஷை 18
4. இராமதேவர் ஐம்பது
5. இராமதேவர் ஐந்நூறில் வைத்தியம்
6. இராமதேவர் கருக்கிடை
7. இராமதேவர் கடை சூத்திரம் 500
8. இராமதேவர் கருக்கிடை சூத்திரம் 600
9. இராமதேவர் கருமான சுருக்கம்
10. இராமதேவர் கேசரி 50
11. இராமதேவர் முப்பு விபரம்
12. இராமதேவர் நிகண்டு
13. இராமதேவர் பலதிரட்டு
14. இராமதேவர் பலதிரட்டு சூத்திரம்
15. இராமதேவர் பரஞானகேசரி
16. இராமதேவர் பரஞானகேசரி வினோதம் 100
17. இராமதேவர் பதினெண் பரிபாஷை
18. இராமதேவர் சிவயோகம்

19. இராமதேவர் சூத்திரம்
20. இராமதேவர் தண்டகம்
21. இராமதேவர் வைத்தியம்
22. இராமதேவர் வைத்திய சூத்திரம்
23. இராமதேவர் ரசவாதம்
24. இராமதேவர் ரசவாத நூல்
25. இராமதேவர் ரசவாதத் திரட்டு
26. இராமதேவர் ரசவர்க்கம் பதார்த்த குண சிந்தாமணி
27. இராமதேவர் ரத்தினச் சுருக்கம்
28. இராமதேவர் ருது சாத்திரம்
29. இராமதேவர் சாப நிவர்த்தி 150
30. இராமதேவர் சாப நிவர்த்தி தீட்சை
31. இராமதேவர் சகல வைத்திய அட்டவணை
32. இராமதேவர் சண்டமாருத குழம்பு
33. இராமதேவர் சங்கமுனி வைத்தியம்
34. இராமதேவர் சனி எண்ணெய்க் காப்பு
35. இராமதேவர் சன்னி பதிமூன்றுக்கும் கவி
36. இராமதேவர் சரக்கின் பெயர்
37. இராமதேவர் சரக்குக்கட்டு அட்டவணை
38. இராமதேவர் கர்ப்பராஜன் வைத்தியம்
39. இராமதேவர் சாத்திரம்
40. இராமதேவர் ஆயிரத்தில் சூத்திரம்
41. இராமதேவர் அஷ்டாங்க பட்சணி
42. இராமதேவர் சிவயோகம்
43. இராமதேவர் நிகண்டு வைத்தியம்
44. இராமதேவர் பாடல் – வைத்தியம் 500

45. இராமதேவர் பாடல் – மாந்திரீகம் 50
46. இராமதேவர் அதீதவிநோத சூட்சுமம்
47. இராமதேவர் கருக்கிடைச் சூத்திரம்
48. இராமதேவர் யோகம்
49. இராமதேவர் பூஜாவிதி
50. இராமதேவர் கேசரி
51. இராமதேவர் பெருநூல்
52. இராமதேவர் பட்சணி.

21

தேரையர்

மரு. மொ. லோகமணியன்

முன்னுரை

இவர் பெயரைப் பற்றிப் பலவிதமான கருத்துகள் மக்களிடையே உலவி வருகின்றன..

ஓயாத மண்டையிடி உடையவனின் மண்டை ஓட்டின் உள்ளே இருந்த தேரையை நீக்கினதால் தேரையர் என்ற பெயர் சூட்டப் பெற்றதாகக் கூறப்படும். இப்பெயரை வடமொழியில் மண்டுக மகரிஷி என்று மொழிபெயர்த்து, அதை மிக்க உயர்வாகக் கருதி வழங்கியும் உள்ளனர்.

இவர் நூலில் தாம் தருமசௌமியரின் சீடரெனக் கூறிக் கொள்ளும் காரணத்தால், இவரும் இவருடைய குருவைப்போல ஒரு சமணத் துறவி என்பது சிலர் கருத்தாகும். தேரையரை வணிகர் என்பாருமுண்டு.

இவர் மருத்துவக் கலையிலும் பல மொழிகளிலும் கற்றுத் தேர்ச்சி பெற்றவர் என்ற காரணம் பற்றித் தேரர் என்ற பெயர் வந்ததென்பதும் சிலர் கருத்தாகும்.

பாலி மொழியில் தேரன் என்ற சொல் பௌத்தத் துறவிகளைக் குறிக்கும். ஆதலால் இவர் ஒரு பௌத்தத் துறவி என்றும் சிலர் கருதுகின்றனர். இவர் வாழ்ந்த காலத்தில் தேரன் என்ற பெயருடைய பலர் இருந்ததாகவும் தெரிகிறது.

இவரால் இயற்றப் பெற்றன எனக் கூறப்படும் நூல்கள் இரு தரத்தனவாக உள்ளன. ஒருவகை நூல்கள் : தேரையர் கரிசல், தேரையர் காப்பியம், தேரையர் யமகம், சிகாமணி வெண்பா போன்றவை உயர்ந்த இலக்கிய இலக்கண நயம்

பொருந்தியனவாக உள. இதற்கு மாறாக மற்றொரு வகை நூல்கள் : **தேரையர் வைத்திய காவியம் 1001**, தேரையர் வாகடம் என்பவை இலக்கண வரம்புக் கடங்காத பாடல்களைப் போல் இருக்கின்றன. ஆகவே மேற்படி நூல்களை ஒருவரே இயற்றினார் எனக் கூறுதற்கு இடந்தரவில்லை என்று சிலர் கருதுவர். **நளவெண்பா** இயற்றிய புகழேந்தியாரே **அல்லியரசானி மாலையையும்** இயற்றியவராகக் கருதப்படுவதுபோல், **யமகமும், சிகாமணி வெண்பாவும்** இயற்றிய அதே தேரையரே, **தேரையர் வைத்திய காவியம் 1001, தேரையர் வாகடம்** ஆகிய நூல்களையும் இயற்றியிருக்கலாம் எனக் கருதுகின்றனர் சிலர்.

இவர் தமிழ், தெலுங்கு, கன்னடம், மலையாளம், துளுவம், வடநூல் ஆகிய மொழிப் புலமையும் சோதிடம், ஐம்புள் சாத்திரம், கன்ம காண்டம், அளவை, சாங்கியம், வேதாந்தம், சித்தாந்தம் ஆகிய அறிவியல் நூல்களில் மிக்க தேர்ச்சி பெற்றவர் என்பதும் இவருடைய நூலைக் கற்பவர்க்குத் தெள்ளிதின் விளங்கும்.

மருத்துவத்தின் நால்வகை அமைப்பாகிய யோகம், ஞானம், வாதம், வைத்தியம் என்னும் நான்கிலும் உள்ள உட்பிரிவுகளில் நல்ல ஆய்வுத் திறனுடன் கூடிய புலமை பெற்றவராக இவருடைய நூல்கள் மிளிர்கின்றன.

இவருடைய ஞானாசிரியன் தருமசௌமியரென இவருடைய நூல் வாயிலாகத் தெரிகிறது. இவருடைய சீடர் யூகிமுனிவர் என்பது **யூகி சிந்தாமணி 800** என்னும் நூலால் அறிவிக்கப்படுகிறது. ஆயினும் தேரையர் நூலில் புலத்தியரின் சீடர் தருமசௌமியர் என்றும், தரும சௌமியரின் மாணாக்கர் தேரையர் என்றும் கூறியுள்ளமை சிந்திக்கற்பாலது.

தேரையர் தொண்டைவள நாட்டில் பாலியாற்றின் வடகரையிலுள்ள திரிமலைச் சேரி என்னும் சிற்றூரில் உதித்தவர். இவருடைய தந்தையார் நம்பி பூபதி என்பவர். இவர் மகாபாரதத்தில் மிக்க ஈடுபாடுடையவர் என்பது இவரியற்றிய **மருத்துவ பாரதம்** என்ற நூலால் அறியலாம்.

தேரையர் யமக வெண்பா

இந்நூலுள் நோயாளியின் அசாத்திய, சாத்தியக் குறிகள், கற்ப முறைகள், சரக்குகளின் சுத்தி முறைகள், பற்ப செந்தூர முறைகள், அவைகளின் துணை மருந்துகள், பத்திய வகைகள் முதலியன விரிவாகக் கூறப் பெற்றுள்ளன.

மருத்துவத் துறையில் இவ்வகைப் பாடல்கள் வேறு யாராலும் இயற்றப் பெற்றில. இவ்வாசிரியர் தமிழ் மொழிப் புலமையும் மருத்துவத் துறையில் எல்லா அங்கங்களிலும்

தேர்ச்சிமிக்கப் புலமையும் ஒருங்கே அமையப் பெற்ற ஒப்பற்றவர் என இவ்வரியற்றிய நூலே எடுத்துக்காட்டும். இவர் சைவ, வைணவ ஒருமைப்பாட்டில் நாட்டமும், முருகனிடம் பக்தியும், சிவபக்தியும் நிறைந்தவராக இந்நூலில் பல இடங்களில் கண்டறியலாம். இவர் பாசுபதாத்திரத்தின் பெருமையைப் பல பாடல்களில் எடுத்துக்காட்டி விளக்கியுள்ளது குறிப்பிடத் தகுந்த ஒன்றாகும். இவருக்கு மகாபாரதத்தில் மிக்க ஈடுபாடு உண்டு என்பதையும் இந்நூலில் பற்பல இடங்களில் காணலாம். இந்நூலுக்கு உரை ஒன்றும் எழுதப்பட்டுள்ளது. உரையாசிரியர் பற்றிய குறிப்பு எதுவும் கிடைக்கவில்லை. இவ்வுரை ஆசிரியரும் தேரையரைப் போலவே தமிழ்த்துறையிலும் மருத்துவத் துறையிலும் புலமை பெற்றும் பன்மொழிப் புலவராகவும் இருந்திருக்க வேண்டுமென்று உணரலாம். இவ்விருவரின் பிறப்பிடம் முதலியவைகளை அறிய இவர் நூலில் யாதொரு அகச்சான்றும் இல்லை. இவ்விரு ஆசிரியர்களும் தொண்டை நாட்டைச் சேர்ந்தவர் என்பது செவிவழிச் செய்தி யாகும்.

தெலுங்குக் கவிஞர் வேமனரைப் பற்றித் தேரையர் 'உத்தம மஞ்சிவாரு சுவாமி நீவென வேமனர் வடுகில் உரைத்தல் போல்' என்று தேரையர் கரிசல் என்னும் நூலில் கூறி இருப்பதால், இவர் வேமனர் காலத்தவர் அல்லது அவருக்குச் சற்றே பிற்காலத்தவர் என்று யூகிகலாம். வேமனர் கி.பி. 1486-1505 க்கு இடைப்பட்டக் காலத்தவர். மேலும் இந்நூலில் "உருளைக்கிழங்கு கற்பம்" பற்றி கூறியிருப்பதாலும், உருளைக்கிழங்கு தென் இந்தியாவுக்கு வந்தது கி.பி. 16–ஆம் நூற்றாண்டு என்று அறிவதாலும் தேரையர் இக்காலத்திற்குப்பின் வாழ்ந்தவர் என்று கருதலாம்.

தேரனைத் தேரான் மருத்துவத்திற் சேரான்

என்று புகழ்ந்து பாராட்டப்படும் வகையில் இப்போது கிடைத்துள்ள தேரையரின் சில நூல்களே சான்று பகிர்கின்றன.

தேரையர் வாகடம்

இந்நூலில் ஆங்காங்குப் பற்பல நோய்களின் சிற்சில குணங்கள் காணப் பெறுகின்றன. இதில் கண்ட நோயின் குறிகுணங்கள் பெரிதும் பயன்தரத் தக்கதாய் உள்ளமையைப் படிப்பவர்கள் தெளிவார்கள்.

தேரையர் வைத்திய காவியம்

சில நோய்களுக்கான மருத்துவம், பற்பம், ஆசனம் முதலியவற்றைக் கூறியுள்ளார்.

தேரையர் வெண்பா

வைத்தியம் கற்பதற்கும், மருந்துகளின் செய் முறைகளை அறிவதற்கும் மருத்துவ மாணவர் முதலாவதாகப் படித்தறிய வேண்டியது கருப்பொருள்களைப் பற்றித்தானாகும். அக்கருப்பொருள்களையே தேரையர் தாம் இயற்றிய இவ் வெண்பா நூலின் முதற்பகுதியில் 416 செய்யுட்களில் கூறி இருக்கிறார். இரண்டாம் பகுதியில் உள்ள 342 செய்யுட்களில் முதற்பகுதியில் கூறப்பெற்றக் கருப் பொருள்களின் செய்முறைகள் இடம் பெறுகின்றன.

இந்நூலில் தேரையர் 419ஆம் செய்யுளில் "முன் சொன்ன வெண்பா முறை நிகண்டும் அச்சொல்லின் ...." எனவரும் வெண்பாவில் "வெண்பா முறை நிகண்டு" என்று கூறுவதால் இந்நூலே அவர் கூறிய பிற மருத்துவ நூல்களுள் வைத்து நிகண்டு என்றும் பெயர் கூறுதற்கேதாகுமோ என்று எண்ணக் கிடக்கிறது. இக்கருத்தோடு நூலினை ஆய்ந்து நோக்குவோமெனின் மிகப்பலவான செய்யுட் களில் பரியாயப் பெயர்களுடன் இணைந்துள்ள இயற்பெயர்களை நன்குணரலாம். உதாரணம்: தோன்றியெனும் காந்தள் (46), காமமெனுந்திப்பிலி (47), சேர்ந்தாரைக் கொல்லியெனுந்தீ (48) என்பனவாகும். இன்னும் இந்நூலில் வந்துள்ளப் பரியாயப் பெர்களான பரிபாஷைச் சொற்களும் மிகப்பலவாம். அவற்றுள் சில வருமாறு: 'மாலெச்சில் (16)', 'மால்மனை' (40), 'தந்தி' (54), உறைக்கனி' (224), 'யாமினி' (359), 'தறிமுதற்கிரிகை (55), 'ஐம்முகனார் வெற்றி' (56), 'தராபதி (59), 'காமருபி' (140), திரிபுனா (265), பாதுகைப்பதம் (328) என்பனவாகும்.

இந்நூலாசிரியர் அறநூல்கள், காப்பியங்கள், புராணங்கள், இதிகாசங்கள், மறைகள், ஆகமங்கள், கணித நூல்கள், இலக்கண நூல்கள், ஆகிய எல்லா நூல்களையும் நன்கு பயின்று தேர்ச்சி பெற்றுள்ளாரென்பது இவர் தம் நூல் களில் ஆங்காங்கே கூறும் ஆட்சிகளாலும், மேற்கோள்களாலும், சொல்நயம், பொருள்நயங்களாலும், அணி வகைகளாலும் எடுத்தாளும் கருத்துகளாலும் விளங்குவதாகும். யாப்பு வகையின் பொருள்கோள்களுள் ஆற்றுநீர், நிரல்நிரை, விற்பூட்டு, கொண்டுகூட்டு, தாப்பிசை முதலியவைகளும், யமகம், திரிபு முதலிய சொல்லணிகளும் ஏற்ற பெற்றியாயமைத் துள்ளமை இவ்வாசிரியரின் புலமைத் திறனை விளக்குகின்றன.

அன்றியும் நாடிகளின் குணம், அவற்றின் நடை, சாத்திய–அசாத்தியம், ஐம்பூதக் குணம், தாது, தாவர, சங்கமப் பொருள்களின் சிறப்புப் பண்புகள் ஆகியவைகளும் அங்கங்கே விளக்கப் பெறுகின்றன. நோயினால் அனுசரிக்க வேண்டிய பத்தியம், உபதை, அனுபானம், மருந்து கொள்ளும் நாள், மாதம், உறைவிடம் தங்கும் நிலம்

முதலியனவும் நோய்களின் சாத்தியம், அசாத்தியங்களும் இடையிடையே கூறப் பெற்றுள்ளன. இங்ஙனமே நோய் நீக்கும் மருத்துவர் இலக்கணங்களாக அவர்தம் நற்பண்பு, மதிநுட்பம், நோயறிதிறமை, மருந்தியற்றும் வன்மை, தன்னலம் கருதாமை, நோய் கண்டஞ்சாமை ஆகியனவும் அவர் கையாளும் கட்டு, களங்கு, இரச குளிகை, பூபதிமாத்திரை, தாளக மாத்திரைப் போன்ற பலவகை மாத்திரைகள், சந்தனாதி போன்ற தைல வகைள், மகாவில்வாதி போன்ற இலேகிய வகைகள், காந்தம், அயம், வங்கம், தங்கம், வெள்ளி முதலிய உலோக பற்ப செந்தூரங்களின் செய்முறைகள், எண்ணெய் வகைகள், குடிநீர்கள், கிருதம், வற்றல், வேது, புட்டு, கண்மை, கற்பம், சூரணம், பற்று, வசியம் முதலியன பயன்களுடன் கூறப் பெற்றள்ளதோடு நஞ்சுகளுக்கு ஏற்ற முறிவுகள், கால்நடை உயிர்களின் நோய்க்குச் சிகிச்சை எனப் பலவகை மருத்துவ நுட்பங்களும் இடம் பெறுகின்றமையின் இந்நூல் சித்த மருத்துவர்கட்கும், மருத்துவத் துறையில் மேற்படிப்புப் படிப்பவர்க்கும் முதன்மையாகக் கையாளத் தகும் நிறவுகோல் போல்வதாம்.

இந்நூலில் ஒவ்வொரு செய்யுளும் அடி மோனையைக் கொண்டதாகும், மோனை பொருந்தி வருவதற்கென்றே இந்நூலைப் பாடினார் என எண்ணவும் படுகின்றது. அதனால் சில இடங்களில் பொருள் கொள்வது மிகக் கடினமாக இருக்கிறது. எடுத்துக்காட்டாக "பாஷான மாத்திரை" செய்முறைப் பற்றிக் கூறும் செய்யுளின் ஒன்பதாவது அடியில்'' பாசரையிலும் அவ்வாறே'' என்றிருப்பதை ''பசரையிலும் (பசரை–பசரைக்கீரை) அவ்வாறே என்று கொள்ள வேண்டும். இல்லையேல் சரக்குத் தெரியாமல் திண்டாட வேண்டியதுதான். மோனையை நோக்கிப் பசரை என்ற சொல் பாசரை என்று நீண்டதென்று கொள்ளவேண்டும். இவர் பெயரில் வழங்கி வரும் நூற்கள் வருமாறு :

1. தேரையர் வாகடம்
2. தேரையர் வைத்தியம் 500
3. தேரையர் வைத்தியம் 1001
4. தேரையர் திரட்டு வாகடம்
5. தேரையர் அந்தாதி யமகம்
6. தேரையர் சிகிச்சை கிரமம்
7. தேரையர் எண்ணலளவை
8. தேரையர் எதுகைப்பா
9. தேரையர் காப்பியம்
10. தேரையர் கரிசால்

11. தேரையர் மகாகுணபாடம்
12. தேரையர் மருத்துவ பாரதம்
13. தேரையர் மேகவண்ணம்
14. தேரையர் நான்மாலை
15. தேரையர் நாடகம்
16. தேரையர் நெய்குறி
17. தேரையர் நீர்க்குறி
18. தேரையர் நிகண்டு
19. தேரையர் நோய் மருத்துவ அளவை
20. தேரையர் பிரதான குணமூலி தரு
21. தேரையர் சேகரப்பா
22. தேரையர் சிகாமணி வெண்பா
23. தேரையர் தரு
24. தேரையர் தினக்கிரமலங்காரம்
25. தேரையர் தைல வர்க்க சுருக்கம்
26. தேரையர் வைத்திய பள்ளு நாடகம்
27. தேரையர் யமக வெண்பா
28. தேரையர் வைத்திய காவியம் 1001
29. தேரையர் வெண்பா.

22

யூகி முனிவர்

மரு. மொ. லோகமணியன்

முன்னுரை

இவர் எழுதிய மருத்துவ நூல்களைப் பற்றியும், நோய் கணிப்புக்கு இவர் ஆற்றிய அரும்பணியும் சொல்லிமாளாது. அவற்றைக் காண்போம்.

யூகி முனிவர் வைத்திய சிந்தாமணி (பெருநூல் 800)

நீலகண்ட மாமுனிவர், சமதக்கினிமுனி குமாரரான திரணாக்கிய முனிவருக்கு உபதேசித்ததாகிய **யூகிமுனி சிகிச்சாசாரம்** என்னும் இந்நூலை உலகிலுள்ள மருத்துவர்க்கு உதவுமாறு கூறியுள்ளார். இந்நூல் கருத்துகள் பின்வருமாறு:

பாயிரம்

பூவின் மணம் போலவும் மணிகளின் ஒளி போலவும், பாடலின் பொருள் போலவும், பாலின் சுவையைப் போலவும் உள்ள பராசக்தியையும் சித்தர்களையும் வணங்கி உலகோரை நோயினின்று காக்க வேண்டி மருத்துவத்தின் சுருக்கத்தைக் கூற வேண்டும் என்பது என் ஆசையாகும் எனக் கூறியுள்ளார்.

அவையடக்கம்

அறிவிலியாகிய யான் ஆசை மிகக் கொண்டு இந்நூலைக் கூற வந்தது குருடன் இரத்தினப் பரீட்சை செய்ய முற்பட்டதை ஒத்த செயலாகவும் கூறுகிறார்.

ஆக்கியோன் பெயர்

இந்நூலை ஆக்கியவர் யூகிமுனி என்றும், நூலின் பெயர் **சிகிச்சாசாரம்** என்றும் நவின்றுள்ளார்.

மருத்துவரை அழைக்கும் திக்கு

களிப்புடன் இருக்கும் மருத்துவரை அழைக்க வரும் தூதுவன் கிழக்கில் நின்று, கிழக்கு நோக்கி இருந்து அழைத்தல் நன்று என்றும், அன்றி தென்கிழக்கு, தெற்கு, தென்மேற்கு ஆகிய திசைகளில் நின்று மருத்துவரை அழைத்தால் நோயாளி இறக்கும் குறிப்பை உணர்த்தும் என்றும் யூகி கூறியுள்ளார்.

தூதுவன் மேற்குத் திக்கில் நின்று அழைத்தால் நன்று என்றும், வட மேற்கு மத்திமம், வடக்கும், வடகிழக்கும் நற்குணம் தரும் என்றும் தம் நூலில் யூகி முனி தெளிவுபடுத்தியுள்ளார்.

மருந்து கொடுக்கத் தகாதவர்கள்

பிறன்மனை நயந்தவன், வெறி பிடித்தவன், கட்குடியன், பாவச் செயல்களில் ஈடுபட்டவன், செய்ந்நன்றி மறந்தவன், மான உணர்ச்சி கெட்டவன், பிறர் வாழ்வை கெடுப்பவன், கொடியவன், உலோபி ஆகிய இவர்களை, மருந்துகளைக் கையால் தொடக் கூட அனுமதிக்கக்கூடாது என்று யூகிமுனி தம் நூலில் கூறியுள்ளார்.

மருந்து பாகமறியாத பண்டிதருக்கு அறிவுறுத்தல்

மருத்துவ அறிவியல் நூல்களைக் கற்க வேண்டும்; நாடிகளைப் பார்க்கும் நுணுக்கம் அறிய வேண்டும்; நோய்களின் தீரும், தீராத தன்மைகளை அறிய வேண்டும்; எண்விதத் தேர்வைக் கொண்டு நோய் அறிதல் வேண்டும்; நோய்களின் குறிகுணங்களை ஆராய வேண்டும்; மருத்துவ நுணுக்கத்தை அறிந்து நோய் தீர்த்தல் வேண்டும்; இவைகளை அறிந்தவர்கள் பிணி தீர்ப்பவர்கள் ஆவார் என்று யூகிமுனி எடுத்தியம்பியுள்ளார்.

வைத்தியர் பிண்ட நிலையறிதல்

மருந்துகளைத் தூய்மை செய்யும் விதமும், தசவாயு, அறுசுவை, பிண்ட நிலை, தொந்தம் முதலியவைகளையும் மருத்துவன் அறிந்து கொள்ள வேண்டும் என்றும் கூறியுள்ளார்.

மருத்துவ இலக்கண விதி அறியா மருத்துவர்

மருத்துவத்தின் கூட்டும், மருந்து சரக்குகளின் கூட்டு நெறியும், அறியாதவர்கள், மிகவும் தெரிந்தவர் போலப் பிதற்றுபவர்கள், நாடி அறியாத மூடர்கள் கையை தொட்டுப் பிடித்து வீண் பேச்சு பேசுபவர்கள், பிணிகளின் தீருந் தீராத் தன்மையை அறிந்தவர்களைப் போலப் பைத்தியக்காரப் பேச்சுப் பேசித் தவறு செய்பவர்கள் ஆகியோர் நோய்களை முறையாகத் தீர்க்கமாட்டார்கள் என்றும், அத்தகைய மருத்துவர்களுக்கு மிகத் துன்பம் ஏற்பட்டு நரகம் சம்பவிக்கும் என்றும் கூறியுள்ளார்.

சாத்திய, அசாத்தியத்தை அறிந்து மேலான மருந்துகளைக் கொடுத்தல் வேண்டும், வேறுபட்டத் தேர்வுகள் செய்து மருந்து கொடுத்து நோய்களைத் தீர்க்காவிட்டால் உலகோர் பழிகளை ஏற்றுப் பாவமிகுதியால் நரகில் வீழ்வது நிச்சயமாகும் என்றும் யூகி தம் நூலில் கூறியுள்ளார்.

மருந்துகளின் தூய்மை செய்முறைகளை அறிந்து கொண்டும், நோயாளியின் உடற் கூறுகளைக் கண்டறிந்தும், கைநாடியை நன்கு பார்த்தும், தெளிவடைந்த பெரியோர்களின் அறிவுரையைக் கேட்டு அதன்படி நோய்களைத் தீர்க்காதவர்களின் 21 தலைமுறையினரும் நரகம் புகுவர் என்றும் கூறியுள்ளார்.

நோயைப் போக்கடித்தல்

தோன்றிய பிணியின் அளவையும், குறிகுணங்களையும் ஆராய்ந்து,விரைந்து பிணிதீர வேண்டி மந்திரம், மருந்து, தெய்வபலம் முதலியவைகளின் மூலம் நோயைக் குணமாக்க வேண்டும். மேலும் 1. நாடி பார்த்தும், 2. அகப்புறக் கருவிகளின் செயல்திறம் அறிந்தும், 3. துணைக்கருவிகளின் துணையுடனும், 4. காலத்தின் கூறுகளுக்கேற்பவும், 5. மருந்துகளின் பதம், நச்சுத்தன்மை நீக்குதல் அறிந்து மருத்துவம் செய்தும் நோயைப் போக்க வேண்டும் என வழிகாட்டியுள்ளார்.

மருத்துவன் குருவணக்கம் செய்தல்

குருவை நினைத்து, கடவுளை வணங்கி, நாடிபேதம் அறிந்து பிணி தீர்க்க மருந்து கொடுக்க வேண்டும்.

மருத்துவர்க்கு ஆடை அணிகள்

பட்டு, மரவுறி, செந்நிறம், கருநிறம், பல நிறப்புள்ளிகள் உள்ள துணிகளை அணியலாகாது. வெண்ணிற ஆடை சிறந்தது.

மருத்துவருக்கு உரிய பரிமள நல்லொழுக்க நடைகள்

குளித்தல் மூன்று வேளைக் கிரமம், ஆசிரியர், கடவுளை வணங்குதல், உடலின் மேல் நறுமணப்பூச்சுகளுடனும் மருத்துவம் செய்யலாம்.

மருத்துவருக்கு அறிவுறுத்தல்

வாய், கை சாமார்த்தியத்தாலும், முட்டாள் தனத்தின் முதிர்ச்சியாலும் மருந்து தந்தால் அவன் குலம் அழியும்.

வாதியின் மகன் மருத்துவம் செய்வானாகில் பக்குவமாக நோய்களை அகற்றுவான். வைத்தியரின் மனமுவக்க மிக்க பக்தியுடன் நோயாளி நடந்து கொண்டால் அவனுடைய பிணி தீருவதோடு கிழத்தனமும் அகலும் எனக் கூறியுள்ளார்.

மருந்துக்குப் பத்தியம் மிகவும் அவசியம். நோயாளியின் மனம் நோகச் செய்தவனுடைய குடியும், குலமும் அழிந்துவிடும்.

மருத்துவருக்குரிய நற்பண்பு

– இனிய சொற்களை உடையவனாகவும்,

– மூத்தோர்களைத் தந்தை போலவும்,

– மற்ற பெண்களைத் தங்கை, தாய்போல் எண்ணியும்,

– நோயை நன்கு ஆராயும் வல்லமையும்,

– ஈகை கண்ணோட்டத்துடன் இருத்தலும்,

– பொய் பேசாமையும்,

– உண்மையும், நிலையான பழக்கமுடைமையும்,

மருத்துவர்க்குரிய நற்பண்புகளாம்.

வாய்மை, அருட்தன்மை

இருபாலாருக்கும் தாய், தந்தை போல இருந்து நேர்மையாக வைத்தியம் செய்தால் நோய்கள் விலகும்.

மருந்து பலிக்காத பேர்கள்

பாவச் செயல், வலிந்து பணம் பறிப்பு, உலக இயல்புக்கு ஒவ்வாத சொற்கள் கூறல், பிற மாதர்கள் மேல் காதல் கொள்பவன், சினம், ஒழுக்கமில்லான், கருமி, பொய்யன், ஒளித்து வைப்பவன், இவர்களுக்கு மருத்துவம் பலிக்காது.

பிணிதீராத பேர்கள்

பாவச் செயல் செய்வோர், பலர் பலிப்புக்கு இலக்கானவர்கள், சண்டை போடுபவர்கள், நாணயத்திற்குப் புறம்பானவர்கள், தவறாமல் மருந்து சாப்பிட்டுக் குறை கூறுபவர்கள், வஞ்சகர், கள் குடிப்பவர், தகாத காதல் உள்ளவர், பிறருக்கு நஞ்சு கொடுப்பவர்.

வைத்தியம் செய்ய வேண்டிய உத்தமர்

தீரா நோயினர், தர்மசிந்தனை உடையவர், நற்செயல் உடையவர், உண்மை உரைப்பவர் கபடமில்லாதவர், தாளாத் தன்மையுள்ளவர், அந்தணர், ஆசான், கவிகள், நீதிமான்கள், தவத்தினர், சிவயோகிகள், கட்டுப்பாடும், ஒழுக்கமுடையவர்கள்.

மருந்து செய்யவும், உண்ணவும் நாளறிதல்

வெள்ளி, சனி, திங்கள், புதன் தீது. செவ்வாய், வியாழன், ஞாயிறு பிணி தீரும்.

உணவு உண்ணும் விதி

அறுசுவை உணவு உண்பது இன்பம் தரும். புளியைக் குறைத்து, உப்பைப் பிரித்து, கார்ப்பு மிகாமல் இயற்கையான துவர்ப்போடு மிளகு கூட்டி, இனிப்புச் சுவை சேர்த்து உண்ணவும். 8 வாய்த் தண்ணீர், வெந்நீர் உண்பது அமுதம்.

காலில் நீர் விடுவதற்கு விதி

நெடுந்தொலைவு நடந்து, உலாவி, களைப்பாறிய பின் கால்களைக் கழுவ உடல் உரமும், அக மகிழவும் பெறும்.

தாம்பூல விதி

முதலில் சுரக்கும் விடநீரை துப்பிவிடவேண்டும்.

2ஆவது பித்ததோடம்.

3ஆவது அமுதம்.

புணர்ச்சி, நித்திரை விதி

பகலில் உறக்கம், பெண்மோகம் நோயாளி ஆவார்கள். மிகுந்த வெய்யிலில் திரிதல், பசப்பால் இளைத்தல், கலவியை விரும்புதல் குடியைக் கெடுக்கும், உண்டபின் உலவல் நலம்.

நல்ல நிமித்தங்கள்

இசைக்கருவிகள், வெற்றிலை, சந்தனம், மங்களப் பாட்டு, இராசாளி, மன்னன், வெண்தாமரைப்பூ, குரங்கு, பானை, கண்ணாடி, பைத்தியம், சுமங்கலி, தாயார், வளையல்காரன், பால், தயிர், பாலாடை, அன்னம், பல்லக்கு.

வடநாட்டு வைத்தியர்கள்

தன்வந்திரி, அஸ்வினி, இந்திரன், சுகர், பராசரர், அகஸ்த்தியர், புலத்தியர், சனிகர், சௌமியர், பௌமர், அக்கினிவேசர், கௌதமர், காசிபர், மரிசி ஆர்த்திரையர், காசியபர், சிசுருதர், மனு, சாயம்பு, அத்திரியர், கண்ணுவர், விசுவாமித்திரர், வசிட்டர், வியாசர், தட்சர் போன்றவர்கள் யூகிமுனிவரால் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளனர்.

தமிழ்நாட்டு வைத்தியர்கள்

அகத்தியர், திருமூலர், போகர், தேரையர், சட்டைமுனி, மச்சமுனி, கொங்கணர், இடைக்காடர், கோரக்கர், சுந்தரநாதர், பாம்பாட்டிச் சித்தர், இராமதேவர் போன்றோர்.

வடமொழி நூல்கள்

உமாகலம், அசுவனியம், சூடாமணி, வைத்திய ரசாயன முத்தார வலி, காசிபவசுவதாரிட்டம், சுர சிந்தாமணி, ஆரோக்கிய சிந்தாமணி, குமார தந்திரம், மதன காம ரத்தினம் இவை போன்ற மற்றும் பல நூல்கள்.

தென்மொழி நூல்கள்

அகத்தியர் பெருந்திரட்டு, மூன்று காண்டம், வைத்திய சிந்தாமணி, சிவசாலகாவியம், மணி நாலாயிரம், வைத்தியர் கண்ணாடி, பற்பமுறை 200 தண்டகம், பட்சினி, திருமந்திரம், நாடிநூல், மகாகுணபாடம், வண்ணம், மருத்துவ பாரதம், நீர் நிறக்குறி, நெய்க்குறி பெருந்திரட்டு, போகர் ஏழாயிரம், உபரச நிகண்டு,

தைலவருக்கச் சுருக்கம், சரக்கு வைப்பு இராமதேவர் பெருநூல்இ மச்சமுனி 800 போன்ற மற்றும் பல இந்நூலில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளன.

நூல் பிறந்த விவரம்

தன்வந்திரி சொன்ன முறைகளாகிய ஆயுளைப் பற்றி 4 வேதங்களுடன் 5ஆவது வேதமாக மருத்துவக் கலை நுணுக்கங்களை வெளிப்படையாகக் கூறுவேன். சதாசிவனார் தன் தேவிக்கும், தேவி நந்தி தேவருக்கும் நந்தி தன்வந்திரிக்கும் அகத்தியர் புலத்தியர், தேரையர், யூகிக்கும் உண்மைகள் உபதேசிக்கப்பட்டன, போன்றவை **யூகி வைத்திய சிந்தாமணிப் பெருநூல்** 800இல் கூறப்பட்டுள்ளன.

இவர் பெயரில் காணப்படும் நூல்கள் வருமாறு :

1. யூகிமுனிவர் பிடிவாதம் 1000
2. யூகிமுனிவர் வாதகாவியம் முதற்காண்டம் 1000
3. யூகிமுனிவர் வாதகாவியம் இரண்டாம் காண்டம் 1000
4. யூகிமுனிவர் வாத வைத்திய உலா 1000
5. யூகிமுனிவர் வாத வைத்தியக் கும்மி 1000
6. யூகிமுனிவர் பரிபூரணம் 200
7. யூகிமுனிவர் வாதாங்க தீட்சை 300
8. யூகிமுனிவர் வாதவைத்திய விளக்கம் 200
9. யூகிமுனிவர் மதிவெண்பா 100
10. யூகிமுனிவர் கரிசாலை 36
11. யூகிமுனிவர் வைத்திய சிந்தாமணி 800
12. யூகிமுனிவர் சாரசங்கிரகம்
13. யூகிமுனிவர் ஆனந்தக் களிப்பு 1000
14. யூகிமுனிவர் மூதுரை
15. யூகிமுனிவர் சிங்கிவைப்பு 100
16. யூகிமுனிவர் வகுப்பு 32
17. யூகிமுனிவர் பூரணம்

18. யூகிமுனிவர் வாதசிந்தாமணி
19. யூகிமுனிவர் வாத காண்டம் மூன்று
20. யூகிமுனிவர் வாத காண்டம் ஐந்து
21. யூகிமுனிவர் வாத காண்டம் ஆறு
22. யூகிமுனிவர் வாதம்.

23

சிவவாக்கியர்

மரு. கு. கணபதி

இவர் பாடல்களுக்கு "சிவவாக்கியம்" என்று பெயர். இவர் பாடல்கள் யாவும் மெய்ஞ்ஞான போதமாகிய உயர்ந்த வேதாந்த சிந்தனைக் கருத்துகளாகும். அதற்கு எடுத்துக்காட்டாகக் கீழ்வரும் பாடல் ஒன்றைக் காண்போம்.

நட்ட கல்லைத் தெய்வமென்று நாலுபுட்பம் சாத்தியே
சுற்றி வந்து முணமுணென்று சொல்லு மந்திரம் ஏதடா ?
நட்ட கல்லும் பேசுமோ ? நாதனுள் ளிருக்கையில்
சுட்ட சட்டி சட்டுவம் கறிச்சுவை யறியுமோ.

தத்துவம் அறியாதவர் மேற்படிப் பாடலைக் கொண்டு சிவவாக்கியர் உருவ வழிபாட்டை வெறுத்து ஒதுக்கியவரென்றும், கடவுளென்னும் நம்பிக்கை இல்லாதவ ரென்றும் கூறுவர்.

உண்மையில் இப்பாடலில் ஆண்டவன் என்ற கடவுள் ஆன்ம வடிவாக மனிதன் உள்ளேயே வீற்றிருக்கும்போது கற்சிலையை மந்திரம் ஓதி, பூ முதலியன சார்த்தி வழிபடுவது ஏன் ? அது தன்னைத்தான் அறியாவதவன் செயல் அல்லவா ? கறி சுட்ட சட்டியும், சட்டுவமும் கறிச் சுவை அறியாதது போல் மனிதனும் தன்னுள்ளே இருக்கும் ஆண்டவனையறியாது திகைத்து, வேண்டாத வேலை எல்லாம் செய்து காலத்தை வீணாக்குகிறானே. அதனால் மனிதன் அடையும் பயன் யாது ? என்று வினவித் தெளிவுறுத்துகிறார்.

சிவவாக்கியர் பிறக்கும் போதே "சிவ சிவ" என்று சொல்லிக் கொண்டே பிறந்தார். ஆதலின் இப்பெயர் பெற்றார் என்பர். சித்தர் ஞானக் கோவையில் சிவவாக்கியர் பாடியனவாக 520 பாடல்கள்இ சிவவாக்கியர் பாடல்கள் என்ற தலைப்பில் காணப்படுகின்றன. இப்பாடல்களைத் தவிர சிவவாக்கியர் நாடி பரீட்சை, சிவவாக்கியர் நாடிசூத்திரம் என்பன இவர் பெயரில் வழங்கி வருகின்றன.

இவர் தம் பாடல் தொகுப்புக்குச் "சிவவாக்கியம்" என்ற பெயர் சூட்டியிருத்தல் வேண்டும் என்று எண்ணத் தோன்றுகிறது. சிவவாக்கியம் ஆயிரம் என்ற தலைப்பில் 1000 பாடல்களுடன் சில பதிப்புகளும் வந்துள்ளன. இவரது பாடல்களை ஊன்றிப் படித்தால்தான் விளங்கும். பல பாடல்கள் அந்தாதி அமைப்பில் காணப்படுகின்றன.

கருத்து, நடை, சொல்லாட்சி இவற்றில் முற்றிலும் முரண்பட்டப் பாடல்கள் மிகவும் காணப்படுகின்றன. இவர் சிவவாக்கியம் பாடியுள்ளதால் சிவவாக்கியர் என்னும் பெயர் பெற்றிருத்தல் கூடும் எனக் கருத வேண்டியுள்ளது.

மேலும் இவர் தம் பாடல்களில் சுமார் 50 இடங்களில் 'சிவாயம்' என்ற சொல்லைப் பயன்படுத்தியுள்ளார்.

இவர் வாழ்க்கை பற்றிய அக, புறச் சான்றுகள் எதுவும் கிடைத்தில. செவி வழியாகவும், புராணங்கள் வழியாகவும் சில கதைகளைக் காண முடிகின்றது.

புலவர் புராணம் என்னும் நூல் கூறும் சிவவாக்கியர் வரலாறு பின்வருமாறு:

நற் பிராமணர் குலத்தில் நான்முகன் பிறந்தாலெனப் பிறந்த ஒருவர் காசியாத்திரை விருப்புற்றுச் செல்லும்போது கடைக்குலத்துப் பிறந்த ஞானி ஒருவரைச் சந்தித்தார். அந்த ஞானியோ ஏசினார்க்கும், ஏத்தினார்க்கும் இன்சொல் ஓதும் தன்மை உடையவர். அவர் நான்முகக் குலத்துதித்தாருக்கு உபதேசம் செய்து, பெண்ணோடு சேர்ந்தின்பம் நுகரும் வாழ்வு வேண்டுமா ? அன்றி வீடு தோறும் சென்று இரந்து உண்டு வாழும் துறவு வாழ்வு வேண்டுமா என்று வினா எழுப்பினார். அவ்வந்தணரும் பெண்பால் இன்பம் நுகருவது சிறுமதி என்னும் எண்ணம் பெற்றேன் இல்லை எனலும், இரு நாழி மணலும், படுசுரைக்காயும் கொடுத்து இவற்றைச் சுவையான உணவாகச் சுட்டுத் தருவாளை மணந்து இன்பம் நுகர்க என்று சொல்லி விடை பெற்றகன்றார். அந்த ஞானியின் வாக்கினால் இறையொன்றே என்னும் உண்மையை உணர்ந்தார் அந்தணர்.

தம் ஞானாசிரியர் அளித்த மணலையும் சுரைக்காயையும் கையில் ஏந்திக் கொண்டு கன்னியர் பலரிடமும் காட்டிச் சோறு அடுமாறு கேட்ட வண்ணம் சுற்றினார் அந்தணர். எள்ளி நகையாடினர் சிலர். யாராலும் இயலவில்லை.

பின்னர் குறவர் இனத்தைச் சேர்ந்த சேரியுள் சென்றார். அங்குப் பால் வழிந்தனைய மொழிப் பெண்ணைக் கண்டார். அவளை நோக்கி உன் அன்னையும் அத்தனும் எங்குச் சென்றனர் என்றார். அவள் 'அவர் எங்ககன்றனரோ அறியேன்' என்றாள். அவர் இம்மணலையும் சுரைக்காயையும் அட்டுப் படைத்து பொங்கிப் பசி தீர்த்தால் புண்ணியமுண்டு என்றார். அவள் மற்ற பெண்டிரைப் போல் நகைக்க வில்லை. அதை வைத்து சமைத்துப் படைத்தாள். அவரும் அதை உவகையோடு உண்டு அங்கிருந்தார்.

அப்போது அவளைப் பெற்றவர்கள் வந்தனர். அவர்களைக் கண்டதும், நாம் இவளைப் புணர்ந்து போகம் துய்க்கவிடுவாரோ அன்றி மரபிற்கு ஒவ்வாது என விடுவாரோ என்று எண்ணியிருந்த போது பெற்றவர்கள் துறவியின் கால்களில் வீழ்ந்து பணிந்து நின்றனர்.

பின்னர் எனது தவம் உமது தயவினால் பெரிதும் ஈடேற வேண்டும் என்று இரந்தார். அவர்களும் யாதெனக் கேட்க, உ ம் மகளைக் கேட்டேன் என, அவர்களும் சற்றும் சிந்தியாது அளித்தோம் என்றனர். மணம் புரிந்த பின்னர் எமது சேரிக் குடியிலேயே இருத்தல் வேண்டும் என்றனர். சிவவாக்கியரும் அதற்கிசைந்தார். மணம் நடைபெற்றது. அவர்களும் தனது தொழிற் கருவி முதலியன தந்து ஊக்கினர். மெய்ம்மை உணர்த்தும் ஓர் இச்சை மேவியதால் இவ்வினை தாங்கினார்.

அக்குறப் பெண்ணின் உண்மைத் தன்மையறியாமல் பொய்ச்சுகம் விழைந்து அந்தணர், குறவர் புலக்குடில் புகுந்தனை எனப் பலர் பழித்தனர். இவ்வாறு வாழ்ந்து வரும் நாளில் சிவவாக்கியரும் குறவர் தொழில் கற்றுத் தொழில் செய்து வந்தார். ஒரு நாள் கானகத்தில் ஒரு பெருமூங்கிலைத் தறித்த போது பத்தரை மாற்றுப் பொன் உதிர்ந்தது. அளவில் மிகுதியான அப்பொன்களைக் கண்டு ஓடியகன்றார். அதனைக் கண்ட நால்வர் அஞ்சி விரைந்தோடி வந்து காரணம் வினவியபோது மூங்கிலில் ஆட்கொல்லி தோன்றியதெனக் கூறவும், அவர்கள் விரைந்து அவ்விடம் சென்று பார்க்க, அவர் அவ்விதம் குறித்தது பொன்னையே என அறிந்து அவரை எள்ளி நகையாடி அப்புறம் அனுப்பினர்.

ஒரு முறை கொங்கணர் சிவவாக்கியர் வீட்டுக்கு வந்து அவருடைய மனைவியிடம் கருவி செய்து கழிந்த இரும்பையெல்லாம் கொண்டு வருமாறு

சொன்னார். அவளும் அவ்வாறே செய்தாள். அவர் அவற்றையெல்லாம் செம்பொன்னாய்ச் செய்தார். அவளும் தன் நாயகன் வந்ததும் அவற்றைக் காட்டி வகைபடச் சொன்னாள். உடனே அவரும் ஊர்ப் புறத்துள்ள பாழுங்கிணற்றில் போடுமாறு சொன்னார். அவளும் எவ்வித மனவிகர்ப்பமும் இல்லாமல் போட்டு வந்தாள். இவ்வாறு சிவவாக்கியர் அக்குற மகளுடன் ஏழு பருவம் மட்டும் இன்பம் துய்த்து அதன் பின் தனித்துச் சஞ்சரிக்கத் தொடங்கினார்.

சிவனை ஒரு கால் பாடுவார். நெடுமாலை ஒரு கால் பாடுவார். தண்ணீரும் தீயும் அவன் சொரூபம் என்னும் ஞானத்தோடு தொண்டு செய்தார்.

கச்சியில் கணிவண்ணன் எனும் பெயருடைய மன்னன் செங்கோலோச்சி வந்தனன். அவனைக் காணச் சிவவாக்கியர் சென்றார். இவர் சென்ற நேரத்தில் அவன் ஒரு நாட்டிய நங்கையின் கலை அழகில் மூழ்கியிருந்தான். ஆதலால் அவர் வெகுண்டு அவ்வூர்க் கோயிலில் குடி கொண்ட கோவிந்தனைக் கண்டு மனைவியும் மாசுணப் பாயும் சுருட்டி வா என்றார். அவர் பின்னர்த் திருமாலும், மனைவியும் பின் தொடர்ந்தனர். இறைவனை இழந்த ஆலயத்தை வேதியர் கண்டனர். வேந்தனிடம் சென்று முறையிட்டனர். மாயவன் மீண்டும் கோயில் கொள்ளுமாறு செய்தல் வேண்டும் என இறைஞ்சினர். அரசனும் தன் பிழை உணர்ந்தான். சிவவாக்கியரைத் தேடி விரைந்தான். வேதியர் முதலியோரும் பின் தொடர்ந்து சிவவாக்கியரிடம் பிழை பொறுக்க வேண்டினன். திருமாலைக் கோயில் கொள்ளுமாறு செய்தல் வேண்டுமெனப் பணிந்து வேண்டினர். இன்றேல் அத்துணை பேரும் இறப்போம் என்று அழுதனர். மன்னனும் அவ்வாறே பலவிதம் அழுதும் தொழுதும் கூறினான். சிவவாக்கியரும் அவர்கள் வேண்டியவாறே பிழைபொறுத்துத் திருமாலைக் கோயில் கொள்ளுமாறு செய்தார். கவிஞன் சிறுபாடல் கேட்டு யாவருக்கும் முன் மாயன் போனான். அவன் பின் அருந்தவன் போனான். அவன் பின் அரசன் சென்றான். அருந்தவன் அரசனின் விருந்தாளியாகத் தங்கி அவனை உய்வித்து அருளுபதேசம் செய்து அங்கு அகன்று பல பகுதிகளுக்குச் சென்றார்.

சைவர்களால் சிவவாக்கியர் என்றும், வைணவர்களால் திருமழிசை ஆழ்வார் என்றும், கல்விமான்களால் செந்நாப்புவர் என்றும் வழங்கப் பெறுவர். இதுவரைக் கண்ட இக்குறிப்புகள் அனைத்தும் 1840–1899 காலவரையறைக்குள் திருநெல்வேலி வேளாண்குடியில் தோன்றிய முருகதாச சுவாமிகளால் பாடப் பெற்றப் புலவர் புராணம் என்னும் நூலில் காணப்படுபவை.

இக்குறிப்பின் மூலம் திருமழிசை ஆழ்வார் என்ற பெயரோடு சமயவாழ்வைத் தொடங்கி சிவவாக்கியர் என்ற பெயரில் தமது ஆன்மீக வாழ்வை அமைத்துக்

கொண்ட ஞானி இவர் என்பது புலனாகிறது. அகஸ்தியர் பெருமான் தமது 12000 என்ற பெருநூல் காவியத்தில் சிவவாக்கியரைப் பற்றிக் கூறியுள்ளார். சிவவாக்கியரின் பெற்றோர்கள் சித்தர்களை அடுத்து வாழ்ந்ததாலும், தெய்வச் சிலைகள் செய்து பிழைப்பு நடத்தியதாலும் பெற்றோர்கள் தக்க குருவைத் தேடி கண்டுபிடித்து முறையாகக் கல்வி கற்பிக்கும்படி வேண்டிக் கொண்டார்கள். அதன் பயனாக

பையவே ஞானப்பா லமிர்தமேறி
பாலனுக்கு சின்மயத்தின் மயக்கம் கொண்டு
வெய்யபுகழ் பதினெண்பேர் சார்பிற்சென்று
வேதாந்த சிவவாக்கிய ரானார் காணே.

இந்தப் பாடலில் சிவவாக்கியர் பதினெண் சித்தர்கள் மரபில் சென்று வேதாந்த சிவவாக்கியராக ஆனார் என்று கூறப்பட்டுள்ளது.

சீவனே சிவன் என்னும் சித்தர் நெறியை உறுதிப்படுத்தும் வண்ணம் சிவவாக்கியர் பாடல்கள் உள.

பிற நூல்களின் கருத்துப்படி **சிவவாக்கியம்** கூறிய சிவவாக்கியரின் சரித்திரச் சுருக்கம் யாதெனில் துவாபரயுகத்திலே திருமழிசையிலே அத்திரி, பிருகு, வசிஷ்டர் முதலான முனிவர்களுடன் நித்திய வாசம் பண்ணிக் கொண்டிருந்த பார்கவா முனிவருக்குச் சர்வேஸ்வரனுடைய கிருபையால் அவருடைய பத்தினியாரிடமாகப் பன்னிரண்டு மாதம் கர்ப்பத்திலங்கிய மகவு பிறந்தது. அஃது ஒரு பிண்டம் போல் ரூபங்கள் தோன்றாமலிருந்தபடியினாலே பார்கவரும் அவரது பத்தினியாரும் வெறுப்புற்றவர்களாக அங்கிருந்த பிரம்புப் புதரின் கீழே போட்டுவிட்டுப் போனார்கள். மூட்டை போலிருந்த அந்தப் பிண்டத்தை இரட்சிப்பார் ஒருவருமின்றி இலட்சுமி தேவியார் அனுக்கிரகத்தாலே சர்வாங்கமும் பெற்ற குழந்தை, பசி தாகங்களுக்கு உட்பட்டு முலைப்பால் வேண்டி அங்ஙனே அழுது கொண்டிருக்க, அங்கு ஜகத்ரட்சகனான பரந்தாமன் எழுந்தருளிப் பசி, தாகம் தீர்த்துத் தன்னையும் காட்டி மறைந்தார். அக்குழந்தையாகிய ஆழ்வார் அவரை விட்டுப் பிரிந்தது சகிக்க மாட்டாமல் மறுபடியும் அழத் தொடங்கினார். அங்கே பிரம்பறுக்க வந்த திருவாளன் என்பான் அவ்வழுகைக் குரலைக் கேட்டு ஓடோடியும் வந்து குழந்தையைக் கண்டு தாவி எடுத்துச் சென்று மிகுந்த ஆசையோடு அக்குழந்தையை வளர்க்க இச்சை கொண்டான். பிள்ளையாகிய ஆழ்வாரோ பால் முதலியன அருந்துதலின்றி சதா சர்வேஸ்வரனையே தியானித்தவராய்ப் பேசுவதும் அழுவதும் மலமூத்திராதி களுமில்லாமல் எல்லா அவயங்களும் பரிபூரணமாய் எழுந்தருளியிருந்தார். இவ்வாச்சரியத்தைத் திருமழிசையில் புத்திரனில்லாதிருக்கும் ஒரு கிழவன் கேட்டு, தினமும் தவறாது பாலமுதங்காய்ச்சி எடுத்துக் கொண்டு தன் பத்தினியுடன் வந்து

ஆழ்வாருக்களித்து அமுது செய்யச் சொல்லி மகிழ்ச்சி அடைந்து வந்தார். ஒரு நாள் அக்கிழவனுடைய மனோபாவத்தை ஆழ்வார் அறிந்து அன்று அவர்கள் கொண்டு வந்தப் பாலமுதை அமுது செய்து மிஞ்சுகின்றப் பாலை இதை நீங்கள் அருந்துங்கள், உங்களுக்கு நல்ல புத்திரன் உண்டாவான் என்று கொடுத்தருள, அவர்களும் அப்படியே அருந்த, யௌவனத்தையடைந்து ஒரு பிள்ளையைப் பெற்று அப்பிள்ளைக்கு "கணிகண்ணன்" என்ற திருநாமஞ் சாற்றி மகிழ்ச்சியுடன் வளர்த்து வரலாயினர். பின்பு ஆழ்வாரும் எல்லாத் திசைகளிலும் சென்றவாறே, அஷ்டாங்க யோகாப்பியாசத்தில் மனமாகி இவ்வுலகில் நிலவிவரும் பற்பல சமயங்களையும் புக்குணர்ந்து ஆராய்ந்து பார்த்து இவற்றில் யாதொரு பசையுமில்லை என்று கழித்து வரும் போது, சைவ சமயத்திலும் சில நாளிருந்து "சிவவாக்கியம்" என்ற இந்தப் பாடல்களைப் பாடி "சிவவாக்கியர்" என்ற நாமந்தரித்துப் பின்னர் இந்தச் சமயமும் "நிலை நில்லாது" என்று கைவிட்டு, ஸ்ரீ வைஷ்ணவராகி, ஸ்ரீ விஷ்ணு பரமாகத் திருப்பாசுரங்களைப் பாடி அனேக அற்புதங்களையுஞ் செய்து நாலாயிரத் தெழுநூறு ஆண்டுகள் இவ்வுலகத்தாரை வாழ்வித்து அருளினார் என்பது ஒரு கதை.

மு. அருணாசலத்தின் கருத்துப்படி இவரது காலம் கி.பி. 14ஆம் நூற்றாண்டு ஆகும். சித்தர் வரலாற்றில் திருமூலரை அடுத்து நீண்ட இடைவெளிக்குப் பின் தெரிய வரும் பெரும் சித்தர் இவரே. இவரே சித்தர் மரபை மட்டும் தழுவி முழு நூல் செய்த முதல் சித்தராகவும் அமைகின்றார்.

24

தன்வந்திரி

மரு. கு. கணபதி

தேவர்களும் அசுரர்களும் திருப்பாற்கடலைக் கடைந்தபோது அமுத கலசத்துடன் திருமாலாய்த் தோன்றியவர். பின் அடுத்த பிறவியில் தீர்க்க தருமன் என்பவரின் புதல்வராகப் பிறந்தார் எனவும் நூல்கள் கூறுகின்றன.

அகத்தியர் பன்னீராயிரத்தில் விஷ்ணு பகவானே தன்வந்திரியாக உலக நன்மைக்காகப் பிறந்தார் என்று கூறுகிறார். ஆயுள் வேதத்தின் தந்தை என இவர் அழைக்கப்படுகிறார்.

மருத்துவத்தில் சிறந்த ஆற்றல் உள்ளவரைத் 'தன்வந்திரி' என அழைக்கப் படுவதால் (சிறப்பிப்பது) இவர் மருத்துவத்துறைக்கு ஒப்புயர்வற்ற சேவை புரிந்துள்ளார் எனக் கருத வேண்டும்.

இவர் தமிழில் பல நூற்கள் இயற்றியுள்ளது போல் வட மொழியிலும் பல நூல்கள் இயற்றியுள்ளார். எனவே இவர் ஒரு பன்மொழிப் புலவராக இருத்தல் வேண்டும். தமிழ் நூல்கஎ 'தன்வந்திரி கருக்கிடை நிகண்டு' குறிப்பிடத்தக்கது. இந்நூலில் இவர் வட நாட்ட வர் என்றும், இவர் இயற்றிய வடநூல்களை இவரே தமிழிலும் இயற்றியுள்ளதாகக் கூறப்படும். அதன் ஆதாரப்பாடல்

என்தேயம் உத்திரதேயம்
நலம்புரிய என்னுடைய கிரந்தம் சொன்னேன்
உள்ளிடா அதைப் பிரித்துத் தமிழால் சொன்னேன்

நாரணன் என் போன் தட்சிணாயன்
நாமான ஆயிரத் திரு நூறென்றே

சில நூல்கள் இவரை ஆதி சைவ அந்தண குலத்தவர் (குருக்கள்) என்றும் இவர் வைத்தீசுவரன் கோயிலில் சமாதியோகம் பெற்றவர் என்றும் கூறுகின்றன.

இதுவரை இவர் தமிழில் இயற்றியதாகக் கூறப்படும் நூல்கள்:

1. தன்வந்திரி முப்பு 48
2. தன்வந்திரி சிந்தாமணி அமர வெண்பா அல்லது அந்தாதி
3. தன்வந்திரி சகலஞானம் 140
4. தன்வந்திரி கலைஞானம் 500
5. தன்வந்திரி கருக்கிடை 200
6. தன்வந்திரி கருக்கிடை நிகண்டு 300
7. தன்வந்திரி முப்பு 44
8. தன்வந்திரி நாடி சாஸ்திரம்
9. தன்வந்திரி நாடி சூத்திரம்
10. தன்வந்திரி நிகண்டு 300
11. தன்வந்திரி செயநீர் 50
12. தன்வந்திரி சிமிட்டுரத்தின சுருக்கம் 360
13. தன்வந்திரி சூத்திரம்
14. தன்வந்திரி தண்டகம்
15. தன்வந்திரி வாலை சூத்திரம்
16. தன்வந்திரி வாதம், அறுவகை குணம்
17. தன்வந்திரி வாகட சுரநூல்
18. தன்வந்திரி வாகடம்
19. தன்வந்திரி வாக்கியம்
20. தன்வந்திரி வாக்கியம் முப்பு 40
21. தன்வந்திரி வைத்திய சிந்தாமணி 70
22. தன்வந்திரி வைத்திய சிந்தாமணி 1500
23. தன்வந்திரி வைத்திய காவியம்
24. தன்வந்திரி வைத்திய சாஸ்திரம்

25. தன்வந்திரி வைத்தியம் 500
26. தன்வந்திரி எழுபத்தீராயிரம் நாடி இருக்கும் வகை
27. தன்வந்திரி குணவாகடம்
28. தன்வந்திரி குருநாடி
29. தன்வந்திரி ஐவகை வலிப்பு குணம்
30. தன்வந்திரி இலிங்க மெழுகு வகை வசனம்
31. தன்வந்திரி இஞ்சி லேகிய முறை
32. தன்வந்திரி இரும்பு உருக்கு முறை
33. தன்வந்திரி ஜாலத்திரட்டு
34. தன்வந்திரி ஜாலத்திரட்டு 1200
35. தன்வந்திரி சோதிடமும் வைத்தியமும்
36. தன்வந்திரி கண் வைத்திய நூல்
37. தன்வந்திரி கர்ப்ப சிந்தாமணி
38. தன்வந்திரி கர்ப்பக் கூறு
39. தன்வந்திரி கர்ப்ப விதி
40. தன்வந்திரி கரு அமைப்பு அகவல்
41. தன்வந்திரி கருட பஞ்சாட்சரம்
42. தன்வந்திரி கரு சாத்திரம்
43. தன்வந்திரி கர்ப்பூர சலசித்து
44. தன்வந்திரி கர்ப்பூர சலகட்டு பற்பவகை
45. தன்வந்திரி இன்பரச மாலை (கர்ப்பம் தரியுங் குணம்)
46. தன்வந்திரி இந்திரசால நிகண்டு 200
47. தன்வந்திரி கயறு சூத்திரம் (மணிக்கடை)
48. தன்வந்திரி சிந்தாமணி.

25

தட்சிணாமூர்த்தி

மா. மதியழகன்

அகத்தியரின் வேறு பெயரே தட்சிணாமூர்த்தி என **தட்சிணாமூர்த்தி கலைஞானம்** என்ற நூலின் வாயிலாகத் தெரிய வருகிறது. என்றாலும் இருவரும் ஒருவரே என்பதற்குப் போதிய ஆதாரமில்லை. எனவே இவரைத் தனிச் சித்தராகக் கருதலாம். தட்சிணாமூர்த்தி சனக, சனந்தனாதியர் நால்வருக்கும் வாய்ப் பேச்சின்றி மோன உபதேசம் செய்தவர்; திருமந்திரம் பாடியவர்; நர்மதை நதிக் கரையில் சமாதி கொண்டவர் என்று போகர் கூறுகிறார். சித்தராகிய சிவபெருமான் தென்றிசைக் கடவுளாகத் தோன்றித் தட்சிணாமூத்தி என்ற பெயருடன் சித்த மருத்துவத்துக்கும் சித்தர்களின் யோகம், ஞானம், வாதம் என்னும் கலைகளுக்கும் ஆக்கந்தரும் பனுவல் பல இயற்றியவர் ஒருவர் உண்டு. அவரைத் தனவந்திரியின் பேரன் என்றும் பதினெண் சித்தர்களில் ஒருவரென்றும் **மெய்ஞ்ஞானத் திருமந்திரம்–1500** என்னும் நூல் கூறும். இவர் இயற்றியதாகக் கூறப்படும் நூல்கள்:

1. தட்சிணாமூர்த்தி கடைக்காண்டம்
2. தட்சிணாமூர்த்தி நாடி சதகம்
3. தட்சிணாமூர்த்தி நட்டாமுட்டி சூத்திரம்
4. தட்சிணாமூர்த்தி நிகண்டு116
5. தட்சிணாமூர்த்தி பாடல் பின் 80
6. தட்சிணாமூர்த்தி பரிபாஷை
7. தட்சிணாமூர்த்தி ரசவாதம் 16
8. தட்சிணாமூர்த்தி சுத்தி

9. தட்சிணாமூர்த்தி சுருக்கம்
10. தட்சிணாமூர்த்தி சூத்திரம்
11. தட்சிணாமூர்த்தி வாலை 30
12. தட்சிணாமூர்த்தி வகார செளமிய சாகரம் 500
13. தட்சிணாமூர்த்தி வகிகர் பட்சிணி 81
14. தட்சிணாமூர்த்தி வாக்கியம் 16
15. தட்சிணாமூர்த்தி வழலை 30
16. தட்சிணாமூர்த்தி வைத்திய ஆனந்த பூர்ண சூத்திரம்
17. தட்சிணாமூர்த்தி வைத்திய கடைக்காண்டம் 600
18. தட்சிணாமூர்த்தி வைத்திய மெய்ஞானம் 1500
19. தட்சிணாமூர்த்தி வைத்திய சூத்திரம் 16
20. தட்சிணாமூர்த்தி வைத்தியம்
21. தட்சிணாமூர்த்தி வைத்திய வல்லாதி
22. தட்சிணாமூர்த்தி குணவாகடம்
23. தட்சிணாமூர்த்தி ஆறு காண்டத்தில் பூரண காவியம்
24. தட்சிணாமூர்த்தி ரச குளிகை
25. தட்சிணாமூர்த்தி பாடல்
26. தட்சிணாமூர்த்தி சகல பரிபூரண வைத்தியம்
27. தட்சிணாமூர்த்தி பரிபாஷை
28. தட்சிணாமூர்த்தி சோதிடம், வைத்தியம்
29. தட்சிணாமூர்த்தி மாட்டு வாகடம்
30. தட்சிணாமூர்த்தி நாடி பரீட்சை
31. தட்சிணாமூர்த்தி அகவல்
32. தட்சிணாமூர்த்தி காவியம்
33. தட்சிணாமூர்த்தி மெய்ஞான சுருக்கம்
34. தட்சிணாமூர்த்தி நிகண்டு
35. தட்சிணாமூர்த்தி பூஜாவிதி

36. தட்சிணாமூர்த்தி பூரணம் 1200
37. தட்சிணாமூர்த்தி சண்முகஜாலம்
38. தட்சிணாமூர்த்தி திறவுகோல்
39. தட்சிணாமூர்த்தி வைத்திய காண்டம்
40. தட்சிணாமூர்த்தி வைத்திய கர்ம காண்டம்
41. தட்சிணாமூர்த்தி வைத்திய காவியம் 1000
42. தட்சிணாமூர்த்தி வைத்திய ரத்தின சுருக்கம்
43. தட்சிணாமூர்த்தி விருத்தம்
44. தட்சிணாமூர்த்தி கலைஞானம்
45. தட்சிணாமூர்த்தி பட்சணி
46. தட்சிணாமூர்த்தி ரசமணி
47. தட்சிணாமூர்த்தி சாயதர்சனம்
48. தட்சிணாமூர்த்தி சௌமிய ஜாலத் திரட்டு
49. தட்சிணாமூர்த்தி சௌமிய சாகரம்
50. தட்சிணாமூர்த்தி தீட்சை
51. தட்சிணாமூர்த்தி திருமந்திரம்
52. தட்சிணாமூர்த்தி உடற்கூறு முறை
53. தட்சிணாமூர்த்தி உடற்கூறு சூத்திரம்.

26

நந்தீசர்

மா. மதியழகன்

சித்தர் கணத்துள் ஒருவராகிய இவரைப் பற்றிய வரலாற்றுக் குறிப்புகளோ, இவரைப் பற்றிய கர்ண பரம்பரைக் கதைகளோ எதுவும் புழக்கத்தில் இல்லை. சித்தர் மரபில் இறைவன் சிவனே முதல் சித்தராகக் கருதப்படுகின்றார். அவர் சித்தர் தத்துவத்தை நந்திக்கு உபதேசிக்க, நந்தியின் மூலம் மற்றவர்களுக்கு உபதேசிக்கப் பட்டது என்றே கருதப்படுகின்றது. சித்தர் மரபில் இது கைலாயப் பரம்பரை என்று வழங்கப்படுகிறது. இறைவனுக்கும் நந்தீசன் என்ற பெயர் வழக்குண்டு. எனவே நந்தீசர் என்ற பெயரில் ஒருவரோ அல்லது பலரோ இருந்து நூல் செய்திருக் கலாம். அல்லது வேறு பெயரில் வாழ்ந்த சித்தர்/ சித்தர்கள் தம் நூலுக்குப் பெருமை சேர்க்கும் பொருட்டு இறைவனாகிய நந்தீசனின் பெயரைச் சூட்டி இருக்கலாம். எப்படியோ இன்று நமக்குக் கணிசமான அளவில் நந்தீசர் செய்ததாகப் பல மருத்துவ நூற்கள் கிடைத்து வருகின்றன. அவை வருமாறு:

1. நந்தீசர் கரகைப்பா 500
2. நந்தீசர் மதிகைப்பா 100
3. நந்தீசர் முப்பு 51
4. நந்தீசர் திருமந்திரம்
5. நந்தீசர் வைத்தியம்
6. நந்தி தேவர் தண்டகம்
7. நந்திகேசுவரர் சூத்திரம்
8. நந்தி கடை சூத்திரம்

9. நந்தி சதுர வாகடம்
10. நந்தி நூல்
11. நந்தி வாத காண்டம்
12. நந்தி வாத சூத்திரம்
13. நந்தி நயன வைத்திய விதி
14. நந்தி நயன விதி
15. நந்தி நெய்சீலை நாடி 10
16. நந்தி ஒடிவு முறிவு சாரி
17. நந்தீசர் ஞானம் 10
18. நந்தீசர் ஞானம் 100
19. நந்தீசர் ஞானம் 1000
20. நந்தீசர் முப்பு சூத்திரம்
21. நந்தீசர் சதகம்
22. நந்தீசர் தத்துவம்
23. நந்தி நாடி
24. நந்தீசர் கலைஞானம்
25. நந்தீசர் கரச்சைப்பா வெண்பா
26. நந்தீசர் கருக்கடை
27. நந்தீசர் கைத்தல சூத்திரம்
28. நந்தீசர் முப்பிரணவ சூத்திரம்
29. நந்தீசர் நீலகண்ட வாலை சூத்திரம்
30. நந்தீசர் நீர்த்தினக் குரு
31. நந்தீசர் நிகண்டு
32. நந்தீசர் பாடல்
33. நந்தீசர் பூஜாவிதி
34. நந்தீசர் பிரணவம்
35. நந்தீசர் பிரணவ நூல் மூல நிகண்டு

36. நந்தீசர் பிரணவ சூத்திரம்
37. நந்தீசர் புராண சைத்திய வைத்தியம்
38. நந்தீசர் பூர்வ முப்பு சூத்திரம்
39. நந்தீசர் சகல விஷ குளிகை
40. நந்தீசர் தண்டகம்
41. நந்தீசர் தத்துவ நாடி
42. நந்தீசர் திராவகம்
43. நந்தீசர் உதயதீதகம் (உதிச்சய சூத்திரம்)
44. நந்தீசர் உதிச்சயம் (ஓசை நிகண்டு)
45. நந்தீசர் உதிச்சயம் சூத்திரம்
46. நந்தீசர் வைத்திய சூத்திரம்
47. நந்தீசர் வாத சூத்திரம்
48. நந்தீசர் வழலை
49. நந்தீசர் வைத்திய சூத்திரம் திருவாரணம்.

27

சட்டைமுனி

மரு. கு. கணபதி

சட்டைமுனியை சட்ட நாதர் என்றும், இவர் சிங்களவர் என்றும், பிறப்பால் சேணியர் என்றும் கூறுவர். மதுரை வாலைசாமி என்பவர் இவரைத் தம் குரு எனக் குறிக்கின்றார்.

"எங்கள் குரு சட்டை முனியாரிரு நூறும் பாரடி ஞானப் பெண்ணே!"

என்பது அவர் பாடல்.

சித்தர் ஞானக் கோவையில் கயிலாயக் கம்பளிச் சட்டை முனி நாயனுர் செய்த *முன் ஞானம் – 100, பின் ஞானம் – 100* என 200 பாடல்கள் காணப்படுகின்றன. இவர் பெருமையைப் புகழ்ந்து கூறும் கர்ணபரம்பரைக் கதை திருவரங்கன் சந்நிதியில் கூறப்படுகிறது. எனவே அங்கேயே சமாதியில் ஆழ்ந்து இன்றும் அருவராக மக்களுக்கு அருள் கூர்ந்து வருகிறார். இவர் சீர்காழியில் சமாதி எய்தினார் என்பதுவும் சிலர் கருத்து. இவர் இயற்றியதாகத் தெரியவரும் நூல்கள்:

1. சட்டை முனி ஆயிரத்தில் தாது பிறந்த மாலை
2. சட்டை முனி கர்ப்பமுறை
3. சட்டை முனி கர்ப்ப விதி
4. சட்டை முனி கர்ப்ப வகை
5. சட்டை முனி கர்ப்பம்
6. சட்டை முனி காய சித்தி
7. சட்டை முனி மூலிகை நிகண்டு

8. சட்டை முனி நாயனார் சூத்திரம்
9. சட்டை முனி நிகண்டு
10. சட்டை முனி பாடல் 100
11. சட்டை முனி சரக்கு வைப்பு 105
12. சட்டை முனி சூத்திரம் நிகண்டு
13. சட்டை முனி சூத்திரம்
14. சட்டை முனி தர்க்கம்
15. சட்டை முனி உப்புக் கட்டு
16. சட்டை முனி வாத நூல்
17. சட்டை முனி வாத காவியம்
18. சட்டை முனி வாதம்
19. சட்டை முனி வாக்கியம்
20. சட்டை முனி சித்தாதி எண்ணெய்
21. சட்டை முனி சித்தராரூடம்
22. சட்டை முனி சித்தர் பன்னூல் பாடல் திரட்டு
23. சட்டை முனி சித்தர் வெண்பா
24. சட்டை முனி சில்லறை வைத்தியம்.
25. சட்டை முனி சவுக்காரத் திறவுகோல்
26. சட்டை முனி சௌமிய சாகர சுருக்கம் 300
27. சட்டை முனி சௌமிய சாகரத்தில் பாஷாணக்கட்டு
28. சட்டை முனி சௌமிய சாகரம்
29. சட்டை முனி வாத காவியம் 1000
30. சட்டை முனி ஞான சூத்திரம் 200
31. சட்டை முனி கர்ப்பநாத பலதிரட்டு
32. சட்டை முனி சித்தர் ஆரூடம்
33. சட்டை முனி சித்தாரூட நொண்டிச் சிந்து

34. சட்டை முனி வைத்திய சிந்தாமணி
35. சட்டை முனி வைத்திய பரிபூரணம்
36. சட்டை முனி நிகண்டு ஞானம்
37. சட்டை முனி ஆயிரத்து இருநூறு
38. கைலாய சட்டை முனி ஞானம்
39. சட்டை முனி முன்பின் ஞானம்
40. சட்டை முனி சடாக்கரக் கோவை
41. சட்டை முனி வாத சூத்திரம்
42. சட்டை முனி தண்டம்
43. சட்டை முனி வைத்திய காவியம்
44. சட்டை முனி நவரத்ன வைப்பு
45. சட்டை முனி தீட்சாவிதி
46. சட்டை முனி திரு காண்டம்
47. சட்டை முனி சரக்கு வைப்பு
48. சட்டை முனி வாத காவியம்
49. சட்டை முனி புராண சூத்திரம்.

28

பிரம்மமுனி

மா. மதியழகன்

சித்தர் கணத்துள் ஒருவராகிய இவரைப் பற்றிய வாழ்க்கைக் குறிப்புகள் கிடைத்திலவாயினும் இவர் பெயரிலும் பல நூல்கள் காணப்படுகின்றன. அவை :

1. பிரம்மமுனி சூத்திர வெண்பா
2. பிரம்மமுனி சூத்திரம்
3. பிரம்மமுனி சூத்திரம் 360
4. பிரம்மமுனி சூத்திரம் 380
5. பிரம்மமுனி சூத்திரம் – குறள் 41
6. பிரம்மமுனி வாகடம்
7. பிரம்மமுனி வாகடம் 700
8. பிரம்மமுனி வைத்திய சதகம்
9. பிரம்மமுனி வைத்திய சூத்திரம் 380
10. பிரம்மமுனி வைத்தியம்
11. பிரம்மமுனி வைத்தியம் 700
12. பிரம்மமுனி வைத்தியம் கருக்கிடை சூத்திரம்
13. பிரம்மமுனி சிந்தாமணி குணவாகடம்
14. பிரம்மமுனி சிந்தாமணி நாடி சாஸ்திரம்

பிரம்மமுனி சிந்தாமணி தாது நிதானம்

பிரம்மமுனி செந்தூர பஸ்ப வகைகள்

பிரம்மமுனி சிகிட்சா விதி

பிரம்மமுனி சிந்தூராதி மருந்து வகை

பிரம்மமுனி அட்டவணை

பிரம்மமுனி எண்ணூறு

பிரம்மமுனி ஐம்பது

பிரம்மமுனி கைமுறை அட்டவணை

பிரம்மமுனி கருக்கிடை

பிரம்மமுனி கருக்கிடை சூத்திரம்

பிரம்மமுனி முன்னூற்று எண்பது

பிரம்மமுனி முன்னூற்று ஐம்பது

பிரம்மமுனி சாத்திரம்

பிரம்மமுனி வைத்தியம் பலதிரட்டு

பிரம்மமுனி வைத்திய நாடி

பிரம்மமுனி வைத்திய அட்டவணை

பிரம்மமுனி பெருநூல்.

29

சுந்தரானந்தர்

மா. மதியழகன்

சித்தர் கணத்தைப் பற்றிக் கூறும் பெரும்பாலான பட்டியல்களிலும் சுந்தரர், சுந்தரானந்த தேவர், சுந்தரானந்தர் என்ற பெயர்களில் இடம்பெற்றிருக்கும் இவரது பெயரில் கதைகள் எதுவும் வழக்கத்திலில்லை. ஆனால் பல நூல்கள் காணப்படுகின்றன. அவை :

1. சுந்தரானந்தர் அதீத சூத்திரம் 36
2. சுந்தரானந்தர் கேசரி 48
3. சுந்தரானந்தர் கேசரி வைத்தியம்
4. சுந்தரானந்தர் முப்பு 26
5. சுந்தரானந்தர் பரமூலிகை பாடல்
6. சுந்தரானந்தர் சூத்திரம்
7. சுந்தரானந்தர் தண்டகம்
8. சுந்தரானந்தர் வினோத சூத்திரம்
9. சுந்தரானந்தர் சுரசூத்திரம்
10. சுந்தரானந்தர் சுரோணித கட்டுக்கு விளக்கெண்ணெய் வைப்பு முறை
11. சுந்தரானந்தர் சூரிய வாகட வெண்பா
12. சுந்தரானந்தர் தைல முறைகள்
13. சுந்தரானந்தர் தாது புஷ்டி குளிகை
14. சுந்தரானந்தர் தர்க்கப்பாட்டு

15. சுந்தரானந்தர் சுரநூல்
16. சுந்தரானந்தர் ஆயிரத்தில் ஐம்பத்தாறு
17. சுந்தரானந்தர் ஞானம்
18. சுந்தரானந்தர் தத்துவம்
19. சுந்தரானந்தர் வாக்கிய சூத்திரம்
20. சுந்தரானந்தர் திருப்பதிக் கோவை
21. சுந்தரானந்தர் அட்டகர்மம்
22. சுந்தரானந்தர் ஜீவரத்னஞானம்
23. சுந்தரானந்தர் மணிகண்டம்
24. சுந்தரானந்தர் பூஜாவிதி
25. சுந்தரானந்தர் தீட்சாவிதி
26. சுந்தரானந்தர் வைத்திய திரட்டு
27. சுந்தரானந்தர் வேதை
28. சுந்தரானந்தர் வினோத சூத்திரம்
29. சுந்தரானந்தர் ஆயுர்வேத பொதுவிதி.

30

சித்த மருத்துவக் கல்லூரிகள் தோற்றமும் வளர்ச்சியும்

மரு. ச. முத்தரசன்

தொடக்க நிலை

1921–ஆம் ஆண்டின் இறுதியில் மறைந்த பனகல் இராஜா அவர்கள், தாம் சென்னை இராஜதானியின் முதலமைச்சரும், நல்வாழ்வுத்துறை அமைச்சருமாக இருந்த காலத்தில் வெளியிட்ட அரசு ஆணை G.O.Ms.No.964 P.H.Dt.10.8.1921 & G.O. Ms.No.1351.P.H..Dt. 1 7.10.1931 ஆகியவற்றின் படி செயலாற்றிய உஸ்மான் கமிட்டியின் பரிந்துரையின்படி, அரசு ஆணை G.O.Ms.No.1581, P.H.Dt.03.11.1924 இல், டாக்டர் ஜி. ஸ்ரீனிவாசமூர்த்தி அவர்களை முதல்வராகக் கொண்டு, அரசு இந்திய மருத்துவ முறைப் பள்ளி (Government Indian Medical School) எழும்பூரில் வாடகைக் கட்டடத்தில் ஆரம்பிக்கப் பெற்றது. அப்பள்ளியில் ஆயுர்வேதா, சித்தா மற்றும் யுனானி முறைகளுக்குத் தனித்தனியாக மூன்றாண்டுகள் பயிலும் வகையில் மாணவர்கள் சேர்க்கப்பட்டனர். அவர்களுக்கு Diploma of Licentiate in Indian Medicine (L.I.M.) எனும் பெயரில் சான்றிதழ் வழங்கப்பட்டு வந்தது. 1926–இல் பூவிருந்தவல்லி நெடுஞ்சாலை, கீழ்ப்பாக்கத்தில் பெரியதோர் வாடகைக் கட்டடத்திற்கு அப்பள்ளி மாற்றப்பட்டது. அரசு ஆணை G.O.Ms.No.2188, P.H.Dt.28.10.25 இன் படி மாற்றப்பட்ட அப்பள்ளியின் பயிற்சிக் காலம் மூன்று ஆண்டுகளிலிருந்து நான்காண்டுகளாக உயர்த்தப்பட்டதோடு, அலோபதி முறை மருத்துவமும், அறுவை மருத்துவமும் கற்றுக்கொடுக்கப்பட்டன. 1942–இல் டாக்டர் ஜி. ஸ்ரீனிவாசமூர்த்தியைப் பின் தொடர்ந்து டாக்டர் பி.வி. கிருஷ்ணாராவ் முதல்வரானார். 1944-இல் டாக்டர் பி.வி. கிருஷ்ணாராவின் மறைவிற்குப் பின்னர்,

டாக்டர் எம். பராங்குசம் முதல்வரானார். சென்னை இராஜதானியின் அன்றைய முதல்வராயிருந்த மாண்புமிகு திரு. டி. பிரகாசம் மற்றும் நல்வாழ்வுத்துறை அமைச்சராயிருந்த மாண்புமிகு திருமதி ஆர். லட்சுமிபதி ஆகியோரின் விடா முயற்சியாலும் மற்றும் தனி அலுவலர் (Special Officer) திரு. நாராயணசாமி நாயுடு பி.ஏ.பி.எல்., ஆகியோரது நற்பணிகளாலும், அரசு இந்திய மருத்துவ முறைப் பள்ளி, அரசு இந்திய மருத்துவ முறைக் கல்லூரி எனும் நிலையை அடைந்தது. G.O.Ms.No.762.P.H.Dt.10.3.1947 அரசு ஆணையின் படி 1947–இல் முறைப்படி பள்ளியில் பயின்ற மாணவர்கள் தங்கள் கல்வியை ஒருபுறம் முடித்த காலத்திலேயே அவர்கள் பள்ளி மூடப்பட்டதோடு, புதிய கல்லூரியும் தோன்றியது. மாணவர்களின் எண்ணிக்கை 50 ஆகியது. இது முந்தைய எண்ணிக்கையை விட (120) மிகவும் குறைவு. எனினும் மாற்றம் தேவையாக இருந்தது.

இந்திய மருத்துவத் துறை

பிற்காலத்தில் 1948–இல் L.I.M. Course - School of Indian Medicine as per G.O. Ms.No.177, P.H. Dt 28.05.1948 & G.O.Ms.No.405,. P.H. Dt 08.02.1949 அரசு ஆணைகளின்படி பள்ளியும், கல்லூரியும் ஏக காலத்தில் இயங்கலாயின. எல்.ஐ.எம். மாணவர்களின் எண்ணிக்கை 100–ஆக வரையறுக்கப்பட்டது. G.O.Ms.No.2361 P.H. Dt. 22.06.1949–இன் படி 1.07.1949–இல் டாக்டர் எம்.ஆர். குருசாமி முதலியார், எம்.டி., இந்திய மருத்துவத்துறை இயக்குநராக நியமிக்கப் பெற்றார். சென்னைப் பல்கலைக்கழகம் College of Indigenous Medicine தொடங்க அங்கீகாரம் வழங்காத காரணத்தால், அன்றைய மாணவர்களுக்கு அரசே Graduate of the College of Indigenous Medicine (G.C.I.M.) எனும் பட்டத்தை வழங்கியது.

இணைப்புமுறை மருத்துவம்

டாக்டர் எம்.ஆர். குருசாமி முதலியார் அவர்களின் இந்திய முறை மருத்துவக் கல்லூரி 01.07.1955–இல் Director of Medical Services கைக்கு மாறியது. 5–ஆண்டுக் கல்வி, ஐந்தரை ஆண்டுகளாகியது. இந்திய முறை மருத்துவமனை, இணைப்பு முறை மருத்துவக் கல்லூரி மற்றும் இணைப்பு முறை மருத்துவமனை ஆகிய பெயர்களைப் பெறலாயின. (Government College of Integrated Medicine & Hospital, 1956–இல் The Integrated Medical Practitioners Act / G.C.I.M., L.I.M.) ஜி.சி.ஐ.எம்., எல்.ஐ.எம். ஆகியோர்களுக்காகவே இணைப்பு முறை மருத்துவம் கொண்டு வரப்பட்டது.

சித்த மருத்துவக் கல்லூரிகள்

காலப்போக்கில் தூய சித்தா, ஆயுர்வேதா, யுனானி முறைகளை மட்டுமே பாட போதனைகளாகக் கொண்டு, இந்திய முறை மருத்துவக் கல்லூரி வேண்டும் என்ற நல்லெண்ணத்தின் அடிப்படையில், திரு மேதா கமிட்டியின் பரிந்துரையின் பேரில் சித்தா, ஆயுர்வேதா, யுனானி முறைகளுக்காகவே தனியோர் கல்லூரி குற்றாலத்தில் தொடங்குவதற்காக விண்ணப்பங்கள் 1964–இல் வரவேற்கப் பெற்றன. ஆயினும், தவிர்க்க இயலாத பற்பல காரணங்களால் 1964 நவம்பரில், இந்திய முறை மருத்துவக் கல்லூரி பாளையங்கோட்டையில் தொடங்கப் பெற்றது. ஆயுர்வேதா, யுனானி முறைகளில் பயில மாணவர்கள் வராத காரணத்தால், 30 ஆக இருந்த சித்தா மாணவர்களின் எண்ணிக்கை, அதே ஆண்டில் 65 ஆக உயர்ந்தது குறிப்பிடத் தக்கது. இம்மாணவர்களுக்கு Bachelor of Indian Medicine பட்டம் வழங்கப் பெற்றது. பயிற்சியின் காலம் ஐந்தாண்டுகள். பிற்காலத்தில் இந்திய முறை மருத்துவக் கல்லூரி, சித்த மருத்துவக் கல்லூரி எனும் பெயர் மாற்றத்திற்கு உள்ளாகியது. பி.ஐ.எம். பட்டத்தைத் தொடர்ந்து, 1972–இல் எம்.டி., எனும் மேற்படிப்புத் தொடங்கப் பெற்றது. அன்றைய இந்திய மருத்துவக் கல்லூரி நடந்து வந்த அதே இடத்தில், இன்றைய அரசு சித்த மருத்துவக் கல்லூரி பாளையங்கோட்டையில் நடைபெற்று வருகிறது. 1975–76–இல் மாணவர்களின் எண்ணிக்கை (பி.ஐ.எம்.) 40 ஆக்கப்பட்டது. மீண்டும் மாணவர்கள் சேர்க்கை வளர்ந்து, இன்றைய நிலையை (100 மாணவர்கள்) எட்டியது. 1964–இல் ரூ.75/– உதவித் தொகையாக மாணவர் களுக்கும், ரூ.175/– பயிற்சி மருத்துவர்களுக்கும் மாதந்தோறும் வழங்கப் பெற்றது. எம்.டி., மாணவர்களுக்கு ரூ.200/– உதவித்தொகை மாதம்தோறும் வழங்கப் பெற்றது. சென்னைப் பல்கலைக்கழகத்திலிருந்து 1968–1969–இல் மதுரைப் பல்கலைக் கழகத்திற்கு நிர்வாகம் மாற்றப் பெற்றது. முன்னாளில் தோன்றிய பாளையங் கோட்டை இந்திய மருத்துவக் கல்லூரி, சித்த மருத்துவக் கல்லூரிஆன போது பி.ஐ.எம்., எனும் பட்டம் பி.எஸ்.எம்.எஸ். எனும் பட்டமாக மாற்றப் பெற்றது. பயிற்சிக் காலம் ஐந்தரை ஆண்டுகளாயின. இம்மாற்றம் 1976–இல் தோன்றியது.

பாளையங்கோட்டை சித்த மருத்துவக் கல்லூரிக்குத் தேவையான புதிய கட்டடங்களும், பற்பல புதிய துறைகளும், ஓலைச்சுவடி ஆராய்ச்சித் துறையும் (Literary Research Unit), மருத்துவ ஆராய்ச்சித் துறையும் (Clinical Research Unit), தாவரவியல் ஆராய்ச்சித் துறையும் (Survey of Medicinal Plants Unit) பாளையங்கோட்டை சித்த மருத்துவக் கல்லூரி வளாகத்திலேயே தோன்றலாயின. 1985–இல் பழனியில் ஆரம்பிக்கப் பெற்ற புதிய சித்த மருத்துவக் கல்லூரி

1993–இல் சென்னையில் அறிஞர் அண்ணா அரசினர் இந்திய முறை மருத்துவமனை வளாகத்திற்கு மாற்றப்பட்டு, புதிய கட்டடங்கள் கட்டப் பெற்று, சீரும் சிறப்புமாக இயங்கி வருகிறது.

பாளையங்கோட்டையைப் போலவே 1971–இல் கீழ்ப்பாக்கத்தில் மத்திய சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி நிறுவனமும், 1979–இல் மண்டல சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி நிறுவனம் பாண்டிச்சேரியிலும் தோன்றலாயின. கீழ்ப்பாக்கத்தில் இயங்கி வந்த மத்திய சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி நிறுவனம், 1975–இல் அறிஞர் அண்ணா அரசினர் இந்திய முறை மருத்துவமனை வளாகத்திற்கு மாற்றப்பட்டது. இவை யாவும் முன்னாளில் இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஹோமியோபதி மத்திய கழகத்தாலும், பின்னாளில் ஆயுர்வேதா மற்றும் சித்தா மத்திய கழகத்தாலும் நிர்வகிக்கப்படு கின்றன என்பது இங்குக் குறிப்பிடத்தக்கதாகும். இவ்விடத்திலேயே 1979–இல் சித்த மருத்துவ இலக்கிய ஆராய்ச்சி மற்றும் ஆவணத்துறை தோன்றியது. ஏற்கனவே நுண் உயிரியல் (Micro Biology), மருந்து தரக் கட்டுப்பாடு (Drug Standardization), மருந்து செய்யகம் (Pharmacy), பல்வகை மருத்துவ ஆராய்ச்சி (Drug Research Scheme - Multi Disciplinary), மருத்துவ ஆராய்ச்சி (Clinical Research), நோய் கணிப்பு (Pathology), மூலிகை ஆராய்ச்சி (Pharmacognosy) மற்றும் உள்ளிருப்பு (In-Patient), வெளி நோயாளிகள் (Out-Patient) பகுதியும் இயங்கி வந்த போதிலும், புதிதாகத் தோன்றிய சித்த மருத்துவ இலக்கிய ஆராய்ச்சி மற்றும் ஆவணத்துறை, இவைகள் அனைத்திற்கும் தேவையானத் தகவல்களைத் தரும் தலையாய கடமைகளைச் செய்யலாயிற்று. இத்துறை ஓலைச்சுவடிகளைச் சேகரித்தல், பராமரித்தல், படியெடுத்தல், ஒப்பு நோக்குதல், விளக்க உரை எழுதுதல், முறைப் படுத்துதல், நூல்வடிவு பெறச் செய்தல், அச்சிடுதல் மற்றும் வெளியிடுதல் ஆகிய பணிகளோடு, நுண்படியெடுத்தல் (Micro Fliming), பதிவு செய்தல் (Documentation), பாதுகாத்தல் (Preservation) போன்ற பல்வேறு பணிகளையும் செய்து வருகின்றது. இந்நிறுவனத்தில் தரமான நூல்களைக் கொண்ட நூலகமும் (Library), நூலகரும் (Librarian) உள்ளமை இதன் பெருமைக்குச் சான்றாகும்.

சித்த மருத்துவமனைகள்

1968–இல் அரும்பாக்கத்தில் 100 படுக்கைகள் கொண்ட அறிஞர் அண்ணா அரசினர் இந்திய மருத்துவமனை தொடங்கப் பெற்றது. பிற்காலத்தில் ஹோமியோபதி, யோகா, இயற்கை மருத்துவ முறைகளும் இம்மருத்துவமனையோடு இணைந்து, அறுவகை மருத்துவத் துறைகள் தமக்கே உரித்தான நல் வழிகளில்

இயங்கி வருகின்றன. இதில் இந்திய மருத்துவத்துறை மற்றும் ஹோமியோபதித் துறை இணைந்த இயக்குநர் அலுவலகமும், அவருக்குத் துணையாக இணை இயக்குநர் அலுவலகமும் இவற்றின் பணிகளைச் செவ்வனே செய்து வருகின்றன. முதல் முறையாகத் தலைமைச் செயலகத்திலும், சேப்பாக்கத்திலும், புதுக்கோட்டை யிலும், கன்னியாகுமரியிலும், செங்கோட்டையிலும், சோமரசம்பேட்டை, சைதாப்பேட்டையிலும், வாய்மேடு போன்ற இடங்களிலும் அரசினர் சித்த மருத்து வமனை தோன்றலாயின. காலப்போக்கில் சேலம்–ஆத்தூரிலும், இராமநாதபுரம் – ஸ்ரீவில்லிப்புத்தூரிலும், திண்டிவனத்திலும், வடஆற்காடு – குடியாத்தத்திலும், கோவை–உடுமலைப்பேட்டையிலும், திருச்சி– லால்குடியிலும், தஞ்சை – கும்பகோணத்திலும், மதுரை – நிலக்கோட்டையிலும், திருநெல்வேலி – கோவில்பட்டி யிலும், செங்கை – தாம்பரத்திலும், திருநெல்வேலி – சங்கரன்கோவிலிலும், தஞ்சை – புதுக்கோட்டையிலும், மன்னார்குடியிலும், பட்டுக்கோட்டையிலும், திருச்சியிலும், கரூரிலும், வடஆற்காடு – செய்யாரிலும், செங்கை – ஸ்ரீபெரும்புதூரிலும், கோவை – கோபிசெட்டிப்பாளையத்திலும், நீலகிரி – கூனூரிலும், தர்மபுரி – ஒசூரிலும், கிருஷ்ணகிரியிலும், இராமநாதபுரம் – சிவகங்கையிலும், சேலம் – நாமக்கல்லிலும், மதுரை – தேனியிலும், திருமங்கலத்திலும், தென்ஆற்காடு – சிதம்பரத்திலும், செங்கை – அரக்கோணத்திலும் 1974–இல் இருந்து தோன்றிய மருத்துவமனைகள் படிப்படியாக மாவட்டங்களில் இருந்து கோட்டங்களுக்கும், கோட்டங்களிலிருந்து வட்டங்களுக்கும் பரவி, படிப்படியாகப் பல ஆரம்ப சுகாதார நிலையங்கள் வரை விரிவுபடுத்தப்பட்டு, வளர்ந்து தமிழகமெங்கும் தமது பணியைச் செய்யலாயின. இன்று அறிஞர் அண்ணா அரசினர் மருத்துவமனை வளாகத்தில் சித்த மருத்துவக் கல்லூரியும், யுனானி மருத்துவ முறைக் கல்லூரியும், மத்திய சித்த ஆராய்ச்சி நிறுவனமும் இயங்கி வருகின்றன. ஏற்கனவே அறிஞர் அண்ணா அரசினர் இந்திய மருத்துவ மனைக்குச் சொந்தமான மருந்து செய்யகம் இருந்த போதிலும், டாம்கால் என்ற தமிழக அரசுக்குச் சொந்தமான நிறுவனம் ஒன்று 1983–இல் ஏற்படுத்தப்பட்டது. இந்நிறுவனத்திற்கு இயக்குநரே மேலாளராக நியமிக்கப் பெற்றார். இவரை ஆலோசகராகக் கொண்ட இந்நிறுவனம் இவ்வளாகத்திலேயே தமக்கென ஓர் மருந்து செய் நிலையத்தையும், மற்றும் ஆத்தூரில் துணை மருந்து செய் நிலையத்தையும் கொண்டு இயங்கி வருகின்றது. சில தவிர்க்க இயலாத காரணங் களால் நஷ்டத்தில் இயங்கி வந்த இந்நிறுவனம், ஒரு கோடிக்கு மேல் இலாபத்தில் இயங்கித் தன்னை நிலைப்படுத்திக் கொண்டு வளர்ந்து வருவது– இந்நிறுவனம் தமிழகத்திற்கு ஓர் எடுத்துக்காட்டாக விளங்கி வருவது – மருத்துவத் துறைக்கு ஓர் வரப்பிரசாதமாகும். இந்நிறுவனம் தரமான மருந்துகளைத் தயாரித்துப் பல மாநிலங்களுக்கும் விற்பனை செய்து வருவது, இதன் முன்னேற்றத்தின் முதல்

படியாகும். காலப்போக்கில் இந்நிறுவனம் மேலும் வளர்ந்து, பல கோடிகளை ஈட்டித் தருவது தமிழகத்திற்குப் பெருமை சேர்ப்பதாகும். மேலும் தமிழகத்தில் கோயம்புத்தூரில் தொடங்கப்பெற்ற ஆயுர்வேத மருத்துவக் கல்லூரியும் ஏற்கனவே இயங்கி வரும் வெங்கடரமணா ஆயுர்வேத மருத்துவக் கல்லூரிக்குப் பெருமை சேர்க்கும் விதத்தில் தங்களது தனித்தனிப் பாணியில் இயங்கி வருகின்றன. மற்றும் சித்த, ஆயுர்வேத மருத்துவக் கல்லூரிகளும் ஆங்காங்கே தோன்றுவதற்கு முயற்சிகள் மேற்கொள்ளப்பட்டு வருகின்றன. இவை யாவும் விரைவில் நடந்தேறும் என்பதில் எள்ளளவும் ஐயமில்லை. மருத்துவம் வளரத் தரமான மருத்துவ அகராதி தேவை என்று மகா மகோபாத்தியாய சுவாமிநாத ஐயர் கூறியபடி அறிவையும், புத்திக்கூர்மையையும் வளர்க்கும் மருத்துவ அகராதியை திரு சாம்பசிவம் பிள்ளை அவர்கள் இயற்றித் தமிழ் மக்களுக்கு அளித்துள்ளமை, தமிழ் மக்கள் வாழும் காலமெல்லாம் நினைந்து, நினைந்து பெருமைப்படத் தக்க ஓர் செயலாகும்.

சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி

தற்போது சித்த மருத்துவ மாணவர்கள், சித்த மருத்துவம் மட்டுமின்றி பயனுள்ள ஆராய்ச்சித் துறைகளிலும் தங்களது கவனத்தைச் செலுத்தித் தாவரவியல், மருந்தியல், மருத்துவ ஆராய்ச்சி, மருத்துவ வரலாறு மற்றும் தனித்தனியாக மூலிகைகளையும் இரச, தாதுப் பொருள்களையும் பற்றிய பல்வேறு ஆராய்ச்சிகளைச் செய்து வருவது சித்த மருத்துவ வளர்ச்சிக்கும், வளமைக்கும் எடுத்துக்காட்டாகத் திகழ்கிறது. தற்போது தமிழகத்திலும், அண்டை மாநிலமான புதுச்சேரியிலும் மட்டுமே தன்னாட்சியைச் செய்து வரும் சித்த மருத்துவம் விரைவில் தென்னக மெங்கும் பரவி, வளர்ந்து இந்திய துணைக்கண்டத்திலும் மற்றும் இலங்கை, மலேசியா, சிங்கப்பூர் போன்ற நாடுகளுக்கும் பரவி, உலகெங்கும் தன்னாட்சியோடு தலைசிறந்து விளங்க வேண்டுமென்று எல்லோரும் விரும்புவது இயற்கையே. தேசிய சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி நிறுவனம் தொடங்க எல்லா ஏற்பாடுகளும் மேற்கொள்ளப்பட்டு, தாம்பரத்தில் நிறுவப் பெற்று விரைவில் தன் பணியைத் தொடங்கத் தமிழக அரசும், மத்திய அரசும் தங்களது நட்புக் கரங்களை நீட்டிச் சித்த மருத்துவத்தை வளரச் செய்து, முதல் தேசிய சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி நிறுவனம் தோன்றத் துணைபுரியும் என்று நம்புவோமாக.

சொல்லடைவு

அ
அக்கினிவேசர் 246
அக்குப்பஞ்சர் முறை 27
அகங்காரம் 143, 167
அகத்திணை 55
அகத்தியப் படலம் 181
அகத்தியம் 55, 179, 180
அகத்தியர் 3, 11, 160, 171, 172, 173, 174, 175, 176, 179, 180, 181, 182, 189, 191, 192, 196, 207, 221, 226, 231, 246, 247, 259
அகத்தியர் கன்ம காண்டம் 160
அகத்தியர் பன்னீராயிரம் 255
அகத்தியர் பெருந்திரட்டு 246
அகத்தியர் மொட்டை 180
அகத்தியர் வரலாறு 181
அகதங்காரர் 158
அகநிலைக் கருத்து முதல்வாதம் 21
அகப்பேய் 175
அகப்பேய்ச் சித்தர் 172, 174, 176, 217
அகம் 54
அக மருந்து 103
அகஸ்தியர் 5, 246, 253
அங்ககத் தன்மை 94
அங்ககப் பொருள் 92
அச்சுவினி தேவர்கள் 3
அசுரகாண்டம் 181
அசுரர் 168, 255
அசுவினி தேவர்கள் 50
அசுவினியம் 246
அசைத்தல் 119
அட்டமாசித்தி 8, 16
அட்டாங்கயோகம் 139, 151
அடிமோனை 239
அண்டத்தில் உள்ளதே பிண்டம் 51
அண்டத்தின் மாற்றம் 125, 127
அண்டம் 19, 85, 89, 135, 144
அணு 19, 43, 84, 85, 86, 88, 89, 91, 92, 135, 136, 149
அத்திரி 253
அதம உடல் 75
அதியமான் 59
அந்தக்கரணங்கள் 4, 143, 167
அந்தணர் 168, 250, 251
அந்தணர் குடும்பம் 196
அந்தணர் குலம் 227, 256
அந்தாதி 250
அப்பிரகம் 114
அம்பாசமுத்திரம் 180
அம்மை நோய் 117, 118
அம்மைப் பால் 117
அமரர் 168
அமானுடப்பக்கம் 25
அமிலம் 94
அமீபா 44, 88
அமுத கலசம் 255
அமுதம் 246
அயச் செந்தூரம் 74
அயம் 239
அரக்கோணம் 279
அரசினர் சித்த மருத்துவமனை 279
அரசு ஆணை 275, 276
அரசு இந்திய மருத்துவ முறைக் கல்லூரி 276
அரசு இந்திய மருத்துவ முறைப் பள்ளி 275, 276
அருக்கு மெழுகு 110
அருணந்தி 174

அருணாசல குரு 176
அருணாசலம் மு. 216. 254
அரும்பாக்கம் 278
அருவ தத்துவம் 137. 139. 141. 142. 143. 144
அருளியல் 6. 24
அரேபிய நாடுகள் 17
அரைப்பு மெழுகு 110
அல்லியரசானி மாலை 236
அலெக்சாண்டர் 53
அலோபதி மருத்துவம் 51. 81. 128
அலோபதி முறை 27. 275
அவத்தை 137
அவிசென்னா 51
அவிழ்தம் 47
அழகர் மலை 171. 217. 219
அழல் (பித்தம்) 47. 78. 79. 88. 91. 96. 111. 112. 115. 125. 128. 141. 157. 163
அழல் உடல் 75
அழித்தல் 88
அழுகண்ணர் 172. 174. 175
அழுகண்ணிச் சித்தர் 176
அழுகுணி 10
அழுத்தல் 119
அளவை 236
அளவை நூல் 81
அறநூல்கள் 238
அறநெறிப் புலவர் 10
அறநெறியாளர்கள் 13
அறிஞர் அண்ணா அரசினர் இந்திய முறை மருத்துவமனை 277. 278. 279
அறிவன் 179
அறிவிந்து 154
அறிவியல் 81. 82. 84. 86. 88. 89. 91. 96. 97. 98. 110. 114. 115. 117. 119. 121. 127. 129. 134. 135. 136. 144. 146. 147. 148. 149. 151. 152. 153. 154. 155. 242.
அறுசுவை 59. 77. 96. 242
அறுசுவை உண்டி 125. 126
அறுசுவை உணவு 53. 245
அறுவை மருத்துவம் 50. 58. 119. 120. 138. 275
அன்னபேதிச் செந்தூரம் 74
அனந்தசயனம் 182
அனிமா 169
அனுபானம் 239
அனோரேபிக் பாக்டீரியா 130
அஸ்வினி 246
அஷ்டகோணரிஷி 222
அஷ்டாங்க யோகாப்பியாசம் 254

ஆ

ஆகமக் கருத்துகள் 190
ஆகமங்கள் 238
ஆகமம் 10
ஆகாயவாசி 168
ஆசயம் 138
ஆசனம் 152
ஆடிப்பெருக்கு 83
ஆண்டவன் 249
ஆணவம் 136
ஆத்தூர் 279
ஆத்ரேயர் 50
ஆதாரம் 137
ஆதி சைவம் 256
ஆதிமுனி 179
ஆயகலைகள் அறுபத்து நான்கு 82
ஆயுர்வேத மருத்துவக் கலலூரி 279
ஆயுர்வேத மருத்துவம் 18
ஆயுர்வேத முறை 27
ஆயுர்வேதம் 50
ஆயுர்வேதா 275. 277
ஆயுர்வேதா மற்றும் சித்தா மத்திய கழகம் 278
ஆயுள் வேதத்தின் தந்தை 255
ஆர்த்திரையர் 246
ஆரம்ப சுகாதார நிலையம் 279
ஆரூடச் சித்தர் 173. 174
ஆரோக்கிய சிந்தாமணி 246
ஆலம் விழுது 129

ஆழ்வார் 6. 47. 253. 254
ஆழ்வார்கள் 149
ஆற்றுநீர்ப் பொருள்கோள் 238
ஆறறிவு 43. 57
ஆன்பொருநை 228
ஆன்மசக்தி 26
ஆன்ம நேயம் 130
ஆன்ம வடிவம் 249
ஆன்மா 47. 82. 84. 85. 119. 133. 135. 136. 137. 138. 139. 140. 141. 142. 144. 145. 146. 147. 151. 152. 154. 155.
ஆன்மீகத் தேடல் 10
ஆன்மீக நித்தியவாதம் 21
ஆன்மீகம் 133. 134. 136. 137. 139. 140. 144. 145. 146. 147. 148. 149. 151. 154. 155
ஆன்மீகவாதிகள் 4. 6. 13. 21

இ

இங்கிலாந்து 83
இச்சாதி செயல்கள் 125. 126
இசைத்தமிழ் 180
இடகலை 191
இடிப்பு மெழுகு 110
இடுகுறிப் பெயர் 97
இடைக்காட்டீசர் 172
இடைக்காட்டுச் சித்தர் 176
இடைக்காடர் 10. 171. 172. 173. 174. 175. 195. 246
இடைக்காலம் 11
இடைச் சங்கம் 180
இணைப்பு முறை மருத்துவம் 276
இணைப்பு முறை மருத்துவமனை 276
இணைவிழைச்சு 154
இதிகாச காலம் 50
இதிகாசங்கள் 238
இந்திய மருத்துவத் துறை இயக்குநர் 276
இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஹோமியோபதி மத்திய கழகம் 278
இந்திய முறை மருத்துவக் கல்லூரி 277
இந்திய முறை மருத்துவமனை 276
இந்தியத் துணைக் கண்டம் 280
இந்தியா 237
இந்திரன் 174. 246
இமய மலை 179
இயக்கர் 168
இயக்குநர் அலுவலகம் 278
இயக்கு நீர் 94
இயமம் 151
இயற்கை மருத்துவம் 51
இயற்கையிகந்த அதீத ஆற்றல் 12
இயற்கை வரட்டி 109
இயற்கை வன்மை 76
இயற்பியல் 134
இரசகற்பூரம் 112
இரச குளிகை 238
இரசசெந்தூரம் 107
இரசவாதம் 11. 26. 55. 99. 101
இரசாயன சாஸ்திரம் 50
இரசாயனம் 26
இரண்டாவது உயிரினம் தோன்றிய உலகம் 44. 45
இரத்தின பரீச்சை 241
இராசதம் 127
இராமதேவர் 5. 171. 172. 173. 174. 175. 176. 231. 246
இராமதேவர் பூஜா விதி 231
இராமதேவர் பெருநூல் 247
இராமநாதபுரம் 279
இராமநாதன், அரு.
இராமபிரான் 182
இராமலிங்க அடிகள் 12. 22. 49. 192. 226
இராமலிங்க சுவாமிகள் 176
இராமாயணப் போர் 7
இராமேச்சுரம் 171
இராவணன் 180. 182
இராஜ இராஜ சோழன் 225. 226
இருக்கை நிலை 152
இரு குற்றக் கலப்பு நிலை 78

இரும்பின் அணு 93
இரும்பு 93, 94
இரும்புக் காலம் 46
இரும்புச் சத்து 150
இருள்மைத் தன்மை 24, 25
இரைப்பு நோய் 116
இலக்கண நூல்கள் 238
இலக்கிய இயக்கம் 24
இலக்குமி 189
இலங்கை 180, 280
இலங்கைத் தமிழர் 18
இலகுனவளர்ச்சி 69
இலட்சுமி தேவி 253
இலிங்கம் 107, 113, 128
இழுத்தல் 119
இளமை நிலையாமை 14
இளைப்பு நோய் 114, 115
இறவாமைக்கு வழி 192
இறுக்கல் 119
இறையனார் 179
இறையனுபவம் 6
இன்சுலின் 114, 124
இன்ஸ்லி, டாக்டர் 196
இஸ்லாமிய அருளனுபவம் 6

ஈ

ஈசத்துவம் 169, 170
ஈடனை 137
ஈழத்துச் சித்தர்கள் 18

உ

உடல் இயங்கியல் 67
உடல் வன்மை 76
உடல் விந்து 154
உடலியல் 26
உடலில் நிலை மாற்றங்கள் 152
உடற்கூற்றியல் 67
உடற்கூற்று வண்ணம் 21
உடற்பிணி 46, 170
உடுமலைப்பேட்டை 279
உணவாதி செயல்கள் 125
உணவே மருந்து 95
உத்தம உடல் 75
உப்பு 92, 94, 111, 108
உபதை 239
உபபுராணங்கள் 7
உபரச நிகண்டு 247
உபரசம் 92, 103, 111
உமாகலம் 246
உமை 3, 15, 49, 50
உயிர்க்கால் 88
உயிர்க்காற்று 87
உயிர்க்கொல்லி மருந்து 129
உயிர் நிலையாமை 14
உயிர் வெளியேற்றம் 89, 90
உயிர் வேதியியல் 67, 110, 111, 134
உயிரணு 89, 90, 114, 124
உயிராற்றல் 153
உயிரியல் 134
உயிரினம் தோன்றாத உலகம் 44
உரகர் 168
உருத்திரச் சித்தர் 172, 174
உருவ தத்துவம் 137, 138, 139, 141, 142, 143, 144
உருவ வழிபாடு 9, 10, 12, 17, 19, 27
உருளைக் கிழங்கு கற்பம் 237
உரையாசிரியர் 237
உரோமசன் 221
உரோமர் 172, 173, 174
உரோமரிஷி 172, 176, 221
உரோமரிஷி-500 221
உலக இலக்கிய வரலாறு 24
உலக ஏற்பாளர்கள் 13
உலக நிலையாமை 10
உலக மறுப்பாளர்கள் 13
உலக மறுப்புக் கொள்கை 14
உலக வரலாறு 44
உலகாயதவாதி 21
உலோகத் தாது 26
உலோகம் 92, 103, 105, 106, 108, 111
உலோகாயதச் சித்தர் 22, 176

உலோபாமுத்திரை 181
உலோபி 242
உ.வே. சாமிநாதையர் நூலகம் 177
உழிஞை 60, 61
உள்ளது போகாது இல்லது வாராது 91
உள்ளப் பிணி
உள்ளம் 143
உள்ளுறை வெப்பம் 86
உளுந்துச் சீலை 107
உற்றான் அளவு 75
உறுப்புக்கொடை 67
உஸ்மான் கமிட்டியின் பரிந்துரை 275

ஊ

ஊணர் 173
ஊதியெடுத்தல் 106
ஊமைப்புண் 66
ஊர்வசி 181
ஊனமுற்றோர் 66

எ

எட்டுக்குடி 171, 217
எட்டுத்தொகை 55
எண்பெரும் சித்திகள் 168
எண் வகைப் பேறுகள் 151
எய்ட்ஸ் 125
எரிப்புத் திட்டம் 106
எலக்ட்ரான் 85, 136
எலிக்கடி நஞ்சு 116
எலும்பு 140
எலும்பு முறிவு 66
எலுமிச்சம் பழச்சாறு 113
எழுத்துப்பொருத்தம் 160
எழும்பூர் 275

ஏ

ஏமாற்றும் எளிமை 25
ஏற்றம் 23
ஏனாதி 10
ஏனாதிச் சித்தர் 22, 176

ஐ

ஐந்திணை 54, 55
ஐந்து புலன்கள் 138
ஐந்து பூதங்கள் 139
ஐம்புலக் கட்டுப்பாடு 67
ஐம்புலன் 135
ஐம்புள் சாத்திரம் 236
ஐம்பூதக் குணம் 239
ஐம்பூதக் கூட்டு 55
ஐம்பூதம் 72, 85, 86, 88, 96, 143
ஐம்பொறி 137, 139
ஐய உடல் 75
ஐயம் (கபம்) 47, 78, 79, 88, 90, 91, 96, 111, 112, 115, 125, 128, 141, 157, 163
ஐயூர் மூலங்கிழார் 189

ஒ

ஒசூர் 279
ஒப்பாரி 23
ஒருவனே தேவன் 19
ஒவ்வாமை 66, 116
ஒளியகத்தியர் 174
ஒன்பதாம் திருமுறை 226
ஒன்றே குலம் 19

ஓ

ஓசோன் 127, 129
ஓம் 43
ஓமத்தீநீர் 107
ஓரறிவு 43, 57
ஓலைச்சுவடி ஆராய்ச்சித் துறை 277

ஔ

ஔவையார் 10, 59, 84, 157

க

கக்குவான் நோய் 116
கச்சலி 107
கச்சி 252
கஞ்சமலைச் சித்தர் 172, 174

கட்குடியன் 242
கட்டல் 119
கட்டு 94, 106, 239
கடல்பாசி 44
கடலில் தோன்றிய உயிரினங்கள் 45
கடுவெளி 10
கடுவெளிச் சித்தர் 172, 173, 174, 175, 176
கடையெழு வள்ளல் 62
கண்கட்டு வித்தை 201
கண்ணப்பர் 58
கண்ணர் 173
கண்ணுவர் 246
கண்புரை நோய் 119
கண்மை 239
கணபதிதாசர் 176
கணிகண்ணன் 254
கணித நூல்கள் 238
கணிவண்ணன் 252
கந்தகக் கட்டு 103
கந்தகம் 107, 110
கந்தபுராணம் 181
கந்தருவர் 168
கந்துரு 174
கபநாடி 128
கப நோய் 51
கபிலர் 62, 63, 64
கம்பராமாயணம் 58, 182
கம்பளிச் சித்தர் 174, 175
கமல முனி 171, 172, 173, 175, 195
கமலர் 172, 174
கயிலாயக் கம்பளிச் சட்டை முனி நாயனார் 267
கயிலாயம் 189, 190
கயிலை மலை 191
கர்ணபரம்பரைக் கதை 267
கர்மம் 19
கரணங்கள் 137
கரந்தை 60, 61
கரிமா 169
கரியமில வாயு 88
கருடர் 168
கருத்து முதல்வாதி 21
கருநெல்லிக் கனி 59
கருப்பம் 109
கரும சித்தி 48
கரு முனிவர் 172
கருவூர் 225
கருவூர்ச் சித்தர் 174
கருவூர்த் தலபுராணம் 226
கருவூர்த்தேவர் 195, 225, 226, 228
கருவூரார் 5, 171, 172, 173, 175, 176, 225, 226
கருவூரார் பூஜா விதி 227
கருவேலங்குச்சி 129
கரூர் 196, 279
கல்லரிதாரம் 120
கல்லுளி 174
கல்லுளிச் சித்தர் 173, 175
கல்வம் 93, 101
கலியாணசுந்தரனார், திரு.வி. 6
கழிச்சல் 122
கழிவு மண்டலம் 90
கள்ளுண்ணாமை 60
களங்கு 106, 238
களவு 64, 154
களிம்பு
கற்கரைச்சி 98
கற்காலம் 46
கற்பம் 239
கற்றான் கருதிச் செயல் 79
கன்ம காண்டம் 236
கன்மம் 136
கன்மேந்திரியம் 138
கன்மேந்திரிய விடயம் 137
கன்னிச் சித்தர் 172, 173, 174, 175
கன்னிமலையான் 173
கன்னியாகுமரி 279
கனிம மருந்து 114
கனிஷ்கர் காலம் 50

கஷாயம் 108
கஜபுடம் 109

கா
காகபுசுண்டர் 176
காசி 171
காசிபர் 246
காசிபவசுவதாரிட்டம் 246
காசியாத்திரை 250
காஞ்சி 60, 61
காடாக்கினி 106
காடைப்புடம் 109
காத்தல் 88
காந்தம் 239
காந்திமதி அம்மையார் 225
காப்பிய இலக்கியம் 23
காப்பியங்கள் 238
காபாளிகம் 9
காபாளிகர் 20
காமத்துப்பால் 62, 67
காமம் 62, 154
காம வெறி 26
காயகற்ப மருந்து 114
காயகற்ப முறை 171
காய சித்தர் 13, 16, 18, 21, 23
காய சித்தர் மரபு 12, 14, 15
காய சித்தி 11, 26, 48, 49
காரணப் பெயர் 97
காரைச் சித்தர் 22, 176
கால வன்மை 76
காலரா 127
காலாங்கி 172, 174, 175, 197
காலாங்கி நாதர் 192, 195, 196
காவிரி நீங்கு படலம் 181
காளாமுகம் 9
காளாமுகர் 20
காளி 227
காளை 10
காளைச் சித்தர் 22, 176

கி
கிம்புருடர் 168
கிரந்தி 115
கிரவுஞ்சப் படலம் 181
கிராசங்கொடுத்தல் 105
கிரியா ஊக்கி 94
கிருதம் 239
கிருமிகொல்லி 96, 128
கிருஷ்ணகிரி 279
கிருஷ்ணாராவ், டாக்டர் பி.வி. 275
கிரேக்க மருத்துவம் 51
கிறித்துவ அருளனுபவம் 6
கின்னரர் 168

கீ
கீல்வாத நோய் 115
கீழ்க்கணக்கு 7
கீழ்ப்பாக்கம் 275, 278
கீழாநெல்லி 96, 97, 128

கு
குக்குடப்புடம் 109
குடிநீர் 74, 239
குடியாத்தம் 279
குண்டலினி 5, 25, 191
குண்டலினி சக்தி 168
குணம் 137
குதம்பை 10, 171, 175, 219
குதம்பைச் சித்தர் 172, 173, 176, 219
குதிரைப்பல் பாடாணம் 120
கும்பகோணம் 182, 279
கும்ப மாமுனி 179
கும்பமுனி 172, 175, 179
கும்ப முனிவர் 182
கும்மி 23
குமார தந்திரம் 246
குயவர் குடி 196
குரங்கிலிருந்து பிறந்தவன் மனிதன் 45
குருகூர் 227
குரு சக்தி 163

குருசாமி முதலியர். டாக்டர் எம்.ஆர். 276
குரு-சீடப் பாரம்பரியம் 2
குரு-சீட மரபு 18
குரு-சீடர் வழி 49
குருஞான சம்பந்த சுவாமிகள் 176
குருமுனிவர் 172
குரு வணக்கம் 2, 3
குழுக்குறி 24, 25
குளிகை 203
குற்றாலம் 277
குறட்பா 49
குறப்பெண் 251, 252
குறவர் குலம் 251
குறள் 56, 60, 62, 65, 66, 75
குறள் வெண்பா 48
குறியீட்டியல் 24, 25
குறியீட்டியல் கவிதை 25
குறியோன் 179
குறுந்தொகை 8
குறுமுனி 179

கூ

கூர்ம முனி 172
கூன்கண்ணர் 172, 173, 175
கூனூர் 29

கை

கைக்கிளை 60
கைலாச சட்டைநாதர் தீட்சை 200 231
கைலாசநாதர் 172, 173
கைலாயக் கம்பளிச் சட்டைமுனி 7
கைலாயக் கம்பிளிச் சட்டை முனி நாயனார் 176
கைலாயம் 8, 9

கொ

கொங்கணச் சித்தர் 195
கொங்கண நாடு 203
கொங்கண நாயனார் 176
கொங்கணர் 5, 171, 172, 173, 174, 175, 203, 225, 246, 251
கொங்கு நாடு 204, 216
கொங்கு மண்டல சதகம் 202
கொடியவன் 242
கொடுமுடி 196
கொண்டுகூட்டு 238
கொல்லாமை 151

கோ

கோசம் 137, 138
கோசாயி மரபு 215
கோபிசெட்டிப்பாளையம் 279
கோயம்புத்தூர் 203
கோரக்கர் 11, 171, 172, 173, 174, 175, 207, 208, 209, 225, 246
கோலம் போடுதல் 130, 131
கோவர் 24
கோவில்பட்டி 279
கோவேந்தன், த. 22, 176
கோவை 279
கோழித்தலை கந்தகம் 120
கோழிப்புடம் 109

கௌ

கௌசிகர் 173, 174, 175
கௌதமர் 246
கௌதாரிப்புடம் 109
கௌரி பாடாணம் 121

ச

சக்தி 148, 190
சகஜவாதிகள் 8
சங்க இலக்கியம் 23
சங்ககாலம் 8, 54, 55, 61, 64, 226
சங்கப் பாடல் 54
சங்கம் 1, 2, 4
சங்கமப்பொருள் 92
சங்கரன் கோயில் 171, 279
சங்குப் பாடாணம் 120
சட்டநாதர் 174, 267

சட்டர் 172
சட்டைநாதர் 172, 174
சட்டை முனி 5, 171, 172, 173, 174, 175, 176, 195, 216, 221, 246, 267
சண்டிகேசர் 173, 174
சத் சித் ஆனந்தம் 4
சத்துவம் 127
சதாசிவம் 148
சதாசிவனார் 247
சதுரகிரி 231
சந்த நூல் தமிழ் தந்தவர் 179
சந்தனாதி தைல வகை 239
சந்திர சக்தி 163
சநாதர் 172, 174
சநாதனக் கோட்பாடு 11
சமணத் துறவி 235
சமணம் 1, 2, 5
சமதக்கினி முனி 241
சமயம் 1, 2, 4, 134
சமரச சன்மார்க்க நெறி 19
சமாதி 153
சமாதியோகம் 256
சமூகச் சீர்திருத்தவாதிகள் 11
சர்க்கரை கொல்லி 98
சர்வேஸ்வரன் 253
சரக்கா 50
சரக்கு வைப்பு 210, 247
சன்மார்க்க சித்தர் நெறி 16
சனகர் 174, 259
சனந்தனாதியர் 259
சனற்குமாரர் 190
சனானந்தர் 172
சனிகர் 246
சனி சக்தி 163
சனி நீராடு 130

சா

சாங்கியம் 236
சாதி சம்பீரக் குழம்பு 113
சாதி, சமய ஏற்றத்தாழ்வு 10
சாதி, சமயப் பாகுபாடு 27
சாதிப் பாகுபாடு 9
சாந்தசந்திரோதய மாத்திரை 112
சாம்பசிவம் பிள்ளை 280
சாமி சிதம்பரனார், அ. 181
சாமிநாத ஐயர், மகாமகோபாத்தியாய 280
சாமுவேல் ஹானிமான் 52
சாற்றுக்கவி 84
சான்றிதழ் 275

சி

சிகாமணி வெண்பா 236
சிகிச்சாசாரம் 242
சிங்கப்பூர் 280
சிங்களவர் 267
சிசுருதர் 246
சித்த அறிவியல் 82, 127
சித்த சமயம் 167
சித்தம் 4, 83, 143, 167
சித்த மருத்துவ இலக்கிய ஆராய்ச்சி மற்றும் ஆவணத் துறை 278
சித்த மருத்துவ இலக்கியம் 62
சித்த மருத்துவக் கல்லூரி 277, 279
சித்த மருத்துவம் 1, 18, 26, 27, 48, 49, 50, 51, 64, 81, 83, 99, 100, 102, 107, 108, 109, 111, 114, 115, 116, 118, 127, 128, 141, 150, 259, 280
சித்த மருத்துவர் 3
சித்த மருந்து செய் இயல் 102
சித்தர் 168
சித்தர் அருளனுபவம் 6
சித்தர் அறிவியல் 26, 92
சித்தர் ஆரூடம் 216
சித்தர் இலக்கியம் 22, 23, 24, 26, 27
சித்தர் கணம் 168, 263, 271, 273
சித்தர் கொள்கை 9, 18, 140, 155
சித்தர் ஞானக் கோவை 216, 217, 219, 222, 225, 227, 231, 250, 267
சித்தர் பாடல் 2, 3, 5, 14, 22, 176

சித்தர் பெரிய ஞானக்கோவை என வழங்கும் சித்தர் பாடல்கள் 175. 176
சித்தர் மரபு 6. 8. 9. 10. 12. 13. 15. 18. 20. 26. 254. 263.
சித்தர் வரலாறு 9. 12. 254
சித்தவேதம் 21
சித்தன் வாழ்வு 196
சித்தா 275. 277
சித்தாந்தம் 144. 236
சித்தி 4. 83. 167. 170
சித்து 4. 83
சிதம்பரம் 171. 189. 279
சிதம்பரம் நடராசர் கோயில் 7
சிதை மாற்றம் 124
சியோராரோக விதி 216
சிலப்பதிகாரம் 63
சிவகங்கை 279
சிவகாலகாவியம் 246
சிவ குடிலை நீர் 102
சிவ நெறி 167
சிவப்பு அணு 150
சிவபக்தி 237
சிவபூசை 232
சிவபெருமான் 3. 181. 259
சிவம் 148. 170
சிவமார பாண்டியன் 225
சிவமூர்த்தி 207
சிவயோக சாரம் 22
சிவயோகர் 172. 174
சிவயோகிகள் 245
சிவலிங்கப் பெருமான் 228
சிவலிங்கம் 201. 203
சிவவாக்கியம் 15. 249. 253. 254
சிவவாக்கியம் ஆயிரம் 240
சிவவாக்கியர் 9. 173. 176. 226. 249. 250. 251. 252. 253. 254
சிவவாக்கியர் நாடி சூத்திரம் 250
சிவவாக்கியர் நாடி பரீட்சை 250
சிவவாக்கியர் பாடல்கள் 250
சிவன் 9. 13. 15. 17. 19. 20. 49. 50. 157. 179. 180. 190. 191. 227. 252. 253. 263
சிவானந்த போதம் 22
சிற்றறிவு 136. 149
சிற்றிலக்கியம் 23
சிறுபொழுது 78
சின்னம்மை 117

சீ

சீர்காழி 267
சீரகச் சம்பா 53
சீலைமண் 106. 107
சீவன் 13. 21. 157. 253
சீவன் முக்தர் 215
சீவாத்மா 47
சீன நாடு 17. 195. 196. 201
சீன மருத்துவம் 50
சீனா 197

சு

சுக்கிர சக்தி 163
சுக்கு 112
சுகர் 246
சுண்ணம் 94. 100. 101. 103. 106. 108
சுண்ணாம்புச் சீலை 107
சுத்தானந்த பாரதி 181
சுந்தரநாதர் 246
சுந்தரர் 172. 174. 175. 273
சுந்தரானந்த தேவர் 172. 273
சுந்தரானந்தர் 171. 172. 173. 195. 273
சுப்பிரமணிய பாரதியார் 12
சுப்பிரமணியர் 176
சுர சிந்தாமணி 246
சுருக்குக் கொடுத்தல் 104. 105
சுரோணித சுக்கிலம் 76
சுவாசகாசம் 116
சுஸ்ருதா 50

சூ

சூடாமணி 246
சூத முனி 173. 175

சூபியிசம் 17
சூரணம் 103, 239
சூரிய சக்தி 163
சூரியப் புடம் 109
சூரியானந்தர் 176

செ

செங்குட்டுவன்-கனகவிசயன் போர் 7
செங்கை 279
செங்கோட்டை 279
செந்தூரம் 95, 100, 101, 103, 108, 109
செந்நாப்புலவர் 252
செம்பின் தூய்மை முறை 100
செம்புலப் பெயல் நீரார் 217
செய்கை வன்மை 76
செய்ந்நன்றி மறந்தவன் 242
செய்நீர் 106, 108
செய்யார் 279
செயநீர் 101, 108
செயற்கை வரட்டி 109
செரிப்ரோ ஃபைனல் புளுயிட் 129
செல்வம் நிலையாமை 14
செவ்வாய் சக்தி 163
செவிப்புண் 66
செவிலி 64
செவிவழிச் செய்தி 196
சென்னை 277
சென்னை அரசினர் கீழ்த்திசைச் சுவடிகள் நூலகம் 177
சென்னை இராஜதானி 275, 276
சென்னைப் பல்கலைக் கழகம் 276

சே

சேட்பச் சீதமாய்த் துடைத்து 90
சேணியர் 267
சேப்பாக்கம் 279
சேலம் 279
சேஷயோகியார் 176

சை

சைதாப்பேட்டை 279
சைவ உணவு 127
சைவ சித்தாந்த சாத்திரம் 4
சைவசமய சமரச சன்மார்க்கிகள் 12
சைவத் திருமுறை 9
சைவம் 1, 2, 9, 20, 237

சொ

சொல்லணி 238

சோ

சோதிடம் 55, 160, 236
சோமசூரியாக்கினி 158
சோமநாதர் 174
சோமரசம்பேட்டை 279
சோனா சித்தர் 173, 174

சௌ

சௌமியர் 246

ஞா

ஞானச் செருக்கு 26
ஞானசர நூல் 22
ஞான சித்தர் 13, 15, 16, 18, 21, 23, 26, 216
ஞான சித்தர் மரபு 12, 25
ஞான சித்தி 10, 11
ஞான மார்க்கம் 215
ஞான முப்பு 102
ஞானம் 171, 259
ஞானமார்க்கம் 217, 219
ஞானவெட்டியான் 101
ஞானாசிரியர் 251

டா

டாம்கால் 279
டால்ட்டன் 84

த

தங்கம் 108, 114, 115, 121, 239
தசவாயு 242
தஞ்சாவூர் பெரிய கோயில் 225
தஞ்சை 279

தஞ்சை சரசுவதிமகால் நூல் நிலையம் 177
தஞ்சை பிரகதீஸ்வரர் கோயில் 197
தட்சிணாமூர்த்தி 176, 259
தட்சிணாமூர்த்தி கலைஞானம் 259
தட்டம்மை 117
தட்டல் 119
தடங்கண் சித்தர் 22, 176
தந்திரம் 190
தமிழ் இலக்கிய வரலாறு 9, 22
தமிழ் கோமான் 179
தமிழக அரசு 280
தமிழகம் 8
தமுரிதாரணை 192
தருமசௌமியர் 3, 235, 236
தருமபுரி 255, 279
தல யாத்திரை 19
தலைச்சங்கம் 179
தலைமைச் செயலகம் 279
தலைவன் 64
தலைவி 64
தளவாய் 196
தற்காலம் 46
தன்வந்திரி 3, 11, 171, 172, 175, 176, 246, 247, 255, 259
தன்வந்திரி கருக்கிடை நிகண்டு 255
தனி அலுவலர் 276
தனிக் குற்ற நிலை 78

தா

தாட்கர் 246
தாப்பிசை 238
தாம்பரம் 279
தாமதம் 127
தாமிரபரணி 227
தாய்ப்பால் 97
தாயுமான அடிகள் 169
தாயுமானவர் 12, 17, 22, 49, 158
தாரணை 153
தாவர, சங்கமப் பொருள் 239
தாவர நஞ்சு 116
தாவரவியல் 134, 280
தாவரவியல் ஆராய்ச்சித் துறை 277
தாவோயிசம் 17
தாளகப் பற்பம் 103
தாளகம் 104, 120
தாளக மாத்திரை 239
தாளித்தல் 104

தி

திசு 90
திசுநீர் தேக்கி 98
திசுநீர் தேக்கி எதிர்ப்பி 98
திண்டிவனம் 279
திப்பிலி 112
தியானம் 153
திரணாக்கிய முனி 241
திராவிடர்களின் விஞ்ஞான முறை 26
திரிபு 238
திரிமலைச் சேரி 236
திரு ஆநிலைக் கோயில் 228
திருக்கயிலை மரபு 190
திருக்கருவை 171
திருக்குற்றாலப் படலம் 181
திருக்குறள் 65, 66, 67, 84, 190, 216
திருக்கூத்து 148
திருக்கோகர்ணம் 216
திருச்சி 279
திருஞாலம் 215
திருநெல்வேலி 225, 252, 279
திருப்பரங்குன்றம் 171, 207
திருப்பாற்கடல் 255
திருமங்கலம் 279
திருமந்திரம் 8, 84, 145, 147, 189, 190, 191, 192, 210, 247, 259
திருமழிசை 253
திருமழிசை ஆழ்வார் 203, 226, 252
திருமால் 227, 228, 252, 255
திருமாளிகைத் தேவர் 195
திருமுதுகுன்றம் 215

திருமூல நாதர் 174
திருமூல நாயனார் 176
திருமூலர் 5, 8, 9, 13, 14, 16, 19, 20, 24, 49, 51, 81, 95, 148, 151, 170, 171, 172, 173, 175, 176, 189, 190, 192, 193, 197, 231, 246, 254
திருவண்ணாமலை 171
திருவரங்கம் 228
திருவரங்கன் சந்நிதி 267
திருவருட்பா 226
திருவள்ளுவர் 6, 11, 59, 61, 62, 64, 65, 66, 68, 80, 158, 176, 203, 204
திருவனந்தபுரம் கீழ்த்திசைச் சுவடிகள் நூலகம் 177
திருவாரூர் 171
திருவாவடுதுறை 189
திருவாளன் 253
திருவானைக்கா 207, 228
திருவிசைப்பா 225, 226
திருவிடை மருதூர் 227
திருவிளையாடற் புராணம் 17
திருவையாறு 217

தீ

தீக்கருமம் 161
தீதகற்றல் 151, 152
தீநீர் 107
தீப்புண் 66
தீபாக்கினி 106
தீமுறுகல் பாடாணம் 120
தீர்த்த யாத்திரை 19

து

துணை மருந்து செய் நிலையம் 279
தும்பை 60, 61
துயரவாதம் 26
துருத்தி 106
துலாயந்திர முறை 104
துவாபரயுகம் 253
துவாரகை 215

தூ

தூங்காமல் தூங்குதல் 15
தூதுவன் 242

தெ

தெய்வபாடம் 243
தென்ஆற்காடு 279
தென் தமிழ் நாடு 195
தென் மதுரை 179

தே

தேசிய சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி நிறுவனம் 280
தேய்புரிப் பழங்கயிற்றியார் 217
தேரர் 119, 235
தேரையர் 3, 11, 88, 90, 172, 173, 174, 175, 235, 236, 238, 246, 247
தேரையர் கரிசல் 235
தேரையர் காப்பியம் 235
தேரையர் யமகம் 235
தேரையர் யமக வெண்பா 236
தேரையர் வாகடம் 236, 237
தேரையர் வெண்பா 238
தேரையர் வைத்திய காவியம்-1001 236
தேரையர் வைத்திய காவியம் 238
தேவத்தன் 225
தேவர் 255
தேவி 247
தேனி 279

தை

தைலம் 74
தைல வருக்கச் சுருக்கம் 247

தொ

தொக்கடம் 118
தொக்கணம் 118, 119
தொடு உணர்வு 140
தொடுவர்மம் 150
தொண்டை நாடு 237
தொண்டை வளநாடு 236

தொந்திதல் 106
தொல்காப்பியம் 55
தொல்காப்பியர் 6, 57, 85
தொழுநோயாளி 66

தோ

தோடம் 137
தோய்த்தல் 108
தோழி 64

ந

நஞ்சறுப்பான் 98
நந்தி 3, 18, 49, 172, 174
நந்திகேசர் 175
நந்திதேவர் 171, 172, 190, 247
நந்தீச்சுரர் 176
நந்தீசர் 172, 173, 195, 263
நம்பி பூபதி 236
நயனரோக விதி 216
நர்மதை நதி 259
நரம்பு உயிரணு 140
நரம்புச் சால ்கள் 151
நரம்பு மண்டலம் 150, 151
நல்வாழ்வுத்துறை அமைச்சர் 275, 276
நவகோடி சித்தர் 171
நவசித்தர் 171
நவநாத சித்தர் 171, 174
நவநாதர் 18, 173
நவீன மருத்துவம் 118
நவீனக் குறியீட்டாளர்கள் 25, 26
நளவெண்பா 236
நற்கருமம் 161
நன்றாற்றல் 152, 155

நா

நா 68, 69, 78
நாகப்பட்டினம் 197, 232
நாக முனி 215
நாகார்ஜுனர் 50
நாட்டுப்புற இலக்கியச் சாயல் 24
நாட்டுப்புற இலக்கிய வடிவம் 23
நாடி 68, 71, 78, 137, 140, 242, 243
நாடி சாத்திரம் 11
நாடி நடை 163
நாடிநூல் 247
நாடிபேதம் 243
நாத மரபு 17, 18
நாதர் 8, 9, 168
நாமக்கல் 196, 279
நாயன்மார் 6, 20, 149
நாயுருவி வேர் 129
நாராயணசாமி நாயுடு 276
நாலாயிர திவ்வியப் பிரபந்தம் 58
நாவறட்சி 69
நாவின் குணம் 69
நாவின் நிறம் 69
நாவின் புலன் 69
நாள் இருமுறை 123
நாளம் 140
நானிலம் 54

நி

நிண உறை 115
நியமம் 152
நியூட்ரான் 85, 136
நிரல்நிரை 238
நிருதர் 168
நிலக்கோட்டை 279
நிலமானிய சமூக அமைப்பு 11
நிலவியல் 26
நிலைமை 155
நிலையாமைக் கொள்கை 13
நிறம் 68, 69, 78

நீ

நீதி இலக்கியம் 23
நீர்க்கால் 88
நீர் நிறக்குறி 247
நீர்வாயு 87
நீலகண்ட மாமுனிவர் 241
நீலகண்டன் 25
நீலகிரி 279

நு

நுண் உயிரியல் 278
நுண் கிருமி 125
நுண்ணுயிரி 117

நூ

நூலகம் 278

நெ

நெடுஞ்செழியன் 61
நெடுமால் 252
நெய்குறி பெருந்திரட்டு 247
நெல்லைத் தலபுராணம் 225, 226
நெல்லையப்பர் 225, 227

நொ

நொச்சி 60, 61
நொதிப்பு 94

நோ

நோய் எதிர்ப்பு சக்தி 97
நோய் கணிப்பு 278
நோய் நாடி 68
நோய் முதல் நாடி 72
நோயில்லா நெறி ஒழுக்கம் 121
நோன்பு 5

ப

பக்தர்கள் 4
பக்தி 18
பக்தி இலக்கியம் 23
பகலில் துயிலோம் 124
பகவத் கீதை 7
பகற்புணரோம் 124
பச்சரிசி மாவு 130
பச்சைக் கற்பூரம் 113
பச்சைப் பாம்பு வித்தை 201
பசிப்பிணி 46, 58
பசு 85, 92, 135, 136, 137, 149
பசுபதீச்சுவரர் 228
பஞ்சகூதம் 94, 103
பஞ்சபூதம் 14, 59, 108, 111
பட்சினி 247
பட்டயம் 196
பட்டினத்தார் 10, 20, 21, 176
பட்டுக்கோட்டை 279
படுவர்மம் 150
படைத்தல் 88
பண்டிதர் 158
பணத்தி 10
பத்தாம் திருமுறை 9
பத்தியம் 74, 239, 244
பத்திரகிரியார் 5, 10, 176
பத்துப்பாட்டு 55
பதங்கம் 107
பதஞ்சலி 171, 172, 173, 174, 175, 215
பதார்த்தகுண சிந்தாமணி 58, 72, 162
பதி 92, 135, 137, 149
பதிகம் 226
பதினெண் கீழ்க்கணக்கு 55
பதினெண் சித்தர் 6, 7, 22, 171, 253, 259
பதினெண் சித்தர் நாடி நூல் 160
பதினெண் சித்தர் பெரிய ஞானக் கோவை 14, 20, 22
பரத்தையர் 66
பரந்தாமன் 253
பரம்பொருள் 5, 21
பரன் 158
பராங்குசம், டாக்டர் எம். 276
பராசக்தி 241
பராசரர் 246
பரிகாரி 158
பரிணாம வளர்ச்சி 48
பல்லவர் காலம் 9
பல்வகை உயிரினம் தோன்றிய உலகம் 44, 45
பல்வகை மருத்துவ ஆராய்ச்சி 278
பலதிரட்டு 201
பழநி 171, 196, 202, 277
பழநித் தலபுராணம் 196
பற்பம் 95, 100, 101, 103, 105, 108, 109

பற்பமுறை தண்டகம்-200 246
பற்று 239
பறங்கி நோய் 121
பறவை உயிரினம் தோன்றிய உலகம் 44, 45
பறவை சாத்திரம் 55
பறைச்சி 10
பன்மொழிப் புலவர் 255
பன்றிப்புடம் 109
பனகல் இராஜா 275
பனிப்புடம் 109

பா

பாசம் 85, 92, 135, 136, 137, 149
பாசி 62, 63
பாசுபதம் 9
பாசுபதர் 20
பாடலிபுத்திரம் 195
பாடாண் 60
பாடாண பேதி 98
பாடாணம் 92, 94, 100, 103, 104, 107, 108, 111, 120, 196
பாண்டிச்சேரி 278
பாண்டிய மன்னன் 209
பாதரசம் 101, 106, 107, 110, 128
பாபநாசம் 180
பாம்பாட்டி 10, 171, 172, 173, 175
பாம்பாட்டிச் சித்தர் 17, 174, 176, 215, 216, 246
பாம்பாட்டிச் சித்தர் குகை 216
பார்கவர் 253
பார்வதி 179, 207
பார்வைத் தூய்மை 99
பாரதப் போர் 7
பாரதியார் 6
பால சஞ்சீவி மாத்திரை 112
பாலதண்டாயுதபாணி சுவாமி 196
பாலியாறு 236
பாவச் செயல் 245
பாவச் செயல்களில் ஈடுபட்டவன் 242
பாளையங்கோட்டை 277, 278

பி

பிங்கலை 191
பிட்டவியல் 103
பிடித்தல் 119
பிண்டத்தில் உள்ளதே அண்டம் 51
பிண்டம் 19, 56, 85, 89
பிணி அளவு 78
பித்த நாடி 128
பித்த நோய் 51
பித்தோடம் 246
பிரம் முனி 174
பிரகாசம், டி. 276
பிரகாமியம் 169, 170
பிரத்தியாகாரம் 153
பிரம்மமுனி 172, 173, 271
பிரம்மா 50
பிரமர் 172, 174
பிரமன் 17, 222
பிரஜாபதி 50
பிராணாயாமப் பயிற்சி 192
பிராணாயாமம் 5, 9, 13, 15, 16, 23, 25, 55, 152, 153
பிராப்தி 169, 170
பிராமணர் குலம் 250
பிரான்சு நாடு 24
பிருகு 253
பிரேளமா 208
பிறர் வாழ்வை கெடுப்பவன் 242
பிறன்மனை நயந்தவன் 242
பின் ஞானம் - 100 267

பீ

பீகார் 8
பீட்டா உயிரணு 114
பீர்முகம்மது 176

பு

புகழேந்தி 236
புசுண்டர் 11, 174, 221
புட்டாளம்மை 117
புட்டு 239

புடம் 102. 108. 109. 110
புண்ணாக்கீசர் 11. 172. 173. 174. 175
புத்தகயா 195
புத்த சமயம் 195
புத்த பாரம்பரிய வரலாறு 50
புத்த மதம் 197
புத்தி 143. 167
புதன் சக்தி 163
புதுக்கவிதை 26
புதுக்கோட்டை 279
புதுச்சேரி 280
புராண இதிகாசக் கதைகள் 190
புராணக் கதை 191
புராணங்கள் 7. 238
புராணம் 50
புரோகிதர் 10
புரோட்டான் 85. 136
புலத்திய முனிவர் 181
புலத்தியர் 3. 11. 172. 173. 174. 175. 236. 246. 247
புலவர் புராணம் 250
புலன் 137
புலனுகர்வு 153
புலிக்கீசர் 175
புலிப்பாணி 11. 172. 173. 174. 175. 176. 195. 201
புலிப்பாணி சாமியார் 196. 201
புற்றுநோய் 129
புறத்திணை 55
புறநானூறு 56. 60. 86
புறம் 54

பூ

பூண்டு 96
பூதம் 138
பூபதி மாத்திரை 239
பூமிப்புடம் 109
பூரணானந்தர் 176
பூரம் 103. 104. 107. 128
பூலாங் குச்சி 129
பூவிருந்தவல்லி நெடுஞ்சாலை 275
பூனைக் கண்ணர் 173. 175
பூனைக்கடி நஞ்சு 116

பெ

பெண் வெறுப்பு 10
பெண்ணாசை 101
பெரியபுராணம் 8. 9. 190
பெரியம்மை 117
பெருந்திணை 60
பெருநூல் எண்ணூறு 209
பெருநூல் காவியம் 253
பெரும்பொழுது 78
பெருமூளைத் தண்டுவடநீர் 129

பே

பேகோசைடோஸிஸ் 115. 116
பேரண்டம் 91
பேரறிவு 136. 144. 149
பேரின்ப உலகம் 19

பை

பைசாகர் 168
பைந்தமிழ் முனிவன் 179

பொ

பொதிகை மலை 171. 179. 180
பொதிகை முனி 174
பொதிய மலை 221
பொதியில் 190
பொருள் முதல்வாதம் 20
பொருள் முதல்வாதி 21
பொற்கொல்லர் 108
பொறி 138
பொறையூர் 171
பொன்னரிதாரம் 120
பொன்னாசை 101

போ

போகநாதர் 172. 203
போகர் 11. 163. 171. 172. 173. 174. 175. 176. 192. 195. 196. 197. 201. 203. 207. 227. 228. 246

போகர் எழுநூறு 196, 197
போகர் ஏழாயிரம் 196, 247
போகர் கருக்கிடை நிகண்டு 1200 197
போகர் திருமந்திரம் 196
போகர் நிகண்டு 196, 197
போகர் நூல் 195
போகர் மூவாயிரம் 163
போகர் யோக மார்க்கம் 196
போகர் ஜனன சாகரம் 197
போகி 197
போதகுரு 172
போலி குரு 10

பௌ

பௌத்தத் துறவி 235
பௌத்தம் 1, 2
பௌத்திரம் 120
பௌமர் 246

ம

மக்கள் பதிப்பு 24
மக்கா 231
மகடூஉ முன்னிலை 219
மகளிர் இழிவு 14
மகாகுணபாடம் 247
மகாபாரதம் 236
மகாவில்வாதி இலேகிய வகை 239
மகிமா 169
மச்சதேயம் 207, 209
மச்ச நாதர் 172
மச்சமுனி 11, 171, 172, 173, 175, 195, 207, 246
மச்சமுனி-800 247
மச்சர் 174
மச்சேந்திரர் 174, 175, 207, 208, 209
மஞ்சள் காமாலை 96, 113, 125
மஞ்சள் தூள் 112
மடம் 2
மடலரிதாரம் 120
மண்டலம் 137
மண்டூக மகரிஷி 235
மண்ணாசை 101
மண் மூசை 106
மணி நாலாயிரம் 246
மத்திம உடல் 75
மத்திய அரசு 280
மத்திய சித்த ஆராய்ச்சி நிறுவனம் 279
மத்திய சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி நிறுவனம் 278
மதனகாம ரத்தினம் 246
மதுமேகம் 113, 114
மதுரை 171, 279
மதுரைக்காஞ்சி 61
மதுரைத் தமிழ்ச் சங்கம் 177
மதுரைப் பல்கலைக் கழகம் 277
மதுரை மன்னர் திருமலை 196
மதுரை வாலைசாமி 176, 267
மந்திரம் 243
மயிரேசகர் 207
மரணமிலாப் பெருவாழ்வு 12, 25, 26
மரபணு 67
மரபிலக்கியப் போக்கு 23
மரிசி 246
மருத்துவ அகராதி 280
மருத்துவ ஆராய்ச்சி 280
மருத்துவ ஆராய்ச்சித் துறை 277
மருத்துவ பாரதம் 236, 247
மருத்துவ முறைகள் 9
மருத்துவ யோகஞான சாத்திரம் 171
மருத்துவ விஞ்ஞானம் 55
மருத மலை 216
மருந்தாளுநர் மருத்துவம் 68
மருந்தியல் 280
மருந்து 65, 66, 68, 243
மருந்து எண்ணெய் 123
மருந்து சரக்கு 243
மருந்து செய்யகம் 278, 279
மருந்து தரக்கட்டுப்பாடு 278
மருந்து நெய் 119
மல்லாத்துதல் 119
மலம் 68, 71, 78, 137

மலிவுப் பதிப்பு 24
மலேசியா 280
மலையேணிச் சித்தர் 172
மறவர் இனம் 225
மறைகள் 238
மறைஞானக் கவிஞர்கள் 22
மறைபொருள் 6
மன்னார்குடி 279
மனக்கவலை 139
மனநலம் 64, 66
மனநோயாளி 66, 67
மனம் 143, 167
மனித உயிரினம் தோன்றிய உலகம் 44, 45
மனித நேயம் 26
மனு 246
மனோசிலை 120

மா

மாங்குடி மருதனார் 61
மாசிப்பத்திரிச் சாறு 112
மாத்திரை 74
மாதம் இருமுறை 122
மாந்திரீகம் 231
மாபுராணம் 163
மாம்பழ ஜாலம் 201
மாமிச உணவு 127
மாமூலன் 189
மாயன் 225
மாயாசால வித்தை 27
மாயாவாதம் 20, 21
மாயூரம் 171
மாயை 136
மாருதமதி அமுதம் 102
மாளாமல் மாளுதல் 15
மான உணர்ச்சி கெட்டவன் 242
மானம் 155
மானிடப்பக்கம் 25
மானூர் 225

மி

மித்திரன் 181
மிளகு 112
மின்காந்த சக்தி 150

மீ

மீனநாதன் 208

மு

முக்குணம் 76
முக்குற்றக் கலப்பு நிலை 78
முக்குற்றம் 47
முகம்மதியர் 231
முடக்கத்தான் 99
முத்தண்டமிழ் தேர்முனி 179
முத்தொழில் 157
முதல் உயிரினம் தோன்றிய உலகம் 44
முதலமைச்சர் 275
முப்பு 102
முருகதாச சுவாமிகள் 252
முருகப்பெருமான் 180
முருகவேல் 179
முருகன் 201, 237
முறுக்கல் 119
முன்ஞானம் - 100 267
முனிவர் 168

மூ

மூட நம்பிக்கை 27
மூத்திரம் 68, 71, 78
மூப்பியல் 67
மூலங்கிழார் 189
மூலங்கீரனார் 189
மூல நட்சத்திரம் 189
மூலநாதர் 174
மூலம் 120
மூலன் 189
மூலாக்கினி 191, 192
மூலாதாரம் 216
மூலிகை 26, 55, 58, 74, 94, 97, 100, 105, 106, 108, 117, 130, 280

மூலிகை ஆராய்ச்சி 278
மூலிகை மருந்து 114
மூன்று காண்டம் 246

மெ

மெய்கண்ட தேவர் 190
மெய்ஞ்ஞானத் திருமந்திரம் - 1500 259
மெய்ஞ்ஞானப் புலமை 55
மெய்ஞ்ஞான போதம் 249
மெய்ஞ்ஞானம் 145, 148, 155
மெய்யெழுத்து 7
மெழுகு 110

மே

மேதா கமிட்டி பரிந்துரை 277
மேல் கணக்கு 7

மை

மைவித்தை 210

மொ

மொழி 68, 70, 78
மொழி வரலாறு 50

மோ

மோட்சம் 4, 15, 16, 18, 19
மோல்கார்டு 115
மோன உபதேசம் 259

ய

யமகம் 238

யா

யாக்கை நிலையாமை 10, 14, 21
யாக்கோபு 175
யாகோபு 231
யாகோபு வைத்திய வாத சூத்திரம்-400 231
யாப்பு 25
யாப்பு வகை 238
யாப்பு வரையறை 23
யானைப்புடம் 109

யு

யுனானி 50, 275, 277
யுனானி மருத்துவ முறைக் கல்லூரி 279
யுனானி மருத்துவம் 51
யுனானி முறை 27

யூ

யூகி 175, 247
யூகி சிந்தாமணி 800 236
யூகி முனி 11, 173, 176, 242
யூகிமுனி சிகிச்சாசாரம் 241
யூகி முனிவர் 174, 236, 241, 246
யூகி வைத்திய சிந்தாமணிப் பெருநூல் 800 247

யோ

யோக சமாதி 5, 189
யோக சித்தர் 13, 18
யோக சித்தர் மரபு 14
யோக சித்தி 10, 48, 49
யோக நிலை 49
யோகப் பயிற்சி 154, 170, 171
யோகபூமியர் 168
யோகம் 83, 84, 146, 161, 171, 236, 259
யோக மருத்துவம் 51
யோக முப்பு 102
யோகாசனம் 51
யோகிகள் 149

ர

ரச கந்தகக் கூட்டுப்பொருள் 101
ரசம் 103
ரசவாத வித்தை 207
ரஸகுளிகை 203

ரா

ராகம் 137
ராகவையங்கார், ரா. 181
ராஸஸ் 51

ரோ

ரோம் நாடு 221
ரோமச் சித்தர் 172
ரோமமுனி 11
ரோமானிய சாம்ராஜ்யம் 51

ல

லகிமா 169
லட்சுமிபதி, ஆர். 276

லா

லாங்கர் ஹான் திட்டு 114
லால்குடி 279

லி

லிங்கச் செந்தூரம் 103
லிங்கம் 103

வ

வங்கம் 239
வங்காளம் 8
வச்சிர மூசை 106
வசிட்டர் 246
வசித்துவம் 169, 170
வசியம் 239
வசிஷ்டர் 253
வஞ்சி 60, 61
வடஆற்காடு 279
வட இந்தியா 8, 17
வடகம் 103
வட நாட்டவர் 255
வட நூல்கள் 255
வண்டமிழ் மாமுனி 179
வண்ணம் 247
வர்ம சிகிச்சை 118
வர்மம் 149, 150, 151
வராகப்புடம் 109
வருடம் இருமுறை 122
வலிப்பு நோய் 115
வள்ளுவர் 101
வளர்சிதை மாற்ற நோய் 114
வளி (வாதம்) 47, 78, 79, 88, 89, 91, 96, 111, 112, 115, 125, 128, 141, 157, 163
வளி உடல் 75
வற்றல் 239
வன்மீகர் 171

வா

வாகை 60, 61
வாச முனி 172, 173, 174, 175
வாசுகி அம்மையார் 203, 204
வாத நாடி 128
வாத நோய் 51
வாத முப்பு 102
வாதம் 171, 236, 259
வாதமாய்ப் படைத்து 88
வாதாபி 181
வாந்தி 122
வாமி 227
வாய் நாடி 73
வாய்ப்பச் செயல் 74
வாய்மேடு 279
வாயு 137
வாரம் இருமுறை 123
வால்மீகர் 176
வால்மீகி 172, 175
வாலை 5, 173
வாலை முனி 174
வாழ்வியல் பொது நூல் 67
வான் சிறப்பு 56
வான சாத்திரம் 11
வானதீர்த்தம் 180
வானியல் அறிவு 26

வி

விசுவாமித்திரர் 246
விடுகதைத் தன்மை 23
வித்தியாதரர் 168
விதர்ப்ப நாட்டு மன்னன் 181
விந்தம் பிலம்புகு படலம் 181
விந்தற்பனம் 192

விந்தியர் 168
விந்துசயம் 192
வியாக்கிரபாதர் 201
வியாக்கிரமர் 172, 174
வியாகர் 246
விராடபுரம் 207
வில்லவன் 181
வில்லவன் வாதாபி வதைப்படலம் 181
விலங்கு உயிரினம் தோன்றிய உலகம் 44, 45
விழி 68, 70, 78
விழுப்புண் 66
விளையாட்டீசர் 175
விற்பூட்டு 238
வினை 137
விஷ்ணு 227, 255

வீ

வீடுபேறு 4
வீரச் சுண்ணம் 103
வீரசைவர் 20
வீரட்டகாசமூர்த்தி 203
வீரம் 103, 104, 107, 128
வீரமாமுனிவர் 6

வெ

வெங்கடரமணா ஆயுர்வேத மருத்துவக் கல்லூரி 280
வெங்காயம் 96
வெங்காரம் 112
வெட்சி 60, 61
வெட்டுக்காயம் 140
வெட்டை 100, 105, 106
வெடியம் 88
வெண்ணிற ஆடை 243
வெண்பா முறை நிகண்டு 238
வெள்ளி 239
வெள்ளைப் பாடாணம் 115, 120, 121, 128
வெறி பிடித்தவன் 242

வே

வேத காலம் 50
வேதம் 10, 19, 247
வேதாகமச் சாத்திரம் 9, 27
வேதாந்த சம்பிரதாயம் 5
வேதாந்த சிந்தனை 249
வேதாந்தம் 236, 253
வேதித்தல் 99
வேதியியல் 134
வேதியியல் தூய்மை 99, 100
வேது 239
வேம்பின் குச்சி 129
வேமனர் 237
வேளாண்குடி 252
வேளாள மரபு 217

வை

வைகறைத் துயிலெழு 129
வைகாவூர் 202
வைணவம் 1, 2, 237
வைத்திய சாஸ்திரம் 201
வைத்திய சிந்தாமணி 246
வைத்தியம் 171, 236
வைத்திய முப்பு 102
வைத்தியர் 158
வைத்தியர் கண்ணாடி 246
வைத்திய ரசாயன முத்திரா வலி 246
வைத்தீச்சுரன் கோயில் 171, 256
வைத்தீஸ்வரன் 158
வைதீகச் சமயம் 5, 9, 11
வைதீக சாத்திரம் 10
வைதீக நெறி 10
வைதீகப் பற்று 27
வைப்புப் பாடாணம் 120

ஸ்

ஸ்பரிசம் 68, 70, 78

ஜா

ஜாலத்திரட்டு 201
ஜால வசிய மந்திர நூல் 210

ஜெ

ஜெர்மனி 83

ஹி

ஹிப்போகிரேட்டஸ் 51
ஹிப்போகிரேட்டஸ் உறுதிமொழி 51

ஹெ

ஹெபடைட்டிஸ் 128

ஹோ

ஹோமியோபதி மருத்துவம் 52
ஹோமியோபதி முறை 27

ஸ்ரீ

ஸ்ரீபெரும்புதூர் 279
ஸ்ரீவில்லிப்புத்தூர் 279
ஸ்ரீ விஷ்ணு 254
ஸ்ரீனிவாசமூர்த்தி, டாக்டர் ஜி. 275

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

தமிழ் மொழியின் வளர்ச்சி ஒன்றையே குறிக்கோளாகக் கொண்டு 1946 ஆம் ஆண்டு அந்நாள் கல்வியமைச்சர் திரு.தி.சு.அவினாசிலிங்கம் அவர்களால் தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் நிறுவப்பட்டது. தொடக்க காலம் முதல் 1982 ஆம் ஆண்டு வரை அவர் அதன் தலைவராக இருந்து சிறப்பாகத் தொண்டாற்றி வந்தார். பின்னர் 1982 ஆம் ஆண்டு முன்னாள் மாநில, மைய அமைச்சரான திரு.சி.சுப்பிரமணியம் அவர்கள் கழகத்தின் தலைமைப் பொறுப்பேற்றுச் சீரிய முறையில் தமிழ் வளர்ச்சிக்கு வழிகாட்டி வந்தார். 1990–ஆம் ஆண்டில் அவர் மராட்டிய மாநிலத்தின் ஆளுநர் பொறுப்பை ஏற்ற பொழுதிலிருந்து, பேராசிரியர் டாக்டர் வா.செ.குழந்தைசாமி அவர்கள் தலைமைப் பொறுப்பை ஏற்றுச் சீரிய பணியாற்றி வருகிறார்.

1947–ஆம் ஆண்டு முதல் ம.ப.பெரியசாமித்தூரன் அவர்களைத் தலைமைப் பதிப்பு ஆசிரியராகக் கொண்டு, "கலைக் களஞ்சியம்" 10 தொகுதிகள் வெளியிடப்பட்டன. இதுவே இந்திய மொழிகளில் முதல் முயற்சியாகத் திகழ்கிறது. பின்னர், அவரையே ஆசிரியராகக் கொண்டு "குழந்தைகள் கலைக்களஞ்சிம்" 10 தொகுதிகள் 1976 ஆம் ஆண்டில் வெளியிடப்பட்டன. இதன் இரண்டாவது திருத்திய பதிப்பும் (10 தொகுதிகள்) 1988–இல் முடிவுற்றது. அதன் பின்னர், தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் அறிவியல் தொடர்பான நூல்களை வெளியிடும் பணியில் ஈடுபட்டு, நான்கு நூல்களை வெளியிட்டது.

தற்போது தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் மருத்துவ அறிவியலைக் கருத்தில் கொண்டு, "மருத்துவக் களஞ்சியம்" எனும் தலைப்பில் 12 தொகுதிகளை வெளியிடும் பணியை மேற்கொண்டுள்ளது. இதில் "உடல் நலம்" எனும் தலைப்பில் முதல் தொகுதியும், "தாய் சேய் நலம்" எனும் தலைப்பில் இரண்டாவது தொகுதியும் "புலனுறுப்புகள்" எனும் தலைப்பில் இரு நூல்களாக மூன்றாவது நான்காவது தொகுதிகளும், "நரம்பு மண்டலம், மனநோய், நாளமில் சுரப்பிகள்" ஆகியவை அடங்கிய ஐந்தாவது தொகுதியும், "செரிமான மண்டலமும் மூச்சு மண்டலமும்" இடம்பெற்ற ஆறாவது தொகுதியும், "தொற்று நோய்களும் பால்வினை நோய்களும்" எனும் தலைப்பில் ஏழாவது தொகுதியும், "புற்றுநோய், முதியோர் நலம்" அடங்கிய எட்டாவது தொகுதியும், "இதய இரத்தநாள மண்டலம்" எனும் தலைப்பிலான ஒன்பதாவது தொகுதியும் ஏற்கனவே இடம்பெற்றுள்ளன. "சிறுநீரகம் மற்றும் இனவள உறுப்பு மண்டலம்" என்னும் பொருள் பற்றிய பத்தாம் தொகுதியும், "எலும்பியல், மாற்றுறுப்பியல், ஒட்டறுவை மருத்துவம்" ஆகிய மூன்று பகுதிகளைக் கொண்ட பதினொன்றாம் தொகுதியும் வெளியிடப்பட்டுள்ளன. "மரபியல், விபத்து மருத்துவம், நோய் எதிப்பாற்றல் மண்டலத்தின் அடிப்படைகள்" எனும் பகுதிகள் அடங்கிய பனிரண்டாம் தொகுதி விரைவில் வெளிவர உள்ளது.

அலோபதி மருத்துவமுறை நூல் வெளியீட்டுத் திட்டத்தைத் தொடர்ந்து, தமிழகம் தரணிக்கு அளித்த மருத்துவ முறையாம் சித்த மருத்துவம் பற்றிய நூல் வெளியீட்டுத் திட்டத்தில் ஆறு தொகுதிகளை வெளியிடும் பணியைக் கழகம் மேற்கொண்டுள்ளது. இதில் "சித்த மருத்துவம் தொகுதி – 1: வரலாறு" எனும் முதல் தொகுதி இப்போது வெளிவந்துள்து. ஏனைய தொகுதிகளுக்கான தயாரிப்புப் பணிகள் நடைபெற்று வருகின்றன.

சித்த மருத்துவம்

தொகுதி - 2: அடிப்படைகள்

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் சென்னை-600 005.

சித்த மருத்துவம்

தொகுதி-2 : அடிப்படைகள்

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்
சென்னைப் பல்கலைக்கழக வளாகம்
சென்னை - 600 005

2007

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

சென்னைப் பல்கலைக்கழக வளாகம்
சேப்பாக்கம், சென்னை - 600 005.

நிறுவனர்
திரு தி.சு. அவினாசிலிங்கம்

தலைவர்
டாக்டர் வா.செ. குழந்தைசாமி

துணைத் தலைவர்கள்
டாக்டர் நா. மகாலிங்கம்
டாக்டர் ச.ப. தியாகராஜன்
டாக்டர் ஜே.ஜி. கண்ணப்பன்

செயலாளர்
டாக்டர் ப. அர. நக்கீரன்

தொகுப்பாசிரியர்
திரு மா. மதியழகன்

ஆசிரியர் குழு
மரு. கு. கணபதி (ஒருங்கிணைப்பாளர்)
மரு. கி. நடராசன்
மரு. ஐ.ரா. கிருஷ்ணமூர்த்தி
மரு.புது. ஜெயப்பிரகாஷ் நாராயணன்
மரு. வீ. சுப்பிரமணியன்
மரு. க. இராஜேஸ்வரி
மரு. வி. நடராஜசொக்கலிங்கம்

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழக வெளியீடு

முதற் பதிப்பு 2007

பதிப்புரிமை உடையது

விலை ரூ. 225

அச்சிட்டோர் : பாவை பிரிண்டர்ஸ் (பி) லிமிடெட்
சென்னை - 600 014.

Bibliographical Data

Name of the Book	:	Siddha Maruttuvam Vol.2: Adippadaikal
Author/Editor	:	Dr. G. Ganapathy (Co-ordinator)
Edition	:	First - 2007
Copy Right	:	Tamil Valarchi Kazhagam
Language	:	Tamil
Subject	:	Siddha Medical system
Pages	:	xii+292
Price	:	Rs. 225
Paper	:	Maplitho
Size	:	Double Crown
Binding	:	Deluxe
Point	:	10 Pt
Wrapper Design	:	Sivagami Printographics
Published by	:	Tamil Valarchi Kazhagam University Building Chepauk, Chennai- 600 005. Ph: 25365440
Printed by	:	Pavai Printers Pvt. Ltd. J.J. Khan Road, Royapettah. Chennai-600 014. Ph. 28482441, 28482973

உள்ளடக்கம்

முகவுரை		...	vii
ஒருங்கிணைப்பாளர் உரை		...	ix
Introduction		...	xi
1.	அண்டத்தில் உள்ளதே பிண்டம்	...	1
2.	ஐம்பூதக் கோட்பாடு	...	15
3.	தத்துவ ஆராய்ச்சி	...	29
4.	தத்துவங்கள் 96	...	37
5.	அளவை	...	67
6.	அட்டாங்க யோகம்	...	73
7.	அட்டமா சித்திகள்	...	85
8.	மருத்துவமும் சோதிடமும்	...	97
9.	சமயங்கள் தரும் அறிவியல் உண்மைகள்	...	105
10.	உடல் இலக்கணம்	...	127
11.	ஐந்திணை நோய்கள்	...	143
12.	நோய் நாடல்	...	151
13.	எண்வகைத் தேர்வில் நாடி	...	169
14.	நாள் ஒழுக்கம்	...	185
15.	மருந்து	...	199
16.	மூலிகை மருத்துவம்	...	217
17.	உலோக மருத்துவம்	...	223
18.	உணவு	...	229
19.	கற்பம்	...	251
20.	முப்பு	...	267
சொல்லடைவு		...	277

முகவுரை

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் வெளியிட்டு வரும் சித்த மருத்துவ நூல் வரிசையில், இந்நூல் சித்த மருத்துவத்தின் அடிப்படைக் கோட்பாடுகளைப் பற்றிய இரண்டாம் தொகுதியாகும்.

எந்தவொரு முறைக்கும் தனக்கென அமைந்த அடிப்படையான கோட்பாடுகள் இருப்பதைப் போன்றே சித்த மருத்துவ முறையிலும், அனுபவத்தாலும் ஆய்வு முயற்சியாலும் கண்டறியப்பட்ட தெளிவான கோட்பாடுகள் உள்ளன. சித்த மருத்துவர்களைப் பொருத்தவரை அண்டத்தில் உள்ளதே பிண்டம், ஐம்பூதச் சேர்க்கையே மனிதர் உள்ளிட்ட தாவர, சங்கமப் பொருட்கள் என்பதில் ஆணித்தரமான கருத்தை உடையவர்களாக விளங்குகின்றனர். இந்தக் கருத்தியலின் அடிப்படையில் அவர்கள் அளவைப் பயிற்சிகளின் மூலம் தத்துவ ஆராய்ச்சிகளை மேற்கொண்டு, உடலின் இலக்கணத்தையும், அதில் அடங்கியுள்ள 96 தத்துவங்களையும் கண்டு கூறியுள்ளனர்.

உடம்பையும் உள்ளத்தையும் நன்னிலையில் பேண மேற்கொள்ளப்பட வேண்டிய யோகப் பயிற்சிகள், அப்பயிற்சிகளினால் கிட்டும் அரிய ஆற்றல்களான எண் வகை சித்திகள், சோதிடத்திற்கும் மருத்துவத்துக்கும் உள்ள தொடர்பு, சமயங்கள் தரும் அறிவியல் கருத்துகள், நில அடிப்படையில் மனிதர்க்கு வரும் நோய்கள், நோயைச் சோதித்து அறியும் முறை, நோயைக் கண்டறிவதில் நாடி பரிசோதனை வகிக்கும் இடம், மனிதன் அன்றாடம் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய நடைமுறைச் செயல்பாடுகள், நோயுற்றவர்களுக்கு வழங்கப்பட வேண்டிய மருந்து

இது மட்டுமின்றி மருந்தைப் பற்றியும், அதன் பிரிவுகளான "மூலிகை மருந்து", "உலோக மருந்து" பற்றியும், உணவைப் பற்றியும், நீண்ட நெடுநாட்கள் நோயின்றி மகிழ்ச்சியுடன் வாழ வழி சேர்க்கும் "கற்பம்" பற்றியும் முடிவாக சித்த மருத்துவத்தின் மகுடம் என்று போற்றக்கூடிய "முப்பு" பற்றிய கட்டுரையும் சேர்ந்து ஒரு சிறந்த நூலாக வெளியிடப்படுவது மிக்க மகிழ்ச்சியைத் தருகிறது.

இம் மகிழ்ச்சிக்குக் காரணம் தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகத்தின் தலைவராயிருக்கின்ற சிறந்த கல்வியாளர், பேரறிஞர், பல பல்கலைக்கழகங்களுக்குத் துணைவேந்தராய் இருந்து சிறப்பு சேர்த்தவர் டாக்டர் வா. செ. குழந்தைசாமி அவர்களின் விடா முயற்சியும் ஆக்கமும் ஊக்கமும்தான் என்று கூறினால் மிகையாகாது. எனவே அன்னாருக்கு என் உளமார்ந்த நன்றியை உரித்தாக்குகின்றேன்.

இந்நூல் வெளியீட்டில் முக்கிய பங்கு கொண்ட தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகத்தின் துணைத் தலைவர்கள் டாக்டர் நா. மகாலிங்கம், டாக்டர் ச.ப. தியாகராஜன், டாக்டர் ஜே.ஜி. கண்ணப்பன், செயலர் மற்றும் பொருளாளர் டாக்டர் ப. அர. நக்கீரன் ஆகியோருக்கும் என் நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

இந்நூலின் ஒருங்கிணைப்பாளர்கள் மாறிக்கொண்டேயிருந்த நேரத்தில், எனக்கு அப்பொறுப்பினை வழங்கியபோது கட்டுரைகளை எழுதிக் கொடுத்த என்னுடைய இனிய நண்பர்கள் மற்றும் மூத்த சித்த மருத்துவ அறிஞர்கள் மரு. ஐ.ரா. கிருஷ்ணமூர்த்தி, மரு. புது. ஜெயப்பிரகாஷ் நாராயணன், மரு. கி. நடராசன், மரு. வீ. சுப்பிரமணியன், மரு. க. இராஜேஸ்வரி, மறைந்துவிட்ட மரு. வி. நடராஜசொக்கலிங்கம் ஆகியோர்க்கும் என் மனமார்ந்த நன்றி உரியதாகும்.

நான் மிகவும் பணி நெருக்கடியில் இருந்தபோது கருத்துகளை ஏற்றுக் கொண்டு அனைத்து வகைகளிலும் எனக்குத் துணைபுரிந்த என் மாணவர்களுக்கும் என் பாராட்டுதல்களைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

மேலும் இந்நூல் சிறந்த நூலாகத் தொகுக்கப்பட்டு வெளிவருவதற்குச் சிறப்பாகத் துணைநின்ற தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகத்தின் தொகுப்பாசிரியர் திரு மா. மதியழகன் அவர்களுக்கும், கணினியில் நூலைச் சிறந்த முறையில் வடிவமைக்கப் பணிபுரிந்த திரு க. செல்லதுரை அவர்களுக்கும் என் நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

இந்நூல் சித்த மருத்துவத்தின் அடிப்படைத் தத்துவங்களை வெளிக் கொணரும் சிறந்த நூலாக அமையும் என நம்புகிறேன்.

மரு. கு. கணபதி

Introduction

Publication of this book "Siddha Maruthuva Adippadaikal" is an eye-opener of the principles of Siddha Medicine to the common public and the people of Siddha Medical field. In addition to the previous publications like "Siddha Maruthuva Varalaru" etc. by Tamil Valarchi Kazhagam, this volume adds prestige to the Siddha system of medicine.

In this book the relationship between the universe and the body of mankind is described in "Andathil Ullathe Pindam" chapter.

The principles of 5 elements, description about the principles of Siddha Medicine, the 96 Thathuvas are also written in the following chapters.

Different characters/ constitution of the body, way of knowing 'visible' and 'invisible' matters etc. (Alavai) through: 1. Observation, 2. Inference, 3. Literature (Authority), 4. Perception, 5. Presumption, 6. Comparison, 7. Inference by elimination, 8. Probability, 9. Tradition and 10. Natural Inference are explained in detail.

Eight types of 'yoga', eight supernatural powers of Siddha, the role of Astrology in medicine and different schools of thought of scientific facts are also narrated in this text.

Regarding diseases, the diseases of 5 different areas of land (Inthinai), method of diagnosis with disease's origin, role of 'Nadi' in eight methods of diagnosis and the day to day disciplines suggested by Siddhars are given in detail.

Apart from this, description about Medicine (pharmacology) and its types like Herbal, Minerals/ Metals and a chapter about 'Diet' are also presented.

In the last but one chapter methods to lead a disease free life which results in longevity of life, like 'Kalpa' are given.

Finally the supreme part of Siddha Medicine, 'Muppu' is also explained in detail, which gives me great pleasure.

The pleasure preparing this work is due to the opportunity and encouragement given by the President of Tamil Valarchi Kazhagam, the great educationist, scholar and former Vice-Chancellor of three renowned Universities Dr. V.C. Kulandaiswamy. It gives me immense happiness to express my sincere thanks to him.

I also wish to record my thanks to the Vice Presidents Dr. N. Mahalingam, Dr. S. P. Thiyagarajan, Dr. J.G. Kannappan and the Secretary and Treasurer Dr. P.R. Nakkeeran for their co-operation in bringing this book.

I personally thank my colleagues and senior scholars of Siddha Medicine, namely Dr. J.R. Krishnamoorthy, Prof. Dr. P. Jayaprakash Narayanan, Dr. K. Natarajan, Prof. Dr. V. Subramanian, Prof. Dr. K. Rajeswari and late Dr. V. Natarajachokkalingam for their valuable service in writing this volume.

On this occasion I wish to congratulate my students for their immense assistance in this work.

I thank the editor of Tamil Valarchi Kazhagam Thiru M. Mathialagan for his involvement and sincerity in editing this book and Thiru K. Selladurai who brought this in an excellent form.

I hope that this book will serve as a valuable introduction to Siddha Medicine System.

Dr. G. Ganapathy

1

அண்டத்தில் உள்ளதே பிண்டம்

மரு. புது. ஜெயப்பிரகாஷ் நாராயணன்

முன்னுரை

மானிட உடல் (பிண்டம்) இந்தப் பிரபஞ்சத்தின் (அண்டம்) முழுப் பிரதிபலிப்பாக இருக்கின்றது என்பது சித்தர் கோட்பாடு. இதையே சட்டமுனி

அண்டத்தில் உள்ளதே பிண்டம்
பிண்டத்தில் உள்ளதே அண்டம்
அண்டமும் பிண்டமும் ஒன்றே
அறிந்து தான் பார்க்கும் போதே

-சட்ட முனி ஞானம்

என்று அழகாகக் கூறுகின்றார்.

பஞ்சபூதம் உண்டான விதம்

பிரபஞ்சம் (உலகம்) ஐம்பூத மயமானது. தோன்றி, நிலைத்து, அழிந்து, அப்பால் மறுபடியும் தோன்றி, நிலைத்து, அழிந்து போகும் பொருட்கள் யாவும் ஓரிடத்தில் ஒடுங்கும். அதுவே பரப்பிரம்மம். அவ்விடத்திலிருந்தே படைத்தல், காத்தல், அழித்தல் என்னும் சக்திகளுக்கிணங்க இவ்வுலகம் (அண்டம்) ஐம்பூத மயமானது என்பர். உடலும் ஐம்பூதக் கொள்கையை உடையது.

ஆமென்ற அப்புவிலே தேயு தோன்றி
உதீதமென்ற தேயுவிலே வாய்வு தோன்றி
தேமென்ற வாயுவிலே யுந்தி தோன்றி
திடமான பிருதிவியும் வாயு வாச்சுக்

காமென்ற பஞ்சகர்த்தாள் பஞ்ச பூதம்
கனமாகக் கூடியல்லோ உலக மாச்சுத்
தாமென்ற ஆணவத்தைப் போக்கி மைந்தா
சாதகமாய் ஐந்தைந்தா தொன்ற தாக்கே.

-பிரம ஞானம் 2

என்றும்,

பாரப்பா பூத மைந்து மண் நீர் தேயு
பரிவாயு ஆகாயம் ஐந்தினாலே
சேரப்பா சட மாச்சு

-சதகநாடி

என்றும் பஞ்ச பூதம் அண்டமாகி இருப்பது உரைக்கப்பட்டுள்ளது.

பிரம்மம்
↓
மூலப்பிரகிருதி
↓
முக்குணம்
↓

சத்துவகுணம்	இரசோகுணம்	தமோகுணம்
↓	↓	↓
ஈசுபரசைத்தன்யம்	ஆவர்ண சக்தி	விட்சேப சக்தி + முக்குணம்

↓

ஆகாயம் – சப்தம் (ஓசை)
வாயு – ஸ்பரிசம் (ஊறு)
தேயு – ரூபம் (உருவம்)
அப்பு – ரசம் (சுவை)
பிருதிவி – கந்தம் (நாற்றம்)

மேலும் பிருதிவி தோற்றுவிக்க மற்ற தாது, தாவர, சங்கமங்கள், சூதனர், நரர், மக்கள் தோன்றினர்.

பிண்டோற்பத்தியில் ஐம்பூதங்களின் சேர்க்கை

உன்னிய கர்ப்பக் குழியாம் வெளியிலே
பன்னிய நாதம் பகர்ந்த பிரிதிவி
வன்னியும் வாயுவும் மாயுறுஞ் சுக்கிலம்
பன்னியும் சமனாய் வளர்க்கும் உதகமே

-திருமந்திரம்

கருப்பை - விண் - கரு வளர இடம் கொடுக்கும்

நாதம் - மண் - கருவைத் தோற்றுவித்து உணவை அளிக்கும்

சுக்கிலம் - தீ

உதக நீர் - நீர்.

நீர் போன்ற இரசத் தாதுவிலிருந்து இரத்தத் தாது உண்டாகி அப்பால் மற்ற தாதுக்கள் உண்டாகின்றன.

சுக்கில சுரோணிதம் கருப்பையில் உறையும் விதம்

காண்மை யன்றித் தினமொன்று இதழ் தானொன்றொன்று
கருவான கருக்குழித்தான் இந்நாட்குள்ளே
பாண்மை என்ற விந்தங்கே ஊரும்போது
பாயுமப்பா வன்னி யொடு வாயுதானே

-அகத்தியர் வைத்திய வல்லாதி 800

கருப்பையில் சுக்கில சுரோணிதம் கலந்தவுடன், விந்துவுடன் சென்ற தீ, வளிகளால் உறவாகித் திரளும். அக்கணமே கருமலர் குவியும். கருப்பை வாசல் மூடிக்கொள்ளும். உறைந்த இடத்தில் தமருண்டு. அதில் தங்கி உறவாகித் திரண்ட. சுக்கில சுரோணிதத்தைச் சுற்றிலும் வாயுவானது வேலிபோல் காக்கும். அதாவது,

அபானன் - வாயிலைக் காக்கும்

பிராணன் - விந்துவுடன் உட்சென்று கருவைப் பல பிரிவுகளாக்கும்

உதானன் - கருவை வளர்க்கும்.

கருவுடன் வினைகள் (ஆணவம், கன்மம், மாயை) மூன்றும் சேரும். மேலும் அன்னை, தந்தையின் கலவியில் ஏற்படக்கூடிய முக்குற்றக் (வளி, அழல், ஐயம்) கலப்பில் உடல் அமையும்.

ஐம்பூதங்கள் முக்குற்றத்தைத் தோற்றுவிக்கின்றன

வளி - வளி + விண்

அழல் - தீ

ஐயம் - மண் + நீர்.

உடல் பஞ்சபூத மயமானது

மண்	நீர்	தீ	வளி	விண்
எலும்பு	தசை	தோல்	நரம்பு	மயிர்
மூளை	சிறுநீர்	கொழுப்பு	வெண்ணீர்	குருதி
புணர்ச்சி	சோம்பல்	தூக்கம்	அகங்காரம்	பயம்
கிடத்தல்	இருத்தல்	நடத்தல்	ஓடல்	தாண்டல்
மாச்சரியம்	மதம்	மோகம்	உலோபம்	காமகுரோதம்

அறுசுவையும் ஐம்பூதச் சேர்க்கையும்

இனிப்பு	=	மண்	+	நீர்
புளிப்பு	=	மண்	+	தீ
உவர்ப்பு	=	நீர்	+	தீ
கைப்பு	=	வளி	+	விண்
கார்ப்பு	=	வளி	+	தீ
துவர்ப்பு	=	வளி	+	மண்

முக்குற்றங்களுக்கும் ஏழு உடற்தாதுக்களுக்கும் உள்ள பொருத்தம்

வளி - எலும்பிலும்

அழல் - செந்நீரிலும்

ஐயம் - மற்ற தாதுக்களிலும் பொருந்தி நிற்கும்.

மேலும் ஸ்தூல பஞ்ச பூதங்கள் பஞ்சீகரணம் செய்து, ஏழு உடற்தாதுக்கள் பிறக்கின்றன. இதனைத் திருமூலர்,

இரத்தம் உதிரம் இறைச்சி தோல் மேதை
மருவிய அத்தி எழும் பொடு மச்சை

பரவிய சுக்கிலம் பாழாம் உபாதி
உருவம லாலுடல் ஒன்றெனலாமே

-திருமந்திரம்

என்றார். யூகி வைத்திய சிந்தாமணி-800 இல்,

சென்ம மார் சரீரம் தொண்ணூற்று ஆறங்குலமாம்
செய்கின்ற அவரவர்கள் கையாலே தான்
தன்னமாம் ரசம் இரத்தம் மாம்சமும் மேதை
தசை மச்சையொடு சுக்கிலந்தாது ஏழாகி
உன்னமாம் உருவென்னும் சரீரமாகி
உயிர் சட்டை ரசஞ் சேர்ந்து ரோமமாகி
வன்னமாம் வாதபித்த சேட்ப மாகி
வருகின்ற சடத்தினிட வண்மை கேளே

என்று கூறப்பட்டுள்ளது.

எனவே மனிதன், உலகத்திலுள்ள தாதுப் பொருட்கள், தாவரப் பொருட்கள், சங்கமப் பொருட்கள் எல்லாம் ஐம்பூதங்களின் சேர்க்கையினால் உண்டானவை. என்பது தெளிவாகிறது.

அண்டத்திலுள்ள கிரகங்கள், விண்மீன்களின் அசைவிற்கும் சக்திக்கும், மனித உடலிலுள்ள உறுப்புகளின் சக்திக்கும் தொடர்பு இருக்கின்றது. அவை:

தமரகம்	-	சூரிய சக்தி
மூளை	-	சந்திர சக்தி
பித்தப்பை	-	செவ்வாய் சக்தி
நீர்க்குண்டிக்காய்	-	சுக்கிரன் சக்தி
நுரையீரல்	-	புதன் சக்தி
கல்லீரல்	-	குரு சக்தி
மண்ணீரல்	-	சனி சக்தி

மேலும் நவமணிகள் உடல் உறுப்புகளுடன் ஒப்பிடப் படுகின்றன.

1.	என்பு	-	வைரம்	-	வெள்ளி
2.	பற்கள்	-	முத்து	-	சந்திரன்
3.	இரத்தம்	-	மாணிக்கம்	-	ஞாயிறு

4.	மயிர்	-	வைடூரியம்	-	கேது
5.	தசை	-	பவழம்	-	செவ்வாய்
6.	கண்	-	நீலம்	-	சனி
7.	பித்தம்	-	மரகதம்	-	புதன்
8.	கபம்	-	புட்பராகம்	-	வியாழன்
9.	நிணம்	-	கோமேதகம்	-	இராகு

அண்டத்தில் உள்ளதே பிண்டம் என்பதற்கிணங்க எந்த உறுப்பு வன்மை குறைந்து நோய்வாய்ப்பட்டதோ அந்த உறுப்பிற்குரிய நவமணியைப் பற்பம், செந்தூரம் போன்ற மருந்தாகச் செய்து வழங்க, அந்த உறுப்பு வன்மை பெறும்.

ஒருவனது பிறப்பில் அமைந்த சூரியாதிக் கோள்கள் ஒன்பதும் தம்முள் ஒன்றோடொன்று விரோதமின்றிக் கூடி நட்பும் பெறுமாகில் அவனுக்குச் சுகவாழ்க்கை எய்துவது போல், நவமணி அணிய நற்பயனும் சுக வாழ்க்கையும் கிட்டும்.

உடல் உறுப்புகளுக்கும் விண்மீன், கோல்களுக்கும் உள்ள தொடர்பு

விண்மீன்களும் (நட்சத்திரம்), கோள்களும் (கிரகங்கள்) மனித உடலில் ஆதிக்கம் செலுத்துகின்றன. ஆதலினால் உடல உறுப்புகளில் உண்டாகும் நோய்க் குற்றங்களுக்கும் விண்மீன், கோள்கள் ஆகியவற்றிற்கும் தொடர்பு உள்ளது என்பது தெள்ளத் தெளிவாகிறது. அவற்றின் விபரம் வருமாறு:

அசுவினி	–	புறங்கால்
பரணி	–	உள்ளங்கால்
கிருத்திகை	–	தலை
உரோகிணி	–	நெற்றி
மிருகசிரம்	–	புருவம்
திருவாதிரை	–	கண்
புனர்பூசம்	–	மூக்கு
பூசம்	–	முகம்
ஆயில்யம்	–	காது
மகம்	–	உதடு மேவாய்
பூரம்	–	வலது கை

உத்திரம்	–	இடது கை
அஸ்தம்	–	கை விரல்
சித்திரை	–	கழுத்து
சுவாதி	–	மார்பு
விசாகம்	–	மூளை
அனுசம்	–	வயிறு
கேட்டை	–	வலப்பக்கம்
மூலம்	–	இடப்பக்கம்
பூராடம்	–	முதுகு
உத்திராடம்	–	இடை
திருவோணம்	–	குய்யம்
அவிட்டம்	–	குதம்
சதையம்	–	வலது தொடை
பூரட்டாதி	–	இடது தொடை
உத்திரட்டாதி	–	முழங்கால்
இரேவதி	–	கணைக்கால்

மனிதனின் உடலில் இருபத்தேழு விண்மீன்களும் தங்களின் இயக்கத்தைச் செலுத்தி வருகின்றன. மனிதன் பிறக்கும்போது விண்மீன் மண்டலத்தில் சந்திரனின் இடம் எந்த விண்மீனில் இருக்கின்றதோ அதுவே அம்மனிதன் பிறந்த விண்மீனாகக் கொள்ளலாம். அந்த விண்மீன், அவனின் உடல் உறுப்புகளில் எந்த உறுப்பின் ஆதிக்கத்தில் உள்ளதோ அந்த உறுப்பே அம்மனிதனின் உயிர் உறையும் இடமாக இருக்கும் என்பது விதி.

கோள்களும் அவற்றின் ஆதிக்கப் பகுதிகளும்

சூரியன் – வலக்கண், இதயம், நெற்றி

சந்திரன் – மார்பு, தோள், மூக்கு இடக்கண்

செவ்வாய் – தலை, கை, தொடை, எலும்பு, இரத்தம்

புதன் – உதடு, கழுத்து, நுண்ணிய நரம்புகள், விரல்கள், காது

வியாழன் – வயிறு, சிறுகுடல், பெருங்குடல், சுவாசக் குழாய்கள், எலும்பு, மஜ்ஜை

சுக்கிரன் – முகம், உயிர் அணுக்கள், சிறுநீரகம்

சனி – நரம்பு, தோல், நகம், ஈரல், பல், மூட்டுகள்

இராகு – உணவுக் குழல், முழங்கால், பித்த நீர்ப்பை

கேது – இரத்தம், பிடரி, நெற்றிப் பொட்டு

கோள்களும் நோய்களும்

சூரியன்

கண்பார்வை மங்கல், தலைவலி, இரத்த ஓட்டக் குறைபாடு, எலும்புகளில் பலமின்மை, இதயத் துடிப்பு, சுரம் முதலிய நோய்களைக் குறிக்கும்.

சந்திரன்

கருப்பைக் கோளாறு, நீர்க்கோவை, வெளுப்பு நோய், மாதவிடாய்க் கோளாறு, மனவளர்ச்சியின்மை, இரத்தக் குறைவு நோய்கள்.

செவ்வாய்

இரத்தத் தொடர்புடைய நோய், சுரம், தீப்புண், இரத்த அழுத்தம், புற்று நோய்கள்.

புதன்

மனநோய், செவிடு, நரம்புத்தளர்ச்சி, வெண்குட்டம், ஆண்மைக் குறைவு நோய், சுவாசம் தொடர்பான நோய்.

வியாழன்

வயிற்று நோய், மஞ்சள் காமாலை, ஊதல், புற்று நோய் தொடர்பான நோய், சதை வளர்ச்சி நோய்.

சுக்கிரன்

சர்க்கரை நோய், சிற்றின்ப கேளிக்கை நோய், இராஜ பிளவை, சிறுநீர்ப் புறவழி நோய், சிறுநீரக நோய், கண் நோய், ஆண்-பெண் குறிகளில் நோய்கள்.

சனி

வளி நோய், பாரிச வாயு, எலும்பு வியாதி, பல் நோய், நீர்க்கோவை, யானைக்கால், சுரப்பி நோய்.

இராகு

இருமல், கக்குவான், குடல் நோய், குடற்புண், வயிற்றுப்புண், மண்ணீரல் நோய்.

கேது

ஊமை, செவிடு, குடல் பூச்சி, காய்ச்சல், குறைந்த இரத்த அழுத்தம்.

கால ஒழுக்கம்

பூமி தன்னைத் தானே சுறறிக்கொண்டு, சூரியனையும் சுற்றிவர பன்னிரண்டு மாதங்கள் ஆகின்றன. அதன் விளைவு பருவ காலங்கள்.

கார்காலம்	: ஆவணி, புரட்டாசி
கூதிர்காலம்	: ஐப்பசி, கார்த்திகை
முன்பனி	: மார்கழி, தை
பின்பனி	: மாசி, பங்குனி
இளவேனில்	: சித்திரை, வைகாசி
முதுவேனில்	: ஆனி, ஆடி

சூரியனானது வட துருவத்தைநோக்கி ஆறு மாதம் செல்லும். இதனை உத்திராயணம் (அதாவது தை முதல் ஆனி வரை) என்பர். நமது நிலப் பரப்பு சூரிய வழிக்கு நெருங்கி இருப்பதால் அதிக வெப்பம் பெறுகிறது. அண்டத்தில் உள்ளதே பிண்டம் என்பதற்கிணங்க இங்கு வாழும் உயிர்களும் வெப்பம் அடைகின்றன. அதனால் கைப்பு, துவர்ப்பு, கார்ப்பு முறையே பின்பனி, இளவேனில், முதுவேனில் காலங்களில் வன்மை அடைகின்றன. இது வெப்பக் குணத்தையும் பலக்குறைவையும் உண்டாக்கும். இதனை ஆகாத காலம்-வன்மை இழக்கும் காலம் என்பர்.

சூரியனானது தென் துருவத்தை நோக்கி ஆறு மாதம் செல்லும். இதனை தட்சிணாயணம் (ஆடி முதல் மார்கழி வரை) என்பர். நமது நிலப்பரப்பு சூரிய வழிக்கு விலகி இருப்பதால் குளிர்ச்சியை அடைகிறது. இக் காலம் உயிர்களின் உடல் வன்மையைப் பெருக்கிக் காக்கும் காலம். ஆதலால் இதனை விசர்க்க காலம் என்பர்.

வாதம் தன்னிலை சிறப்புறும் மாதங்கள்: ஆடி, ஆவணி, புரட்டாசி, ஐப்பசி.

பித்தம் தன்னிலை சிறப்புறும் மாதங்கள் : பங்குனி, சித்திரை, வைகாசி ஆனி.

ஐயம் தன்னிலை சிறப்புறும் மாதங்கள் : கார்த்திகை, மார்கழி, தை, மாசி.

அண்டத்தில் உள்ளதே பிண்டத்திலும் என்பதற்கிணங்க நம் உடல் தட்ப, வெப்பத்திற்கு ஈடாக மாறுதலை அடையும். கோடைக் காலத்தில் (சித்திரை, வைகாசி, ஆனி) சூரியன் கொடுமையால் நம் உடல் வெப்பமானது அழல் குற்றத்தை மிகுதிப்படுத்தும். அவ்வமயம் பொழியும் மழையின் அளவால் எழும் ஐயக் குற்றத்துடன் சேர்ந்து, அழலையக் குற்றமாக அம்மை நோய் வரும்.

பிரபஞ்சத்தின் சிறு அங்கமே இப்பூவுலகம். பிரபஞ்சத்தில் இயங்கி வரும் பல்வேறு கோள்கள், சூரியனை மையமாகக் கொண்டு சுற்றுகின்றன. இயற்கையால் அமைந்த சூரியனின் காந்த சக்தியால் பூமி கவரப்படடுச் சுழன்று வருவதால் பகல், இரவு, மாதம், ஆண்டு ஆகிய அனைத்தும் பூமியின் சுழற்சியைக் கொண்டு கணிக்கப்படுகின்றன.

சந்திரன் பூமிக்குக் குளிர்ச்சியைத் தருகிறது. சந்திரனுக்கும் நீருக்கும் நெருங்கிய உறவு உண்டு. அதனால்தான் சந்திரனின் சக்தியால் அலைகள் எழுந்து வீழ்கின்றன.

ஐம்பூதங்களும் ஆறாதாரங்களும்

1. மூலாதாரம்: கால் எலும்பும் இரண்டு கதிர் எலும்பும் கூடிய இடம் குய்யம்.

குய்யத்திற்கும் குதத்திற்கும் நடுவே குண்டலி வட்டமாய் இருக்கும். மாணிக்க நிறத்தில் ஓங்காரம் இருக்கும். இதில் குண்டலி சக்தி உறைந்துள்ளது.

ஆண்களின் விதைகள், பெண்களின் சினைப்பைகள் ஆகியவற்றின் இன உற்பத்தி சுரப்பிகள் உள்ளன.

மூலாதாரத்திலிருந்து இடைகலை, பிங்கலை, சுழுமுனை நாடிகளுக்குப் பிராண சக்தி செல்கிறது.

2. சுவாதிட்டானம் (கொப்பூழ்): இது மண்ணின் கூறு.

பொன் நிறமுடையது. மூலாதாரத்துக்கு இரண்டு விரற்கடைக்கு மேல் இருப்பது. இது நாற்சதுரமும் அதன் நடுவே ஆறு இதழ்களும் உடைய மலர் வட்டம். அதன் எழுத்து 'ந'கரம், பிரம்மா, சரஸ்வதி வீற்றிருப்பர். சிறுநீரகம், சிறுநீர்த்தாரை தொடர்பானது.

3. மணிபூரகம் (மேல் வயிறு): நீரின் கூறு. பச்சை நிறம். அதன் இடம் உந்திக்கமலம்.

சுவாதிட்டானத்திற்கு மேல் எட்டு விரல் பிரமாணத்தில் இருப்பது. இதில் 1008 நரம்பு, நாடிகள் சூழ 10 இதழ் உடைய மலர் வட்டமும் 'ம'கர எழுத்தில்

மகாலட்சுமியும் மகாவிஷ்ணுவும் வீற்றிருப்பர். கணையம், இரைப்பை, ஈரல் ஆகியன இதன் ஆட்சிக்கு உட்பட்டவை.

4. அனாகதம் (இருதய கமலம்): தீயின் கூறு. அக்கினி நிறம். மணிபூரகத்திற்கு 10 விரற்கடைக்கு மேல் இருப்பது. முக்கோணம். இதன் நடுவில் 12 இதழ் மலர் வட்டம். அதன் நடுவில் 'சி'கர எழுத்து. அதில் உருத்திரன், பார்வதி உள்ளார்கள். இதயம் நுரையீரல்களைக் கட்டுப்படுத்துகிறது.

5. விசுத்தி (மிடறு): வளியின் கூறு. கருநிறம். அனாகதத்திற்கு 10 விரற்கடைக்கு மேல் இருப்பது. இது கண்டதானத்தில் உள்ளது. அறுகோணம்.16 இதழ் உடைய மலர் வட்டம். அதில் 'வ'கார எழுத்து. மகேஷ்வரியும் மஷேவரனும் இருப்பர்.

6. ஆக்கினை (புருவ நடு): விண்ணின் கூறு. படிக நிறம். லலாடத்தானம். விசுத்திக்கு 12 விரற்கடைக்கு மேல் இருப்பது. நெற்றிப் புருவத்தின் வழியாக ஆகாயத்தில் 3 இதழ் உடைய மலர் வட்டம். அதில், 'ய'கரத்தோடு இணைந்து நிற்கும். சதாசிவம், மனோன்மணியும் இருப்பர்.

எனவே வாசிப் பயிற்சி செய்து மூலாதாரத்தில் ஒடுங்கி இருக்கும் மூலக்கனலை எழுப்பி, ஆறு ஆதாரம் வழியே மேல் எழும்பப் பழகி வந்தால் நோயின்றி வாழலாம்.

ஒளிதரும் இந்த சிவநீர் பருகில்
ஒளிதரு மோராண்டில் ஊனமொன் றில்லை
வலியுறும் எட்டின் மனமும் ஒடுங்கும்
களிதருங் காயங் கனக மதாமே

- திருமந்திரம்

என்று திருமூலர் கூறியவாறு இச்சுரப்பிகளின் வேலையைக் குன்றாமல், சந்ததமும் இளமையோடிருக்கச் செய்வோமானால் சாவு ஏற்படுவதில்லை. எனவே இந்த உள்ளிடைச் சுரப்பிகள் உடலுக்கும் உயிருக்கும் முக்கிய ஆதாரங்களாகும்.

மூலநாடி தன்னிலே முளைத்தெழுந்த சோதியை
நாலுநாழி உம்முள்ளே நாடியே யிருந்தபின்
பாலனாகி வாழலாம் பரப்பிரம்மம் ஆகலாம்
ஆலமுண்ட கண்டராணை அன்னையாணை உண்மையே

என்று சிவவாக்கியர் இறைவன் மீதே ஆணையிட்டு ஆணித்தரமாகக் கூறுவதன் மூலம் இதன் உண்மை நிலையை உணர்ந்துகொள்ளலாம்.

பஞ்சபூதச் சேர்க்கையால் உயிர் உண்டாயிற்று. இப்பஞ்சபூதச் சேர்க்கையால் 'அமிலம்' என்ற நீர்மையும், நிகழ்மையும், சலனமும் கொண்டதொரு உயிர்ப் பொருள் தோன்றுகின்றது என்பது நவீன அறிவியலறிஞர்கள் கருத்து.

பரிணாம வளர்ச்சி

உயிர் தோன்றக்கூடிய சூழ்நிலை 50 கோடி ஆண்டுகளுக்கு முன் என்பது அறிவியலறிஞர்கள் கருத்து. உயிர் முதன் மதலில் கடலில் தான் தோன்றியது என்பது ஆராய்ச்சியாளர்கள் கண்ட உண்மை. இதனை நம் புராணங்களும் எடுத்தியம்பி உள்ளன.

1. மச்சாவதாரம் - மீன் - நீரில் மட்டும் வாழ்வது
2. கூர்மாவதாரம் - ஆமை - நிலம் + நீரில் வாழ்வது
3. வராகவதாரம் - பன்றி - நிலத்தில் வாழ்வது
4. நரசிம்மவதாரம் - மனிதன் உடம்பு + சிங்க முகம்
5. வாமனவதாரம் - குள்ள மனிதன் - இலெமூரியா என்ற தேவாங்கு
6. பரசுராமாவதாரம் - உடல் வலிமை பெற்ற மனிதன்
7. இராமாவதாரம் - எல்லா நற்குணங்களையும் பெற்ற ஆற்றலுடைய மனிதன்
8. பலராமனவதாரம் - கலப்பையைப் பிடித்து நிலத்தைப் பயன்படுத்தி உழவுத் தொழில் செய்யும் மனிதன்
9. கிருஷ்ணாவதாரம் - உடல், உள்ளம், அறிவு மூன்றும் பக்குவமடைந்த மனிதன்
10. கல்கி அவதாரம்

ஆகிய இப் பத்து அவதாரங்களும் மண்ணில் உயிரினங்கள் தோன்றிப் படிப்படியாக பரிணாம வளர்ச்சியுற்ற நிலையினை விளக்குவன போன்று அமைந்திருக்கக் காணலாம்.

இராசியும் உடலும்

விண்மீன், கோள்களைப் போலவே இராசிகளும் உடலில் தங்கள் இயக்கத்தைச் செலுத்துகின்றன. அதன் விபரம் வருமாறு:

மேசம்	– தலை, மூளை, முகம் (மூக்கு நீங்கலாக)
ரிசபம்	– கழுத்து, தொண்டை, உள்நாக்கு
மிதுனம்	– தோள், கை, விரல், மூக்கு, நுரையீரல், நெஞ்சுக்கூடு
கடகம்	– வயிறு, மார்பு
சிம்மம்	– இதயம், முதுகுத் தண்டு
கன்னி	– சிறுகுடல், பெருங்குடல்
துலாம்	– மூத்திரக்காய், தோல்
விருச்சிகம்	– ஆண், பெண் குறி, இரத்தம், காது
தனுசு	– இடுப்பு
மகரம்	– பல், எலும்பு, முட்டி, தோல்
கும்பம்	– கணுக்கால், கீழ்க்கால், இரத்த ஓட்டம்
மீனம்	– பாதம், பாதவிரல், நுரையீரல், குரல், மூத்திரம் முதலிய கழிவுகள்

ஆகப் பன்னிரண்டு இராசிகளும் உடலின் உறுப்புகளில் தங்களது ஆதிக்கத்தைச் செலுத்துகின்றன என்பது தெரிய வருகிறது.

முக்குற்றமும் கோள்களும்

கோள்கள், மனித உடலில் இயங்குகின்ற முத்தாதுக்களின் தன்மைக்கேற்ப ஏற்படுகின்ற நோய்களை அறியச் செய்கின்றன. அவை வருமாறு:

- ❖ புதன், குரு, சனி ஆகியவை வாத நோயின் தன்மையைக் காட்டும் கோள்களாகும்.
- ❖ சூரியன், செவ்வாய், இராகு, கேது ஆகியவை பித்த நோயின் தன்மையைக் காட்டும் கோள்களாகும்
- ❖ சந்திரன், சுக்கிரன் ஆகியன ஐய நோயின் தன்மையைக் காட்டும் கோள்களாகும்.

சூரியன்	– தலை, கண், நெற்றி, மார்பில் பித்த நோய்கள்
சந்திரன்	– மூக்கு, தோள், இதயத்தில் ஐய நோய்கள்
செவ்வாய்	– கை, தொடை, எலும்பு, இரத்தத்தில் பித்த நோய்கள்
புதன்	– கழுத்து, உச்சி, உதட்டில் வாத நோய்கள்

வியாழன்	–	மூளை, பல், வயிற்றில் வாத நோய்கள்
சுக்கிரன்	–	முகம், கண், உயிரணு, தொண்டையில் ஐய நோய்கள்
சனி	–	கழுத்து, தொடை நரம்புகளில் வாத நோய்கள்
இராகு	–	முழங்கால், யோனி, உணவுக் குழலில் பித்த நோய்கள்
கேது	–	உள்ளங்கால், தோல், பிடரியில் பித்த நோய்கள்

என்று விளக்கப்பட்டுள்ளன.

அண்டமாகிய புவனத்தின் கூறுகள் அனைத்தும் பிண்டமாகிய உடலிலும் அமைந்திருக்கின்றன. ஆகவே அண்டத்தில் அமைந்திருக்கின்ற கோள்களும் விண்மீன்களும் மனித உடலில், உடல் இயங்கியலில், நோயியலில் எத்தகைய தாக்கத்தை விளைவிக்கின்றன என்பதை நம் முன்னோர்கள் வழிநின்று உணர்ந்து கொண்டால், இன்னும் சிறப்பாக நோய்களைக் குணப்படுத்தி, மனித சமுதாயத்திற்குத் தொண்டாற்றிட இயலும்.

2

ஐம்பூதக் கோட்பாடு

மரு. கு. கணபதி

முன்னுரை

பிரபஞ்சம் ஐம்பூதமயமானது. தோன்றி, நிலைத்து, அழிந்து, அப்பால் மறுபடியும் தோன்றி, நிலைத்து, அழிந்துபோகும் பொருட்கள் யாவும் ஓரிடத்தில் ஒடுங்கும். தோன்றும் போதே படைத்தல், காத்தல், அழித்தல் என்னும் சக்திகளுக்கிணங்க நிகழும் இவ்வுலகம் ஐம்பூதமயமானது. அவ்வாறே கருவிலிருந்து உருவாகும் தேகமும் ஐம்பூதக் கொள்கைக்கு விதிவிலக்கல்ல. தேகத்தில் அமைந்த தத்துவங்களும் ஐம்பூதங்களை அடிப்படையாகக் கொண்டவையே.

இப்பேரண்டமாகிய பிரபஞ்சத்திற்கும், ஆன்மாவாகிய சிற்றண்டத்திற்கும், மனித குணத்திற்கும், தேக அமைப்பிற்கும், சுவைக்கும், நோய்க்கும், இறுதியாக மருத்துவத்திற்கும் ஆதாரம் எதுவெனில் பஞ்சபூதங்களே. அவற்றைச் சற்று விரிவாகக் காண்போம்.

பஞ்ச பூதங்களின் குணமும் தொழிலும்

மண் பூதம்

குணம்: பருமை, நிலைத்தல், திண்மை, நாற்றம்.

தொழில் : பெரும் பாரமாக்கல், நிலைத்து நிற்றல், வளர்ச்சி, திரட்சி.

புனல்

குணம்: திண்மை, நெகிழ்ச்சி, தண்மை, நெய்ப்பு, மந்தம், இறுகல், சுவை.

தொழில்: நெய்ப்பு, நீர்கொண்டு தழைத்தல், நிணச் சாறாக்கல், கட்டுப்படுத்தல், மனக்களிப்பை உண்டாக்கல்.

அனல்

குணம் : வறட்சி, கூர்மை, வெம்மை, தூய்மை, நுண்மை, ஒளி.

தொழில் : எரித்தல், ஒளிவீசல், ஒளிப்பித்தல், நிறமுண்டாக்கல், செரிப்பித்தல்.

காற்று

குணம்: நொய்மை, இலேசத்துவம், தூய்மை, வறட்சி, ஊறு.

தொழில்: இலேசாக்குதல், உடலை வாட்டல், இளைக்கச் செய்தல், மனக்கவலை உண்டுபண்ணல். வறட்டல்.

விண்

குணம்: நுண்மை, தூய்மை, நொய்மை, ஓசை.

தொழில்: நுண்ணிய இடைவெளிகளை அமைத்தல், நொய்மையை உண்டாக்கல்.

பிரபஞ்சத் தோற்றம்

ஆக்கல், அளித்தல், அழித்தல், மறைத்தல், அருளல் என்ற ஐந்தொழில்களால்

முதன் முதலாக விண் தோன்றியது
அதிலிருந்து வளி தோன்றிற்று
காற்றிலிருந்து தீயும்
தீயிலிருந்து நீரும்
நீரிலிருந்து மண்ணும் முறையே தோன்றின.

புஞ்சபூத பஞ்சீகரணம்

பஞ்சபூதங்கள் அருவத்திலிருந்து உருவப் பொருளாக மாறும் காரியத்தைத்தான் பஞ்சபூத பஞ்சீகரணம் என்று சித்தர்கள் கூறியுள்ளனர்.

மண்டிணிந்த நிலனும்
நிலமேந்திய விசும்பும்
விசும்புதைவரு வளியும்

வளித்தலைஇய தீயும்
தீமுரணிய நீரு மென்றாங்கு
ஐம்பெரும் பூதத் தியற்கைபோல

என்று புறநானூறு மிக அழகாகக் குறிப்பிட்டுள்ளது.

விண்

இருநூறு கோடி ஆண்டுக்கு முன் எங்கும் பரந்து இருள் மயமான வெட்ட வெளி ஏற்பட்டு, அதில் கோள்கள், நட்சத்திரங்கள் ஆகிய அனைத்தும் கணநேரம் கூட நிற்காமல் சுழல்வதன் காரணமாக ஆகாயம், விண், வான் வெளி என்ற பிரபஞ்சம் (Universe) தோன்றிற்று.

வளி

விண் அணுக்களின் மாயா காரியத்தால் வளி அணுத்திரலைகள் தோன்றின. வாயு அணுக்கள் ஒன்றோடொன்று மோதல், இணைதல், பிணங்குதல், பிரிதல் என்ற காரியங்களாலும் ஒளி பிறக்கின்றது.

தீ

வாயுக்கோளத்தின் மத்தியில் அடர்த்தி அதிகம். அவற்றைச் சுற்றி அடர்த்தி குறைவு. வாயுக் கோளங்கள் திரண்டு எழுகையில் மத்தியில் ஓர்வித ஈர்ப்புசக்தி ஏற்பட்டு, மேற்புறமுள்ள வாயு உள்ளிழுக்கப்பட்டுக் கோளமானது சுருங்குவதால் சூடும், ஒளியும் ஏற்படும். இது எல்லா வாயுக் கோளங்களிலும் ஏற்பட்டு, அக்கோளங்கள் நன்கு இறுகாதபடி சிதறிவிடுகின்றன. அப்போது அக்கோளங்களிலிருந்து சூடும் சக்தியும் ஒளிச்சக்தியாகவும் ஆகாச வெளியில் வீசப்பட்டு ஏற்பட்டதுதான் சூரியன்.

நீர்

பூமியை வியாபித்த வாயுக்கள் சூரிய வெப்பத்தால் இலேசாகி மேலே சென்றன. பின் நீராவி குளிர்ந்ததால் நீராக மாறிற்று. அது புவிஈர்ப்பு சக்தியால் கீழே இழுக்கப்பட்டு, மழையாகப் பொழிந்து நதிகளாகவும் கடல்களாகவும் விளங்கின.

மண்

பூமி எரிப்பிழம்பாய்த் தெரித்து விழுந்தது, பின் விண் வெளியில் ஏற்பட்ட வாயு மண்டலம், நானாவித உலோகங்கள், காரசாரங்கள், உப்புகள் சேர்ந்ததொரு உருண்டைப் பகுதியாகி, தற்போது நாம் வாழும் மண்பூதமாக விளங்குகிறது.

எனவே இவ்வுடம்பாகிய யாக்கைக்கும் உயிருக்கும் கூட பஞ்சபூதங்களே ஆதாரமானவை என்பதை அறியலாம். இதனை,

நீரின்று அமையா யாக்கைக்கு எல்லாம்
உண்டி கொடுத்தார் உயிர் கொடுத்தாரே
உண்டி முதற்றே உணவின் பிண்டம்
உணவெனப்படுவது நிலத்தொடு நீரே
நீரும் நிலனும் புணரியோர் ஈண்டு
உடம்பும் உயிரும் படைத்திசி னோரே

(புறம் 18)

என்பதன் மூலம் அறியலாம்.

உயிர்களின் தோற்றம்

ஆகாய வெளியில் கிடக்கும் ஐம்பெரும் பூதங்கள் உற்றும், கண்டும் உணர்த்திடப் பெய்வகை கூட்டுறவால் திரண்டு இந்திரியப் பொருள்களும் அநீந்திரியப் பொருள்களும் தோன்றுகின்றன. இந்திரியப் பொருட்களில் பிராணிகளும், தாவரங்களும் அடங்கும். அநீந்திரியப் பொருட்களில் ஆகாயம், வளி, தீ, நீர், மண் ஆகிய உருவ பூதங்கள் அடங்கும்.

ஐம்பூதக் கூட்டுறவால் அருவமான உயிர், சடப் பொருளினூடே அகத்தே அமைந்து சலனமுறுகிறது.

பிண்டோற்பத்தியில் ஐம்பூதங்களின் சேர்க்கை

கருத்தரித்த நாள் தொடங்கி வாயுவானது உருவற்ற கருவைத் தாது வேறு, தோடம் வேறாகப் பிரிக்கும். தேயுவானது வாயுவால் வேறு பிரிக்கப்பட்ட தாது, தோடங்களை உருவாக்கும். அப்பு பூதமானது வாயுவால், தேயுவால் உருவாக்கப்பட்ட தாது, தோடங்களுக்கு உண்டான சுவாலையைத் தணிக்கும் பொருட்டு ஈரத்தால் காக்கும். பிருதிவி பூதமானது, அப்பு பூதத்தால் காக்கப்பட்ட தாது, தோடங்களுக்கு ஈரத்தால் கெடுதி வராதவண்ணம் காக்கும். ஆகாயமானது சிருஷ்டிக்கப்பட்டும், வளர்க்கப்பட்டும் வரும் உருவங்களை நாளாவட்டத்தில் கருப்பையில் விருத்தியடைய இடங் கொடுக்கும். இதனையே,

உன்னிய கர்ப்பக் குழியாம் வெளியிலே
பன்னிய நாதம் பகர்ந்து பிருதிவி
வன்னியும் வாயுவும் மாயுறுஞ் சுக்கிலம்
மன்னிய சமனாய் வளர்க்குமுதகமே

என்றும்

உதக முதிர முறுங்கனல் வாயுவால்
சிதகுறு மங்கங்கள் செய்து முடித்திடும்

என்றும் திருமூலர் குறிப்பிடுகின்றார். திருமூலர் கருத்துப்படி,

- கருக்குழி - ஆகாயமாக - இடமளிப்பது
- நாதம் - பிருதிவியாக - உணவளிப்பது
- சுக்கிலம் - வன்னி வாயுவாகும்
- உதகநீர் - தன் தீயின் தன்மையாலும், வாயுவின் தன்மையாலும் செந்நீராக மாறி அங்கங்களை உண்டாக்குகிறது.
- இதனால் நீர் போன்ற இரசத் தாதுவிலிருந்து இரத்தத் தாது முதலில் உண்டாகி, அப்பால் மற்ற உடற் தாதுக்கள் உண்டாகின்றன.

96 தத்துவங்களின் படி

ஐம்பொறி, புலன்கள், பூதம் ஆகியவற்றின் இயற்கைத் தன்மை வருமாறு:

பொறி	பூதம்	புலன்
கண்	தேயு	பார்த்தல்
காது	வெளி	கேட்டல்
வாய்	நீர்	சுவைத்தல்
மூக்கு	மண்	முகர்தல்
மெய்	வளி	உணர்தல்

பருநிலை, நுண்நிலை

மேற்கூறிய ஐம்பூதமயமான பொறி, புலன்கள் ஒன்றுபட்டு ஒரு நிலையில் கூடி நிற்கையில் நமக்குக் கட்புலனாவது பருநிலை என்றும், ஒன்றுபடாது குழம்பி நிற்கும் காலத்தில் நமக்குக் கட்புலனாகா நிலையை நுண்நிலை என்றும் அழைக்கின்றோம்.

நுண்ணிலை பூதங்கள் பஞ்சீகரிக்கும் விதம்

ஆகாயாதி பஞ்சபூதங்களின் சத்துவாம்சத்தை 4 பங்காக்கி, 3 பங்கைக் கொண்டு அந்தக்கரணாதிகளும் 1 பங்கைக் கொண்டு ஞானேந்திரியங்களும் அதன் விடயங்களும் படைக்கப்பட்டன.

அந்தக்கரணம்: ஆகாயத்தின் அர்த்தாம்சத்தில் மற்ற பூதங்கள் கூடி:

- ❖ மனது - கண்டம்
- ❖ புத்தி - நேத்திரம்
- ❖ சித்தம் - நாபி
- ❖ அகங்காரம் - இருதயம் எனச் சிருட்டிக்கப்பட்டன.

ஞானேந்திரியம்: ஆகாயாதி பஞ்ச பூதங்களின் இரசோவாம்சத்தை 4 பங்காக்கி, 3 பங்கைக் கொண்டு பஞ்ச பிராணாதி வாயுக்களும், அவற்றின் உபபிராணன்களும், 1 பங்கைக் கொண்டு கருமேந்திரியங்களும், அதன் விடயங்களும் படைக்கப்பட்டன.

பிராணாதி வாயுக்கள் 5

வாயுவின் அர்த்தாம்சத்துடன் மற்றவை கூடி:

- ❖ பிரணன் - இருதயத்திலும்
- ❖ அபானன் - குதாலயத்திலும்
- ❖ வியானன் - சர்வாங்கத்திலும்
- ❖ சமானன் - நாபியிலும்
- ❖ உதானன் - கண்டத்திலும் படைக்கப்பட்டன.

அக்கினியின் அர்த்தாம்சத்துடன் மற்ற பூதங்கள் கூடி:

- ❖ கேட்டல் - காதிலும்
- ❖ உணர்த்தல் - சருமத்திலும்
- ❖ சுவைத்தல் - நாவிலும்
- ❖ முகர்தல் - மூக்கிலும்
- ❖ பார்த்தல் - கண்ணிலும் படைக்கப்பட்டன.

புலன்கள் அல்லது விடயங்கள் 5

அப்புவின் அர்த்தாம்சத்தோடு மற்ற பூதங்கள் கூடி:

- ❖ சப்தம் - காதிலும்
- ❖ பரிசம் - தோலிலும்

- ரூபம் - கண்ணிலும்
- கந்தம் - மூக்கிலும்
- இரசம் - நாவிலும் படைக்கப்பட்டன.

கருமேந்திரியங்கள் 5, அதன் விடயங்கள் 5

பிருதிவியின் அர்த்தாம்சத்தோடு மற்ற பூதங்கள் கூடி:

- வசனம் - வாக்கு
- தானம் - பாணி
- கமனம் - பாதம்
- விசர்க்கம் - பாயுறு
- ஆனந்தம் - உபஸ்தம் படைக்கப்பட்டன.

ஆகாயாதி பஞ்ச பூதங்களின் தமோகுணம் ஒவ்வொன்றையும் 2 பங்காக்கி, 1 பங்கை அவ்விடத்தில் தானே நிறுத்தி, மறுபாதியை 4 பங்காக்கி, ஒவ்வொரு பங்கு வீதம் எதிர் பூதங்களுக்குக் கொடுக்கப்பட்டன. இவ்வாறு நுண் நிலை பூதங்கள் பஞ்சீகரிக்கப்பட்டன.

நாடிகள்

நாடிகள் 10. இவற்றில் முக்கியமானது முதல் மூன்று நாடிகளே. அவை:

இடைகலை

பிங்கலை

சுழுமுனை

வாத,பித்த, கப சக்திகள் தோன்றும் விதம்

- இடைகலை + அபானன் - வாதம்
- பிங்கலை + பிராணன் - பித்தம்
- சுழுமுனை + சமானன் - கபம்

ஆதாரம் 6

- மூலாதாரம் - மாணிக்க நிறம்

- ❖ சுவாதிட்டானம் - பொன்னிறம் - பிருதிவி
- ❖ மணிபூரகம் - பச்சை - அப்பு
- ❖ அனாகதம் - அக்னி - தேயு
- ❖ விசுத்தி -கருமை - வாயு
- ❖ ஆக்ஞை - படிகநிறம் - ஆகாயம்

தோடம் 3

- ❖ வாதம் -வாயுவின் கோபம் (வளி + ஆகாயம்)
- ❖ பித்தம் - தேயுவின் கோபம்
- ❖ கபம் - அப்புவின் கோபம் (அப்பு + பிருதிவி)

இம்மூன்று கோபத்தாலே மனிதர் பிணியால் பிடிக்கப்படுவர். இவ்வாறு 96 தத்துவங்களையும், அதில் வசிக்கும் ஆன்மாவைப் பற்றியும் ஆராயப்புகின், சரீரத்திற்கு அடிப்படையான பொருத்தங்கள் ஐம்பூதவம்சக் கூட்டங்கள் பஞ்சீகரணப்படுத்தும் பான்மையே என்பது புலப்படும்.

மேலும்

- ❖ விண் கூறானது உள்ளம்
- ❖ வளிக்கூறானது மூச்சும், உடற்காற்றும்
- ❖ தீக்கூறானது உடலிலுள்ள தீ
- ❖ நீர்க்கூறானது உடம்பிலுள்ள நீர்
- ❖ மண் கூறானது எலும்பும், தசையும், நரம்பும் ஆக உள்ளன.

திருமந்திரம் ஏழாம் தந்திரத்தில்,

- ❖ பாதம் - மண்
- ❖ பாதம் முதல் கொபூழ் வரை - நீர்
- ❖ கொப்பூழ் முதல் மார்பு வரை - அனல்
- ❖ மார்பு முதல் தோள் வரை - காற்று
- ❖ கழுத்துக்கு மேல் - ஆகாயம்

என்று கூறப்பட்டுள்ளது.

ஆயுளில் பூதங்கள் சேரும் விதம்

முதல் 20 பிராயமளவும் பிருதிவியும், 40 ஆண்டுவரை அப்புவும், 60 வயது மட்டும் தேயுவும், 80 பிராயம் மட்டும் வாயுவும், 100 ஆண்டு வரை ஆகாசமும் இவ்வுடலை ஆளும்.

சரம் ஐம்பூதங்களிலும் பகிர்ந்து நடக்கும் அளவு

சரம் என்பது உயிர்க்காலின் இயக்கம். அது மூக்கின் இரு துளைகளின் வழியே உள் நுழைதலும், வெளிச்செல்லலுமாயிருக்கும். இம் மூக்குத் துளையில் இடப்பக்கத் துளை இடகலை, வலப்பக்கத் துளை வடகலை (பிங்கலை). இவ்விரண்டிலும் சரமானது மாறி மாறி நடக்கும். இவ்வாறு வாயு நடந்தாலும் பிருதிவி முதலியவற்றில் நடப்பதன் குறியை நன்கு தெரிந்து கொள்ள வேண்டியிருக்கிறது.

பிருதிவியில் 1 1/2 நாழிகை மூக்குத் துளையில் வாழும் வாயு மூக்குத் தண்டில் தாக்கிக் கொண்டும், அப்புவில் 1 1/4 நாழிகை. கீழ்ப்பக்கமாய் இறங்கியும், தேயுவில் 1 நாழிகை மேற்பக்கமாய் ஏறியும், வாயுவில் 3/4 நாழிகை மூக்குத் தண்டுக்கு அருகாயும், ஆகாயத்தில் 1/2 நாழிகை எதிலும் படாமல் நேராகவும் ஓடும் என்பதை உணர வேண்டும்.

எனவே பிரபஞ்சம் பஞ்சபூதமயம் என்பது போலத் தேகமும் பஞ்சபூதமயம் என்பதை அறியலாம்.

மேற்கூறிய ஐம்பூதக் கூறுபாடுகள் யாவும் தேகத்தின் புறக்கருவிகள் ஆகும். இவ்வாறு அமைந்த தேகத்தில் முக்கியமாகத் தொழில் புரிபவை மூன்று பூதங்களாலான முத்தாதுக்களேயாகும்.

அவை:

வாயுவின் கூறு வாதம்

தேயுவின் கூறு பித்தம்

அப்புவின் கூறு கபம்

என்பனவாம்.

வளியின் (வாதம்) பிரிவுகள்

1. பிராணன் (உயிர்க்கால்)
2. அபானன் (கீழ் நோக்குங்கால்)

3. வியானன் (பரவுகால்)

4. உதானன் (மேல் நோக்குங்கால்)

5. சமானன் (நடுக்கால்)

6. நாகன்

7. கூர்மன்

8. கிருகரன்

9. தேவதத்தன்

10. தனஞ்சயன்

(6–10: உப பிராணாதி வாயுக்கள்)

அழலின் (பித்தம்) பிரிவுகள்

1. பாசகம் (அனற் பித்தம்)

2. இரஞ்சகம்

3. சாதகம்

4. ஆலோசகம்

5. பிராசகம் என்பவையாகும்.

ஐயத்தின் (கபம்) பிரிவுகள்

1. அவலம்பகம்

2. கிலேதம்

3. போதகம்

4. தற்பகம்

5. சந்திகம்.

இம்முக்குற்றங்களும் முதன்மைக் காரணமாக அமைந்து யாக்கையை அமைக்கும். வளி மிகுதியாலுண்டான உடலை வளி உடல் எனவும், அழல் மிகுதியாலுண்டான உடலை அழல் உடல் எனவும், ஐய மிகுதியாலுண்டான உடலை ஐய உடல் எனவும் வழங்கப்படுகிறது. இம் மூன்றினது கலப்பிணையுடைய தேகிக்குக் கலப்பு உடலினர் என்றும் பெயராகும்.

ஐம்பூதப் பரிணாமம்

உலகிலுள்ள பொருட்கள் யாவும் ஐம்பூதமயமானவை என்பதை அறிவோம். அவற்றை இயங்கும், இயங்காப் பொருட்கள் என இரு வகையில் அடக்கினோம்.

இயங்கும் பொருட்களை உயர்திணை, அ·்றிணை எனப் பிரித்தோம். இயங்காப் பொருட்களைப் புல், பூண்டு, செடி, கொடி, மரம், உலோகம் எனப் பிரித்தோம். இத் தாது, தாவர, சங்கமப் பொருட்கள் மருந்து வர்க்கத்திலும், பத்திய வர்க்கத்திலும் சேர்கின்றன. சரி அவற்றை நுட்பமாக அறிய வேண்டுமெனில் அதற்கான கருவிகள் யாவை? அவை ஐம்பொறிகளே! எனவே மேற்கூறிய தாது, தாவர, சங்கமப் பொருட்களை ஐம்பூதச் சேர்க்கையால் ஆன ஐம்பொறிகளைக் கொண்டே அறிய வேண்டும். அதிலும் சிறப்பாய்ச் சுவை அறிவைக் கொண்டே இவற்றைப் பெரிதும் கூறியிருக்கின்றனர் முன்னோர்கள். ஆகவே சுவையைப் பற்றி அறிவோம்.

ஒவ்வொரு சுவையும் இரண்டிரண்டு பூதச் சேர்க்கையால் உருவானது. பொருளின் ஐம்பூத அமைப்பை அறிவிப்பது சுவையே.

1. இனிப்பு - மண் +நீர்
2 புளிப்பு - மண் +தீ
3. உப்பு - நீர் + தீ
4. கைப்பு - வாயு +ஆகாயம்
5. கார்ப்பு - தீ + வாயு
6. துவர்ப்பு - மண் + வாயு

வீரியம்

ஐம்பூதப் பொருட்கள் யாவும் குளிர்ச்சி அல்லது வெப்பத்தைப் பெற்றிருக்கும். ஆதலால் பொருட்களின் வீரியமானது சீதவீரியம், உஷ்ண வீரியம் என இருபிரிவுகளுள் அடங்கும். தேயு (தீ) பூதம் அதிகமுள்ள பொருட்கள் உஷ்ண வீரியமும், தேயு பூதம் சேராத பொருட்கள் சீதவீரியம் எனவும் கொள்ளலாம்.

நோய்க்கும் பஞ்ச பூதத்திற்குமான தொடர்பு

பஞ்ச பூதமயமான தேகத்தில் வாதம் வாயுவின் தன்மையையும், பித்தம் தேயுவின் தன்மையையும், கபம் அப்புவின் (நீர்)தன்மையையும் ஒத்திருக்கும் என்பது நமக்குத் தெரியும். அதாவது பஞ்சபூதங்கள் சரீரத்திற்கு ஆதரவாயிருக்கின்றன என்பது இதன் கருத்தாகும்.

உடற்கட்டு பெரும்பான்மையும் பிருதிவி (மண்) என்னும் பூதத்தாலானது. பிருதிவி மந்த குணமுடையதாதலால் இதனை இயக்குவதற்கு வேறு மூன்று

பூதங்கள் உபயோகிக்கப்படுவனவாம். அப்பு என்னும் பூதமானது ஆகாரத்தின் சத்திலுள்ள கபத்தை இரையாகக் கொண்டும், தேயு என்னும் பூதமானது ஆகாரத்தின் சத்திலுள்ள பித்தத்தை இரையாகக் கொண்டும், வாயு என்னும் பூதமானது ஆகாரத்தின் சத்திலுள்ள வாதத்தை இரையாகக் கொண்டும் சப்த தாதுக்களையும் பலப்படுத்தி வருகின்றன. இப்பூதங்களின் குணங்கள் யாவும் கப,பித்த, வாதத்திற்கு முறை பொருந்துமாதலால் இவைகளைத் தேகத்தினிடமாகத் திகழும் 3 வித சக்திகளாகக் கொள்ளல் வேண்டும். முன்பே கூறியபடி, மூலாதார நாடிகள், இடகலை, பிங்கலை, சுழுமுனை இவையும் அபானன், பிராணன், சமானன் என்ற மூன்று வாயுக்களும் கூடி வாத, பித்த, கபம் பிறப்பதாகவும் கூறுவர்.

நோய் எனப்படுவது உயிர்த்தாது, உடல்தாது ஆகியவற்றில் உணவாதி செயல்களால் ஏற்படும் மாற்றங்களின் காரணகாரியமே ஆகும்.

மருத்துவம்

எவ்வாறு தேகம் பஞ்சபூதமயமோ அவ்வாறே உடல் தாதுக்களும் உயிர்த்தாதுக்களும் கூட பஞ்சபூத கூட்டத்தால் ஆனதுதான். அவற்றில் ஏற்படும் காரண காரிய தொகுப்பே நோய் என்கிறோம். எனவே அந்நோய் தீர்க்கும் மருந்தும், மருத்துவமும் பஞ்சபூத அடிப்படையையே கொண்டவைதாம்.

எனவேதான்

விரேச்சனத்தால் வாதம் தாழும்
வமனத்தால் பித்தம் தாழும்
கலிக்க நசியத்தால் கபம் தாழும்

என முன்னோர்கள் கூறியுள்ளனர்.

வாதத்தை மிகுதிபடுத்தும் சுவைகள்: கைப்பு, கார்ப்பு, துவர்ப்பு

பித்தத்தை மிகுதிபடுத்தும் சுவைகள்: புளிப்பு, கார்ப்பு, உப்பு

கபத்தை மிகுதிபடுத்தும் சுவைகள்: இனிப்பு, புளிப்பு, உப்பு.

முத்தோட மிகுதியைச் சமன் செய்யும் சுவைகள்

வாதம் -இனிப்பு, புளிப்பு, உப்பு

பித்தம் - இனிப்பு, கைப்பு, துவர்ப்பு

கபம் - கைப்பு, கார்ப்பு, துவர்ப்பு

இதன் மூலம் எத்தோட மிகுதியால் நோய் உருவாகிறதோ அதனைச் சமனப்படுத்தும் சுவையுடைய பொருளினைக் கொண்டு மருத்துவம் செய்யலாம் என்பதை அறியலாம்.

அதன்படி வாதத்தைச் சமன்படுத்தும் சுவையுள்ள பொருளினைக் கொண்டு குன்மத்திற்குக் குணம் காணலாம் அல்லவா? அவ்வாறு பார்த்தால், குன்மக் காலன் என்பது, செம்புவிற்குரிய சுவைகள் கைப்பு, கார்ப்பு. இச்சுவைகள் வாதத்தைச் சமன் செய்யும். எனவே செம்பினால் செய்யப்பட்ட செம்புப் பற்பம் குன்மத்திற்கு நேர் மருந்தன்றோ.

காசம், சுவாசத்திற்குத் தரப்படும் சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி என்பவைக் கார்ப்புச் சுவையுடையவை.

இவற்றின் மூலம் நோய்க்கு மட்டுமின்றி, நோய் தீர்க்கும் பரிகாரமும் ஐம்பூத அடிப்படையே, ஏன் உலகத் தோற்றம், ஒடுக்கம் இவற்றிற்குக் காரணமும் ஐம்பூதங்களே என்பது உறுதியாகிறது. அண்டத்திலுள்ளதே பிண்டம் என்பது போல, பேரண்டப் பிரபஞ்ச வெளியிலும், சிற்றண்ட வெளியிலும் தோன்றி, நிலைத்து, அழியும் அனைத்தும் பஞ்சபூத கூறுபாடுடையவை என்பதை அறியலாம்.

வாதத்தில் வெடியுப்பும் பஞ்சபூதம்
வன்மையாம் சவுக்காரம் பஞ்சபூதம்
சீதற்ற செய்நீரும் பஞ்சபூதம்
செயமான குருவுக்கும் பஞ்சபூதம்
கோதற்ற சடத்துக்கும் பஞ்சபூதம்
குறியாகப் பழுப்பதற்கும் பஞ்சபூதம்
காரியமாம் வாதமெல்லாம் பஞ்சபூதம்

என்னும் போகர்-3000 -த்தின்படி முப்புவில் மூன்று வித பூதத்தின் சேர்க்கை எவ்வாறோ, அவ்வாறே முப்பு மட்டுமின்றி ஏனைய எல்லாவற்றிற்கும் பஞ்சபூதமே ஆதாரம் என்பதை அறியலாம்.

3

தத்துவ ஆராய்ச்சி

மரு. கு. கணபதி

முன்னுரை

தத்துவ ஆராய்ச்சிக்கு முதற்படி பிரபஞ்சத்தின் தோற்றமே ஆகும். தத்துவத்தின் அடிப்படையிலேயே விண், வளி, தீ, நீர், மண் ஆகிய ஐம்பூதங்களும் இணைந்து இந்தப் பிரபஞ்சவெளியில் உருவாகியுள்ளன. இப்பிரபஞ்சத்தில் நடக்கும் ஒவ்வொரு இயக்கத்தின் அடிப்படையிலும் தத்துவமானது இழையோடியிருப்பதைக் காணலாம்.

தத்துவ ஆராய்ச்சியில் பஞ்சபூதங்களைப் பற்றிய அடிப்படை கருத்துகள், பஞ்சீகரணம், தத்துவத்தின் பொருள் விளக்கம், விஞ்ஞானத்திற்கும் மெய்ஞானத்திற்கும் உள்ள வேறுபாடு, 96 தத்துவங்கள் மற்றும் சித்த மருத்துவருக்குத் தேவையான அடிப்படை தத்துவங்கள் ஆகியவை அடங்குகின்றன.

விண்

இருநூறு கோடி வருடங்களுக்கு முன்பு, பூமி சூரியன் போன்ற கிரகங்கள் தோன்றாத காலத்தில் எங்கும் பரந்த இருள்மயமான வெட்டவெளி இருந்தது. அவ்வெட்ட வெளியில்தான் இன்று வானத்தில் காணும் எல்லா கிரகங்களும், நட்சத்திரங்களும் உருண்டை வடிவமாகத் தோன்றின. வானத்தில் எல்லா கிரகங்களும் நட்சத்திரங்களும் உருண்டையாய் இருப்பதைப் பார்த்து நம் அறிஞர்கள் பூமியும் உருண்டை வடிவம் என்று கூறி வந்தனர். அனைத்து கோள்களும், விண்மீன்களும் ஆகாய வெளியில் சுற்றுகின்றன. தங்களைத்

தாங்கள் தட்டாமல் சுற்றுகின்றன. ஒரே இடத்தில் ஒரு கண நேரம் கூட நிற்காமல் சுழன்று கொண்டே வருகின்றன. இவைகளெல்லாம் இவ்வாறு யாத்திரை செய்யும் வெட்டவெளியை ஆகாயம், விண், வான், வெளி என்று கூறுகிறோம். இந்த வெட்டவெளியில் சஞ்சரிக்கும் அனைத்தும் சேர்ந்ததே பிரபஞ்சமாகும். அதைப் பேரண்டம் என்றும் கூறுவர்.

இவ்வாறு கண்ணால் காணமுடியாததாகிய அணுவிலும் வெட்டவெளி இருக்கிறது. பதி, பசுவாகிய மத்திமத்துக்கும் பாசத்திற்கும் இடையே வெட்டவெளி இருக்கிறது. அதாவது இடைவெளி. அந்த வெட்டவெளியில் பாசம் தன் சுபாவ கவர்ச்சித் தன்மையோடு பதி, பசுவைச் சுற்றி வருகிறது. இதனைச் சிற்றண்டம் என்று சொல்வர்.

இப்பிரபஞ்ச வெளியிலும் சரி, சிற்றண்ட வெளியிலும் சரி ஆகாயத்தில் மிதந்துள்ள அணுக்கள் சதா ஒன்றோடொன்று மோதலும், இணைதலும், பிணங்கலும், பிரிதலும் என்ற காரியங்களைப் புரிகின்ற காலத்தில் ஒலி பிறக்கிறது. இவ்வாறே ஒளி, தீ போன்ற சக்திகள் பெருவாரியாகத் தோன்றுகின்றன.

வளி

விண் அணுக்களின் மாயா காரியத்தால் வளி அணுத்திரளைகள் தோன்றின. வளி அணுத்திரளைகள் எப்போதும் நிலையாக இருப்பது இல்லை. சதா சலனமுற்றுக்கொண்டே இருக்கின்றன. இவ்வாயு அணுக்கள் ஒன்றோடொன்று மோதல், இணைதல், பிணங்குதல், பிரிதல் என்ற காரியங்களினாலும் ஒளி பிறக்கின்றது. ஒளியின் தொகுதியே விண்மீன்களாகி, ஆகாய மண்டலத்தில் மிதக்கின்றன. விண்மீன் தொகுதிகளில் நட்சத்திர மண்டலங்கள் ஏற்பட்டன. அவ்வாறாக ஏற்பட்ட நட்சத்திரங்களுள் சூரியனும் ஒன்றே. சூரியனைச் சுற்றி அநேக கிரகங்கள் சுற்றுகின்றன. இம்மாதிரியான சூரியன்களைக் கொண்ட நட்சத்திர மண்டலங்கள் கோடானுகோடி. ஒவ்வொன்றிற்கும் இடைவெளி உள்ளது. இவ்விடைவெளிக்குள் நட்சத்திரங்கள் இயங்குகின்றன. ஆகவே சூரிய நட்சத்திரங்கள் ஆகாயம், வளி மண்டலங்களில் சஞ்சரிக்கின்றன. சஞ்சரிப்பதுமல்லாமல் ஆகாயத்திலும் வளியிலும் சுழல்கின்றன.

இந்தப் பரந்த வெட்டவெளியில் ஒளியின் ஆற்றலால் ஒன்று சேர்ந்து எரிப்பிழம்பாய் விளங்கி நின்றது சூரியன். இவ்வெரிப்பிழம்பிலிருந்துதான் நாம் வாழும் பூமியும் மற்ற கிரகங்களும் தோன்றின.

தீ (சூடு)

வாயுக் கோளத்தின் மத்தியில் அடர்த்தி அதிகமாயும் அவற்றைச் சுற்றி அடர்த்தி குறைவாயும் இருக்கும். வாயுக்கோளங்கள் திரண்டு எழும்போது அவற்றின் மத்தியில் ஒருவித ஈர்ப்புச் சக்தி (கவர்ச்சி - ஆகர்ஷண சக்தி) ஏற்படுகிறது. இந்தச் சக்தியால் வாயுக்கோளத்தின் மேற்பரப்பிலுள்ள வாயு உள்ளிழுக்கப்பட்டு, அக்கோளம் வரவர சுருங்கிக்கொண்டே போகும். அந்தச் சுருக்கத்தின் போது சூடும் ஒளியும் ஏற்படுகிறது. இதே சமயம் இதே காரியம் வாயு கோளங்களுக்கிடையேயும் ஏற்பட்டு அக்கோளங்கள் நன்கு இறுகாதபடி சிதறியும் விடுகின்றன.

சிதறிய துண்டுகள் ஆகாய வெளியில் ஒன்றுக்கொன்று வெகுதூரத்தில் தனித்தனியே இறுகி அழுத்தமடைந்து பிரகாசிக்கத் தொடங்குகின்றன. இந்தச் சூடு இப்போதும் பன்மடங்கு அதிகரித்துக் கற்பனைக்கெட்டாத அளவு உயர்ந்துவருகிறது. சூட்டினால் அந்தக் கோளங்களில் உள்ள பொருள்களின் அணுக்கள் சிதைந்தும், சிதைந்த அணுக்கள் ஒன்று சேர்ந்து புதிய வாயு அணுக்கள் உண்டாவதுமாக நிகழும். அப்போது அவ்வாயுக் கோளங்களிலிருந்து, சூடு சக்தியும் ஒளி சக்தியும் ஆகாச வெளியில் வீசுகின்றன. இவ்வாறாக ஏற்பட்டதுதான் சூரியன்.

நீர்

ஆவிப் பொருள்களிடையே நீர்ப்பொருள் நிறைந்திருந்தன. ஆவிப் பொருள்கள் உருகிய கனமான பொருள்களாய் உருண்டை வடிவத்தின் மத்தியில் சென்றடைந்து, இலேசான பகுதிகள் மேலே படிந்த பிறகும் ஆகாய வெளியின் குளிர்ச்சி பூமியைப் பாதித்துக் கொண்டே இருந்தது. குளிர்ச்சியால் மேல்பகுதிகளெல்லாம் திடமான கெட்டிப் பொருள்களாக இறுகிவிட்டன. இறுக்கத்தால் ஏற்பட்ட நெருக்கடியாலும் வாயுவாலும் சூடு ஏற்பட்டதன் காரணமாக உள்ளே தங்கிவிட்ட கனமான பொருள்கள் நீர் நிலைமையிலேயே இருந்துவிட்டன.

பூமி பிறந்த பல ஆயிரம் வருடங்களுக்குப் பிறகும் சூரிய வெப்பத்தால் சூடடைந்து கொண்டே வந்தது. அதே சமயம் ஆகாசவெளியின் குளிர்ச்சி அதை இறுக்கியது. பூமி அக்குளிர்ச்சியைத் தாங்கும் அளவுக்குச் சிறிய வெப்பத்தைக் கிரகித்துக்கொண்டு, மீதி வெப்பத்தை ஆகாசவெளியில் வீசியது. சூரியனுடைய வெப்பம் தொடர்ச்சியாகக் கிடைத்துக் கிரகித்துக் கொண்டேயிருந்த காரணத்தால்

பூமியின் மையப் பகுதி மேலும் மேலும் சூடாகிக் கொண்டே வந்தது. பூமிக்கடியில் வாயுக்கள் வேறு அடைக்கப்படுக்கிடந்தன. இவ்வாயுக்களெல்லாம் உட்புற வெப்பத்தால் விரிவடைந்து பூமியை உள்ளிருந்து அமுக்கின. மையத்தைவிட மேற்பரப்பு இளகியிருந்ததால் அவ்விளகிய பரப்பினைப் பிளந்துகொண்ட வாயுக்கள் வெளியே எறியப்பட்டபோது, பூமிக்கடியில் உருகியிருந்த பாறை, உலோகங்கள் முதலியன வெளியே எறியப்பட்டன. இதனால் பூமியைச் சுற்றி வாயு மண்டலம் ஏற்பட்டது.

பூமியை வியாபித்த வாயுக்கள் சூரிய வெப்பத்தால் இலேசாகி மேலே சென்றன. மேலே சென்ற நீராவி குளிர்ந்ததால் நீராக மாறிற்று. நீர் பூமியின் ஈர்ப்புச் சக்தியால் கீழே இழுக்கப்பட்டு மழையாகப் பெய்ய ஆரம்பித்தது. மழைநீர் பட்டவுடன் அது பூமியின் சூட்டினால் மறுபடியும் ஆவியாகி மேலே போயிற்று. மேலே சென்று குளிர்ந்தவுடன் மறுபடியும் மழையாகப் பெய்தது. இவ்வாறு இடைவிடாமல் மழை பெய்தது.

நாளாவட்டத்தில் ஆகாயத்திலுள்ள பொருள்கள் வாயு மண்டலத்தில் சேர்ந்து பெரியதொரு மேகமண்டலம் பூமியைச் சூழ்ந்து கொண்டது. இந்நிலையில் பூமியின் மேற்பரப்பு குளிர ஆரம்பித்தது. மழைநீர் பூமியில் விழுந்து நிலப்பரப்புகளில் ஆறுகளாகவும், நதிகளாகவும் ஓடியது. காலஞ் செல்லச் செல்ல பள்ளத்தாக்கில் தேங்கி நின்றவைகள் கடல்களாக விளங்கி நின்றன.

மண்

எரிப்பிழம்பாய், உருண்டை உருவமாய் வந்த பூமி காலக்கிரமத்தில் ஆகாய வெளியில் ஏற்பட்ட வாயுமண்டலங்களாலும் ஆவி மண்டலங்களாலும் நான்குவித உலோகங்களும் காரசாரங்கள், உப்புகள் சேர்ந்ததொரு உருண்டைப் பகுதியாகி, தன்னையும் சுற்றிக்கொண்டு, சூரியனையும் சுற்றிக்கொண்டு, இன்று நாம் வாழும் பூமி மண் பூதமாக விளங்குகின்றது.

பஞ்சபூத பஞ்சீகரணம்

ஐம்பூதங்களில் எந்தவொரு பூதம் நிலை சக்தியிலிருந்து சலன சக்தியை அடைகிறதோ அந்தப் பூத அணுவாக, பெரிதாக, உருவமாக மாறுகிறது. அவ்வமயம் மற்ற தொண்ணூற்றாறு தத்துவங்கள் அப்பூத அணுவில் தொக்கி மறைந்து இருக்கின்றன.

அருவுரு ஐம்பூதங்கள் நிலை சக்தியிலிருந்து சலன சக்திகளாக மாறி, அந்தந்தப் பூதங்களுக்கேற்ப அணுத்திரள்களாகவோ, பன்மடங்கு பெருகிப் பெரியதாக உருவப்பொருள்களாகவோ மாறுகின்றன.

இப்பஞ்ச பூதங்கள் அருவத்திலிருந்து உருவப் பொருளாக மாறும் காரியத்தைத்தான் பஞ்சபூத பஞ்சீகரணம் என்று சித்தர்கள் கூறியுள்ளனர்.

தத்துவத்தின் பொருள் விளக்கம்

தத்துவம் என்ற சொல்லிற்கு உண்மை என்பது பொருளாகும். எனவே தத்துவஞானம் என்பது உண்மையை அறிவதெனப் பொருள்படும். உண்மை என்பதற்கு உள்ளது, அதாவது என்றும் உள்ளது என்பதே கருத்தாகும். நம் உடல் உட்பட நாம் காணும் பொருள்கள் யாவும் என்றும் உள்ளவை அல்ல. என்றுமே உள்ள நிலையான பொருள் ஏதாவதுண்டா? உண்டாயின் அது எது? அதன் இயல்புகள் யாவை? என்பன போன்றவற்றை ஆராய்வதே தத்துவஞானம் எனப்படும்.

மெய்ஞானம் விஞ்ஞானம் விளக்கம்

உண்மையாக என்றுமே உள்ள பொருள்களின் தத்துவத்தை ஆராய்வது மெய்ஞானம் என்றும், அழியும் அல்லது மறையும் அதாவது பகுதிகளாகப் பிரியும் பொருள்களை அறிவது விஞ்ஞானம் என்றும் கொண்டனர். மெய்ஞான ஆராய்ச்சி நம் நாட்டில் என்றோ முடிந்து, அதன் முடிவுகளும் அறுதியிட்டு வெளியிடப்பட்டுவிட்டன. பின் வந்த ஞானிகளின் ஆராய்ச்சிகள் யாவும் அம்முடிவுகளைச் சரியாக விளங்கிக் கொள்வதன் பொருட்டே மேற்கொள்ளப்பட்டன.

மெய்ஞானத் தத்துவ ஆராய்ச்சியைப் பொழுது போக்கிற்காகத் தொடங்கவில்லை. சீவராசிகள் படும் அல்லலும் மனிதர்களிடையே காணப்படும் ஏற்றத் தாழ்வுகளுமே இந்திய ஞானிகளை இவ்வாராய்சியில் ஈடுபடச் செய்தன.

மெய்ஞானக் கொள்கைக்கும் மக்களது வாழ்க்கைக்கும் அதிகத் தொடர்புண்டு. இத்தத்துவஞானமும் வாழ்க்கையும் ஒன்றோடொன்றைக் கருதுமளவுக்கு அவை இரண்டும் பின்னிக் கிடக்கின்றன. இதனாற்றான் சமயம் வேறு, தத்துவஞானம் வேறு என்றல்லாமல் இரண்டும் இணைந்து கிடக்கின்றன.

மெய்ஞானிகளும் தத்துவ ஞானிகளும் தத்துவ ஆராய்ச்சியில் மட்டுமின்றி அவ்வராய்ச்சிக்குத் துணையாகும் சாதனங்களை ஆராய்வதிலும் பெரிதும் ஈடுபட்டனர். சாதனங்கள் அறிவைப் பெறும் வழிகளைக் குறிக்கும். இவைகளைத் தத்துவ ஞானிகள் பிரமாணங்கள் என்பர். பொறிகள் நூல்கள் ஆகிய இவை ஒவ்வொன்றும் ஒவ்வொரு பிரமாணம் எனப்படும். இப்பிரமாணங்கள் தத்துவ ஞானத்தின் சிறப்பியல்புகளுள் ஒன்றாகக் கருதப்படுகின்றன. தத்துவ ஞான

முடிவுகள் ஆகமம், வேதம் என்ற நூல்களில் வெளியிடப்பட்டுள்ளன. இந்த ஆகம, வேதங்களில் கூறப்பட்டவைகளுக்கு விளக்கம் கூறுவதில் ஏற்பட்ட வேறுபாடுகளால் பிற்காலத்தில் பல பிரிவுகள் தோன்றின.

இந்தியத் தத்தவ ஞானிகள் அனைவரையும் இரு பெரும் பிரிவினராகப் பிரிப்பது வழக்கம்.

ஒரு பிரிவினர் ஆகமங்களில் கூறப்பட்டவற்றைச் சரியென ஒப்புக்கொள்வோர்.

மற்றொரு பிரிவினர் வேத, உபநிடதங்களில் கூறப்பட்டவற்றைச் சரியென ஒப்புக்கொள்வோர்.

வைதிகர், அவைதிகர் விளக்கம்

வேதத்தை ஒப்புக்கொள்ளுவோரை வைதிகர் என்ற சொல்லாலும் ஒப்புக் கொள்ளாதோரை அவைதிகர் என்ற சொல்லாலும் குறிப்பிடும் மரபும் உண்டு.

வைதிகர்	அவைதிகர்
சாங்கியர்	உலகாயதர்
யோக மதத்தினர்	சமணர்
நையாயிகர்	பௌத்தர்
மீமாம்சகர்	
வேதாந்திகள்	
சித்தாந்திகள்	

பிரமாணங்கள்

ஆகமப் பிரமாணங்களைக் கொண்டு நிரூபிப்பது சிறப்பான அம்சமாக விளங்குகிறது. மற்றவை அளவைப் பிரமாணங்கள். தத்துவார்த்தத்தையறிய இவ்விரு பிரமாணங்களையும் அறிவது அவசியம்.

பிரமாணங்கள்தாம் அறிவைத் தரும் கருவிகள். அவைதாம் அளவுகோள்கள். ஒரு பொருளை அளக்கத் தொடங்குமுன் அளவுகோல் சரியானதாவென அறிய வேண்டும். தத்துவஞானம் என்பது பிரபஞ்ச ஆராய்ச்சி. பற்றி பிரபஞ்ச ஆராய்ச்சி பற்றிய முடிவை நாம் அடையுமுன், பிரபஞ்ச ஆராய்ச்சியைப் அறிய உதவிகளாயிருக்கும் கருவிகளைப் பற்றிய ஞானத்தை அவசியம் அறிய வேண்டும். இதனை அளவை என்னும் பிரமாணவியல் விளக்கியுள்ளது.

தத்துவங்கள் தொண்ணூற்றாறு

திருமூலர் வாக்கினால் அணுவில் 400,48,500 மெய்கள் அடங்கியிருப்பதை உணர்ந்தோம். எண்ணிலடங்காதனவாயுள்ள மெய்களை நம் போன்றவர்களால் கற்றுணர வாழ்நாள் போதாது. ஏனெனில்,

வேதநூற் பிராயம் நூறு
மனிசர் தாம் புகுவரேலும்
பாதியும் உறங்கிப் போகும்
நின்றதில் பதினை யாண்டு
பேதை பாலகன தாகும்
பிணிபசி மூப்புத் துன்பம்
ஆதலால் பிறவி வேண்டேன்
அரங்கமா நகரு ளானே!

என்று தொண்டரடிப்பொடி ஆழ்வார் கூறுவார்.

மனித வாழ்வில் இன்ப துன்பங்கள் நிறைந்திருப்பதால் மேற்சொன்ன மெய்களை அறிவது கடினம் என்பதாம்.

திருமூலர் கூறிய அணுவின் மெய்களனைத்தும் அறிய சித்தர்களாலாகுமே அன்றி வேறொருவராலும் கணக்கிட்டுக் கற்றுணர இயலாது. இங்கு கூறும் தொண்ணூற்றாறு தத்துவங்கள் அருவுருப்பொருளாகிய அணுவில் கிடப்பதைக் கண்ணால் நேரிடையாகக் காணமுடியாது. எனினும் தொண்ணூற்றாறு தத்துவங்களைக் கொண்டு, அணு பல அணுக்களால் ஆகிய உடலில் அமையும் போது உருவத்திற்கேற்ப பெரியதாகி ஒன்றோடொன்று பின்னி, இணைந்து பந்தித்துச் செயல்புரிகின்றன.

தொண்ணூற்றாறு தத்துவச் சேர்க்கையால் உயிர்கள் உண்டாகி, உயிர் உருப்பெற்றுப் பெருகி, பெரியதாகி உடல் பெற்று வாழ்ந்து, தன் இயற்கைக் கடனை ஆற்றித் தன் இனத்தைப் பெருக்கி, முதுமை அடைந்து, அழிந்து, பழையபடி தொண்ணூற்றாறு தத்துவங்களாக மாறிப் போவதும் ஆன காலச்சக்கரத்தின் வியப்பான நியதியை மனிதன் உணர வேண்டும்.

தத்துவம் என்பது கருவியாகும். உயிர் இன்ப துன்பங்களை அனுபவிக்கின்றது. அவ்வாறு அனுபவிக்கும் அனுபவங்களுக்குத் துணை செய்யும் கருவிகளே தத்துவங்களாம். அணுவில் அமைந்து மாயா காரியங்களைப் புரிவனவே தொண்ணூற்றாறு தத்துவங்களாம். இந்தத் தொண்ணூற்றாறு

தத்துவங்களும் இந்நூலில் 'தத்துவங்கள் 96' என்ற தலைப்பில் தனியே விளக்கப்பட்டுள்ளன.

தத்துவ ஆராய்ச்சி, அறிவின் வளர்ச்சிக்காகவும் அனுபவ சாதனத்துக்காகவும் கூறப்பெற்றுள்ளது. இதன் உட்பிரிவாகிய ஒரே ஆன்மாவைப் (ஏகான்ம வாதம்) பற்றிய கொள்கையின் விளக்கம் அறிவை வளம் பெறச் செய்யும். மற்றொரு பிரிவாகிய சைவ சித்தாந்தம் அனுபவ சாதனத்துக்கு வழிவகுக்கும்.

மருத்துவம் செய்தல் கூட ஒரு வைத்தியனுடைய சமயம் எனக் கருதப்பெறும். இம்மண்ணில் பிறந்த ஒருவன் கற்றல் எதற்கெனில், அக்கல்வியின் துணைகொண்டு ஆய்ந்து பிறப்பு, இறப்பாகிய இன்னல்களை நீக்கி நிலையான இன்பத்தை (நித்தியானந்தம்) அடையும் வழியைக் கண்டு, அதன்படி நின்று பயன் துய்க்க வேண்டும் என்பதேயாகும். இதனையே துறக்கம் என்றும் வீடு என்றும் கூறுவர்.

இப்பிறவி வந்தபோதே ஒருவன் முயன்று எவ்வகையாயினும் பாடுபட்டு ஆன்ம விடுதலையடைதலைக் குறிக்கோளாகக் கொள்ளவேண்டும். ஆன்ம விடுதலைக்குப் பலவகை வழிமுறைகள் கூறப்பெற்றுள்ளன. அவ்வழிகளுள் யாதானும் ஒன்றைக் கடைப்பிடித்து ஒழுகி வெற்றிபெற இவ்வுடலை இயைவிக்க வேண்டுவது முதற்கடமையாகும். அத்தகைய தகுதியை உடல் பெற வேண்டுவது இன்றியமையாததொன்றாகும். அத்தகைய தகுதியும், உரமும் பெறா வண்ணம் உடலுக்கும் உள்ளத்துக்கும் ஊறு செய்வன பல்வகைப் பிணிகளேயாம். அப்பிணிகளில் இருந்து உடலைப் பாதுகாத்தலும் இன்றியமையாத தத்துவச் செயல்பாடே ஆகும்.

4

தத்துவங்கள் 96

மரு. கி. நடராசன்

முன்னுரை

உடலிலுள்ள கருவிகளையும், அவற்றைக் கட்டுப்படுத்தி இயக்கும் நரம்பு மண்டலம், நாளமில்லாச் சுரப்பிகள் ஆகியவை பற்றியும் விளக்கும் அறிவியல் நூல் "உடலியங்கு முறை" (Physiology) என அறியப்படுகிறது.

சித்த மருத்துவத்தில் கூறப்படும் உடலியங்கு முறை என்பது 96 தத்துவங்களை உள்ளடக்கியது.

நவீன உடலியங்கு முறைகளுக்கும் சித்தர் கூறும் உடலியங்கு முறைகளுக்கும் ஆதாரமாக இருப்பது உயிர் மட்டுமே. உயிரில்லாமல் உடலில் எந்த இயக்கமும் உண்டாகாது. எனவே அந்த உயிர் இயங்குவதற்கு ஆதாரமாக இயற்கை படைத்தவையே உடல் தத்துவங்கள் 96 ஆகும்.

உடல் தத்துவங்களில் முதல் தத்துவம் ஐம்பூதங்களாகும். தொல்காப்பியர் காலந்தொட்டே இவ்வைம்பூதக் கொள்கை நிலவிவருகிறது. தொல்காப்பியத்தில் ஐம்பூதங்கள் பற்றிய சூத்திரம் உள்ளது. புறநானூறு போன்ற பழம்பெரும் நூல்களிலும் ஐம்பூதக்கோட்பாடு காணப்படுகிறது. இதன் விளக்கத்தை "ஐம்பூதக் கோட்பாடு" என்ற தலைப்பில் காண்போம்.

உலகிலுள்ள அனைத்தும் ஐம்பூதங்களால் ஆனவை என்ற கருத்தை மையப்படுத்தி, சித்தர்கள் கூறிய உடலைப் பற்றிய தத்துவங்களையும் உயிரைப் பற்றிய தத்துவங்களையும் ஆய்ந்து பார்க்க வேண்டும்.

தத்துவங்கள் பற்றிப் பல கொள்கைகள் (school of thought) உள்ளன. எனினும் யூகிமுனி என்ற சித்தர் அருளிய 96 தத்துவங்களை எடுத்துக் கொண்டு இந்த ஆய்வைத் தொடரலாம்.

யூகி முனியின் 96 தத்துவங்கள்

1. பூதம்-5
2. பொறி-5
3. புலன்-5
4. ஞானேந்திரியம்-5
5. கன்மேந்திரியம்-5
6. கரணம்-4
7. அறிவு-1
8 நாடி-10
9. வாயு-10
10. விடயம்-5
11. கோசம்-5
12. ஆதாரம்-6
13. மண்டிலம்-3
14. மலம்-3
15. தோடம்-3
16. ஏடணை-3
17. குணம்-3
18. வினை-2
19. இராகம்-8
20. அவத்தை-5

தத்துவம் என்ற சொல்லுக்கு உண்மை என்பது பொருள். உடலைப்பற்றிய உண்மைகள் 96 தத்துவங்களாகும். ஒவ்வொரு உடலிலும் செயல்பட்டுக் கொண்டிருக்கும் உயிரானது, உடம்பிலுள்ள கருவிகளை மட்டுமின்றி, உயிருக்காகப் படைக்கப்பட்ட தத்துவங்கள் 96-ஐயும் துணைக் கொண்டுதான் செயல்படமுடியும். அத்தத்துவங்கள் இயற்கையாகச் செயல்படும்போது நோய்கள்

வராது. அகப்புறக் காரணங்களால் பாதிக்கப்படும் போது உடலும் உயிரும் பாதிக்கப்படுகின்றன. அதனால் ஏற்படும் குறிகுணங்களே நோய்களாகக் கருதப்படுகின்றன.

யூகி முனிவரின் நூலில் கூறப்படும் 96 தத்துவங்கள் பற்றிய கோட்பாடு காலப்போக்கில் உருமாறி வந்தது போல் தோன்றுகிறது. ஏனெனில் உயிருக்காகவும், உடம்புக்காகவுமே தத்துவங்கள் படைக்கப்பட்டன. அப்படியிருக்கும்போது 96 தத்துவங்களில் அறிவு அல்லது உயிரையும் ஒரு தத்துவமாகக் கூறப்பட்டிருப்பது ஏற்புடைத்தாக இல்லை. இந்தத் தவறைச் சித்தர்கள் செய்திருக்கமாட்டார்கள். வழிவழியாக வந்து, ஏட்டுப்பிரதிகளிலிருந்து அச்சுக்கு வரும் வரை சில மாறுதல்கள் ஏற்பட்டிருக்கக் கூடும். எனவே யூகி முனிவரின் பாடலில் தற்போது காணப்படும் தவறுகளில் இதுவும் ஒன்று.

பொறிகள் ஐந்து என்றாலும் ஞானேந்திரியங்கள் என்றாலும் அவை ஒன்றையே குறிக்கும். அதற்கு பதில் கன்மேந்திரியங்களின் விடயங்கள் ஐந்து விடுபட்டுள்ளன. பொறிகளின் விடயங்கள் புலன்களாகும். அதாவது அவற்றின் செயல்பாடுகள். அதே போல் கன்மேந்திரியங்களின் செயல்பாடுகள் அல்லது விடயங்கள் அப்பாடலில் கூறப்படவில்லை. இது இரண்டாவது தவறு.

முன்பு கூறியது போல், அறிவு என்பதை ஒரு தத்துவமாகக் கருதாமல் விட்டு விட்டால், தத்துவங்கள் 95 தான் ஆகின்றன. இன்னொரு தத்துவம் எங்கே என்ற கேள்வி எழுகிறது. பொதுவாக ஐம்பூத அடிப்படையில் சொல்லப்பட வேண்டிய கரணங்கள் நான்கு எனக்கூறப்பட்டிருக்கின்றன. ஆனால் கரணங்கள் ஐந்தாகத் தான் கீழ்க்கண்டவாறு இருக்க வேண்டும். அவை:

1. உள்ளம் (ஆகாயம்)
2. மனம் (காற்று)
3. புத்தி (நெருப்பு)
4. சித்தம் (நீர்)
5. அகங்காரம் (மண்)

அவ்வாறு சேர்த்தால் தத்துவங்கள் 96 ஆகின்றன. அனைத்துப் பொருள்களும் ஐந்து பூதங்களின் சேர்க்கையால் ஆனவை என்பதே சித்தமருத்துவக் கொள்கை. இனி 96 தத்துவங்களையும் தனித்தனியே காணலாம்:

ஐம்பூதங்கள்

விண் (ஆகாயம்)

மனித உடலிலும் சரி, மற்ற உடல்களிலும் சரி, இடைவெளிகள் நிறைய உள்ளன. இந்த இடைவெளிகளே ஆகாயமாகக் கருதப்படும். பிறந்ததிலிருந்து இறக்கும்வரை உள்ளிழுத்து வெளிவிடும் காற்று, உடம்பிலுள்ள இடைவெளிகளில் புகுந்து செயல்படுகிறது.

தீ

உடம்பில் தன்வயமாதல் (Oxidation)என்ற செயல் தொடர்ந்து நடைபெறுவதால் தொடர் வெப்பம் (98.4°F) இருந்து வருகிறது. இது தவிர, வயிற்றிலும் குடலிலும் செரிமன நீர்களின் செரிமனச் செயலால் உண்டாகும் சடராக்கினி என்ற வெப்பமும் உள்ளது.

நீர்

உடம்பில் குருதியிலும் தசைகளிலும் நீர்ப்பையிலும் விந்து பையிலும் வியர்வைக் கோளங்களிலும் நீர்த்துவம் உள்ளது.

தசைகளாலும் நார்களாலும் நரம்புகளாலும் குருதிக் குழாய்களாலும் ஆன உடம்பைக் கீழ்க்கண்டவாறும் ஐம்பூத அடிப்படையில் பிரித்திருக்கிறார்கள்.

1. **மண்ணின் கூறு:** என்பு, தசை, நரம்பு, தோல், மயிர்.
2. **நீரின் கூறு:** சிறுநீர், குருதி, வெண்ணீர், மூளை, கொழுப்பு.
3. **தீயின் கூறு:** இறுமாப்பு, தூக்கம், அச்சம், சேர்க்கை (மைதுனம்), சோம்பல்.
4. **காற்றின் கூறு:** ஓடல், நடத்தல், நிற்றல், இருத்தல், கிடத்தல்.
5. **விண்ணின் கூறு:** இன்பம் (காமம்), உட்பகை (குரோதம்), ஈயாமை (உலோபம்), பெருவேட்கை (மோகம்), கொழுப்பு (மதம்).

மண்ணின் கூறு

மண் என்றாலே அது பருப்பொருளைக் குறிக்கும். என்பு, தசை, நரம்பு, தோல் ஆகியன உடம்பின் உள்ளும் புறமும் நிறைந்திருக்கின்றன. மயிர் உடம்பின் வெளியில் பெரும் பகுதியும், மூக்குத்துவாரங்களிலும் காணப்படுகிறது. மேற்சொன்னவற்றில் குறைகள் ஏற்படின் அவ்வவற்றிற்குரிய மருந்துகளைக் கொண்டு சரி செய்ய வேண்டும்.

தீயின் கூறு

இறுமாப்பு-தான் என இறுமாப்புக் கொண்டிருப்பதற்குக் காரணம் பித்தமாகும். இறுமாப்பு, தூக்கம், அச்சம், மைதுனம், சோம்பல் ஆகியவைகள், கருக்கூடும்போதுள்ள பெற்றோரின் உடல்நிலை மற்றும் மனநிலை, குழந்தை பிறந்து வளரும் போது அது வளர்க்கப்படும் விதம், அது வளரும் சூழ்நிலை ஆகியவற்றைப் பொருத்து அமைகின்றன. இவை மிகினும் குறையினும் மருத்துவம் செய்து ஓரளவுக்குச் சரி செய்ய முடியும். மருந்துகளோடு யோகப்பயிற்சிகளையும் செய்து வந்தால் சாலச் சிறந்ததாகும். இன்னும் கருக்கூடும் நேரத்தில் உள்ள ஒன்பது கோள்களின் நிலையைப் பொருத்தும் கரு அமையும் என்பர் நிமித்திகர் (சோதிடர்).

நீரின் கூறு

சிறுநீர், குருதி, வெண்ணீர், மூளை, கொழுப்பு ஆகியவை நீர்த்துவம் பெற்றிருப்பதால் நீரின் கூறாகக் கூறப்பட்டன. இவற்றில் குறை ஏற்பட்டால் அவற்றிற்குரிய மருந்துகளைக் கொண்டு சரி செய்ய வேண்டும்.

காற்றின் கூறு

ஓடல், நடத்தல், நிற்றல், இருத்தல் செயல்பாட்டுக்குரிய வாதம் என்ற தத்துவம் விண் + வெளி என்ற இரு பூதங்களின் கூட்டுறவால் உண்டானதாகும். வாயுவான விண் என்ற இடைவெளியில் செயலாற்றும்போது உண்டாகும் வாதம் என்ற தத்துவம்தான், உடம்பின் செயல்பாட்டிற்குக் காரணம். வாதம் பல காரணங்களால் தம்பித்துப்போனால், செயல்பாடுகள் நின்றுவிடும். காரணம் அறிந்து மருந்துகள் கொடுத்து, வாதம் என்ற தத்துவத்தை இயங்கச் செய்ய வேண்டும்.

விண்ணின் கூறு

காமம், உட்பகை, ஈயாமை, மோகம், மதம் என்பவை விண்ணின் கூறாகக் கருதப்படுகின்றன. இவை பெரும்பாலும் கருக்கூடுகின்ற நேரத்தில் தாயின் உடல்நிலை, மனநிலை, தந்தையின் உடல்நிலை, மனநிலை மற்றும் முற்பிறவியில் செய்த தன்வினை ஆகியவற்றின் காரணங்களாலும் குழந்தை பிறந்து வளரும் போது அதன் வளர்ப்பு முறை, அது வளரும் சூழ்நிலைகள் ஆகியவற்றைப் பொருத்தும் கூடவோ, குறையவோ அல்லது வேண்டுமளவோ வாய்க்கும்.

யோகப் பயிற்சிகளின் மூலமும், ஆன்றோர் அறிவுரைகளைக் கேட்பதன் வாயிலாகவும், திருக்குறள் மற்றும் ஔவையார் பாடல்களைப் படித்து நடப்பதன் மூலமும் மேற்சொன்னவற்றைக் கட்டுக்குள் வைத்திருக்கக் கூடும்.

உணவில் சத்துவ குணமுள்ள உணவுகளையே விரும்பி உண்டுவருவதால், சத்துவ குணம் மேலோங்கும் வாய்ப்பு உண்டாகும். அதனால் மேற்சொன்னவை கட்டுக்குள் இருக்க வாய்ப்புண்டு.

பொறிகள் அல்லது ஞானேந்திரியங்கள்

மெய், வாய், கண், மூக்கு, செவி ஆகியவை முறையே தொடு உணர்வு (பரிசம்), சுவை, பார்வை, மணம், கேட்டல் ஆகியவற்றை அறிவதற்குக் கருவிகளாக அமைந்து இருப்பதால் ஞானேந்திரியங்கள் எனப்பட்டன. இவை முறையே காற்று, நீர், தீ, மண், விண் ஆகியவற்றின் தன்மைகளைக் கொண்டவை எனக் கூறப்படுகின்றன.

மெய்

மெய் என்ற தொடு உணர்வுக்குக் காரணமான உடம்பு மண்ணின் கூறை உடையது. உடம்பிலுள்ள நரம்புகளாலும், நரம்பு விலங்களாலுமே தொடு உணர்வு உணரப்படுகிறது. எனவே மெய் என்பது காற்றின் கூறு என்பதைவிட மண்ணின் கூறாகக் கொள்வதே பொருத்தமானதாகும்.

வாய்

வாயில் உமிழ் நீர் சுரப்பதாலும், வாயிலுள்ள நாக்கு சுவையை அறிவதாலும் வாய், நீரின் கூறாகக் கருதப்படகிறது.

கண்

கண் தன்னிடமுள்ள ஒளியைக் கிரகிக்கும் சக்தியாலும், வெளியிலுள்ள சூரியஒளி, மற்றும் நெருப்பின் வெளிச்சத்தாலும் பார்க்கின்ற சக்தியைப் பெற்றிருப்பதால் அது தீயின் கூறு எனப்பட்டது.

மூக்கு

மண்ணுக்கு வாசனை உண்டு. வாசனையை உணர்வது மூக்கு. எனவே மூக்கு மண்ணின் கூறை உடையது எனப்படுகிறது.

ஆனால் மூக்கு மணத்தை உணரவேண்டுமானால் அதன் வழிக் காற்றுச் செல்ல வேண்டும். காற்றை இழுக்கும் நிலையிலுள்ள மூக்குத்தான் மணத்தை

உணர முடியும். எனவே காற்றை இழுத்து அதன் மூலம் மணத்தை அறியும் மூக்கு வாயுவின் கூறை உடையது எனக் கூறுதல் சாலப் பொருந்தும்.

செவி

இது ஆகாயத்தின் கூறை உடையதாகக் கருதப்படுகிறது. ஒலி என்பது விண்ணிலிருந்து வருவது. அந்த ஒலியைக் காது மட்டும்தான் கேட்க முடியும். விண்ணின் ஊடாக, அவ்விண்ணிலே உள்ள காற்றுச் சுமந்து வரும் ஒலியைக் காதுமட்டும்தான் கேட்க முடியும் என்பதால், காது ஆகாயத்தின் கூறை உடையது எனக்கொள்ளப்பட்டது.

புலன்கள் 5

ஏற்கனவே சொல்லப்பட்ட மெய், வாய், கண், மூக்கு, செவி ஆகிய பொறிகளின் செயல்களே புலன்கள் ஆகும்.

ஞானேந்திரியம் 5

பொறிகளே ஞானேந்திரியங்கள் என்று முன்பே கூறப்பட்டது.

கன்மேந்திரியங்கள் 5

கை, கால், வாய், எருவாய், கருவாய் ஆகியவை கன்மேந்திரியங்களாகும். கன்மம் என்றால் கருமம், தொழில் அல்லது செயல். இவ்வைந்து கருவிகளும் செயல்படுவதால் கன்மேந்திரியங்கள் எனப்பட்டன.

ஞானேந்திரியங்கள் ஐந்தும் உணர்கின்றன. கன்மேந்திரியங்கள் ஐந்தும் செயல்படுகின்றன.

கை

இடுதலும், ஏற்றலும் செய்யும் எனக் கூறப்பட்டுள்ளது. கைகள், என்னென்ன செய்ய முடியுமோ அத்தனையும் செய்கின்றன.

கால்

கால்கள் ஓடல், நடத்தல், நிற்றல், ஆகியவற்றைச் செய்கின்றன.

வாய்

பேசும் தொழிலைச் செய்யும் கருவியாகவும் சுவையை உணரும் கருவியாகவும் உள்ளது. நாக்கின் துணை கொண்டும், தொண்டையின் துணை

கொண்டும், அங்கு வரும் காற்றின் துணைகொண்டும் பேச்சாகிய ஒலி பிறக்கிறது.

எருவாய்

மலம், நீர் இவற்றைக் கழிக்கும் தொழிலைச் செய்கின்றது. அதாவது கீழ்நோக்குச் செய்கைகளுக்குக் காரணமானது.

கருவாய்

ஆணுக்கு விந்தைக் கழிக்கவும், பெண்ணுக்குக் கருவை வெளித்தள்ளவும் பயன்படுவதாகும்.

கன்மேந்திரியங்களின் ஐம்பூதக் கூறு

கைகளும், கால்களும் செயல்படும் கருவிகளாக இருப்பதால் அவற்றை வாயுவின் கூறாகக் கொள்ளலாம்.

வாய், உமிழ் நீரைச் சுரந்து சுவையை அறியும் செயலைச் செய்வதால் நீரின் தன்மை கொண்டது எனவும், விண்ணிலுள்ள காற்றை இழுத்துத் தொண்டையில் செலுத்திப் பேசும் தொழிலைச் செய்வதால் விண்ணின் கூறைக் கொண்டது எனவும் கூறலாம். ஏனெனில் உள்ளிழுக்கப்படும் காற்று தொண்டை என்ற கருவியின் இடைவெளிக்குள் பாய்ந்து ஒலியை உண்டாக்குகிறது.

மலக்குடல் மற்றும் நீர்ப்புழைகள் மூலமாக நீரை வெளியேற்றுவதால், எருவாய் நீரின் கூறையுடையதாகும்.

ஆண் விந்தை வெளிப்படுத்தவும், பெண் கருவை வெளிப்படுத்தவும் பயன்படுவதால், கருவாய் நீரின் தன்மையைக் கொண்டதாகக் கொள்ளலாம். ஆனால் எருவாயும் கருவாயும் கீழ்நோக்குக் காலின் (அபானவாயு) துணையால் இச்செயல்களைப் புரிகின்றன.

கரணங்கள் 4

உள்ளம், புத்தி, சித்தம், அகங்காரம் என்பவை கரணங்களாகும்.

உள்ளம் (மனம்)

விண்ணின் கூறையுடையது. மற்ற மூன்றிற்கும் இருப்பிடமாயிருப்பது உள்ளம். அதாவது உள்ளமே நான்கிற்கும் காரணமானது. உடலெங்கும் பரந்திருப்பது. இது உயிரின் ஓர் தத்துவம்.

புத்தி

உள்ளத்தின் ஒரு கூறாகிய புத்தி, பார்க்கும் பொருள்களை எவை என்று உணரும்போது புத்தி என்ற சொல்லால் குறிக்கப்படுகிறது. நெருப்பு எவ்வாறு பொருள்களைக் காட்டுகிறதோ அவ்வாறே புத்தியும் பொருள்களை அறிவதால் தீயின் கூறாகக் கூறப்பட்டது.

ஒரு பேனாவைப் பார்த்தவுடன் அது ஒரு பேனா என்பதை புத்தி அறியும். சித்தமோ அது மையிடும்பேனா, பால்பாயிண்ட் பேனா என்றும் இன்ன கம்பெனியைச் சேர்ந்தது என்றும் தெளிவைக் காட்டும்.

சித்தம்

உள்ளத்தின் மற்றொரு கூறாகிய சித்தம், கண்ட பொருளைத் துல்லியமாக அலசிப்பார்த்து அக்கருத்துகளை ஒன்று கூட்டும். அதாவது ஒரு செடியைப் பார்த்து இன்ன செடி என்றும், அச்செடியின் குணங்கள் யாவை என்றும் உறுதிப்படுத்தும்.

அகங்காரம்

மண், கல் இவற்றைப் போல் அசையாது நிற்கும் அகங்காரம். அதாவது சித்தத்தால் அறிந்ததை உறுதியாகப் பற்றி நிற்கும். அதிலிருந்து மாறாமல் உறுதியாக இருக்கும். எனவே இது மண்ணின் கூறாகக் கருதப்பட்டது.

நாடி 10

இடைகலை, பிங்கலை, சுழுமுனை, சிகுவை, புருடன், காந்தாரி, அத்தி, அலம்புடை, சங்கினி, குகு.

மேற்கூறிய நாடிகள் பத்தும் நரம்பு மண்டலங்களின் பிரிவைக் கூறுகின்றன.

1. *இடைகலை*

வலக்கால் பெருவிரலிலிருந்து கத்தரிக்கோல் மாறலாக இடமூக்கைப் பற்றி நிற்பது. இங்கு கூறப்பட்ட வலக்கால் பெருவிரல் முதல் இடது மூக்கு வரை உள்ள நரம்புகளின் கூட்டை மொத்தமாகச் சொல்லப்பட்டது எனக் கொள்ளலாம்.

2. *பிங்கலை*

இடக்கால் பெருவிரலிலிருந்து கத்தரிக்கோல் மாறலாக வலமூக்கைப் பற்றி நிற்பது.

3. சுழுமுனை

மூலாதாரத்தைத் தொடர்ந்து எல்லா நாடிகளுக்கும் ஆதாரமாய், நடுநாடியாய்ச் சிரசளவு முட்டி நிற்பது. அதாவது மூலாதாரத்திலிருந்து புறப்படும் நரம்புகள் இறுதித் தலைமைப் பீடமான மூளையைச் சேர்கின்றன என்பதை இது சுட்டிக் காட்டுகிறது.

4. சிகுவை

உண்ணாக்கில் நின்று சோறு, தண்ணீர் இவைகளை விழுங்கப் பண்ணுவது. அதாவது கீழ்நோக்குச் செயல்களுக்கு ஆதாரமாயிருக்கின்ற நரம்புகள், தசைகள், தசைநார்கள் ஆகியவற்றிற்கு ஆதாரமாயிருப்பவை.

5. புருடன்

வலக்கண்ணளவாய் நிற்பது. வலது பக்கம் உள்ள கண் சிமிட்டுதல், மூடல், திறத்தல், பார்த்தல் ஆகிய எல்லாச் செயல்களுக்கும் காரணமான நாடி இது.

6. காந்தாரி

முன்பு சொன்னபடி, இடது கண்ணில் செயல்படுவது.

7. அத்தி

வலக்காதளவாய் நிற்பது. அதாவது வலது காதின் செயல்பாடுகள் அனைத்திற்கும் காரணமாயிருக்கின்ற நரம்புகளின் தொகுப்பே அத்தியெனும் நாடியாகும்.

8. அலம்புடை

இடக்காதளவாய் நிற்பது. இடது காதின் செயல்பாடுகள் அனைத்திற்கும் காரணமாயிருக்கின்ற நரம்புகளின் தொகுப்பு இதுவாகும்.

9. சங்கினி

குறியின் அளவாய் நிற்பது. ஆண்குறி, பெண்குறி ஆகியவற்றின் அனைத்துச் செயல்பாடுகளுக்கும் காரணமாயிருக்கின்ற நரம்புகளின் தொகுப்பே சங்கினியாகும்.

10. குகு

அபானத்தளவாய் நிற்பது. அபானம் என்பது உடம்பில் கீழ்நோக்குச் செயல்களுக்கு வாயிலாயிருப்பது. இவ்வாயில் விரிந்து சுருங்கும்

தன்மையுடையது. மலம், சிறுநீர் ஆகியவை கீழ்நோக்கித் தள்ளப்படுவதற்குக் காரணமாயிருக்கின்ற நரம்புகளின் தொகுப்பே குகுவாகும். பிள்ளைபெறும்போது கருவையும், புணர்ச்சியின் போது விந்துவையும் கீழ்த்தள்ளும் செயல்களுக்குக் காரணமும் இதுவேயாகும்.

வாயுக்கள் 10

வாயு என்பது குழந்தை பிறந்து மண்ணில் விழுந்தவுடன், குழந்தை அழுவதன் மூலம் வாய் வழியாக உட்சென்று முதல் இயக்கத்தை ஆரம்பித்து வைப்பதாகும். குழந்தையால் முதலில் உள்ளிழுக்கப்படுகின்ற வாயு, அது வளர்ந்து, இருந்து மடியும் வரை உடம்பிலே செயல்படுகிறது.

உள்ளிழுக்கப்படும் வாயு, உடம்பிலுள்ள இடைவெளிகளிலெல்லாம் புகுந்து, எல்லா உறுப்புகளுக்கும் சென்று செயல்பட வைக்கிறது. அவ்வாயு செயல்படும் விதம், செயல்படும் இடங்களைப் பொறுத்துப் பத்து பெயர்களால் அழைக்கப்படுகிறது. அவை வருமாறு:

1. பிராணன் (உயிர்க்கால்)

உயிர் உடலில் செயல்படுவதற்கு முதற்காரணமாயிருப்பதால் உயிர்க்கால் எனப்பட்டது. குழந்தை பிறந்தவுடன் அக்குழந்தையின் முதல் இயக்கத்திற்குக் காரணமாயிருப்பது.

இவ்வாயு மூக்கின் வாயிலாக மூச்சு விடுதலும் வாங்குதலும் செய்யும். மூச்சுவிடும் போது பனிரண்டங்குலம் சென்று, எட்டங்குலம் உள்ளுக்குப் பாய்ந்து, நாலங்குலம் வீணாய்ப் போகும் எனக் கூறப்படுகிறது.

நல்ல உடல் நலமுள்ள ஓர் மனிதன், தன் மூக்கு நுனியிலிருந்து பனிரெண்டு அங்குல தூரத்திற்குள் இருக்கும் காற்றை மட்டும் உள்ளிழுக்க முடியும். அப்படி இழுக்கப்பட்ட காற்றில் 2/3 பாகமாகிய எட்டங்குலக் காற்று மட்டும் பயன்பட்டு, மீதி 1/3 பாகக் காற்று வீணாகப் போகிறது என்பது சித்த மருத்துவர்களின் கருத்தாகும்.

இதன் பொருள் என்னவெனில், இழுக்கப்படுகின்ற காற்றில் உள்ள 2/3 பாகம் உயிர்க்கால் மட்டும் பயன்பட்டு, 1/3 பாகமாகிய கரியமிலவாயு வெளியேறி விடும் என்பதாகும்.

2. அபானன் (கீழ்நோக்குக் கால்)

உடம்பில் கீழ் நோக்கும் செய்கைகள் அனைத்திற்கும் காரணமாக இருப்பது கீழ் நோக்குக்கால் எனப்படும் அபானவாயுவாகும். உணவை விழுங்குதல்,

செரித்த உணவைக் குடலுக்குத் தள்ளுதல், தள்ளப்பட்ட உணவிலுள்ள கழிவுப்பொருட்களாகிய நீரையும் மலத்தையும் தனித்தனியாகப் பிரித்தல், பிரிக்கப்பட்ட கழிவுப் பொருட்களை மலமாகவும், சிறுநீராகவும் வெளித்தள்ளுதல் ஆகிய தொழில்களையும் விந்துவைக் கழித்தல், கருவை வெளியேற்றல் ஆகிய செய்கைகளையும் கொண்டது கீழ்நோக்குக் காலாகும்.

இச்செய்கைகளில் தடை ஏற்பட்டால் அது கீழ்நோக்குக் காலின் பாதிப்பையே குறிக்கும்.

3. வியானன் (பரவுகால்)

இது உடல் முற்றும் பரவும் தன்மையுடையது. உடலிலுள்ள அசையும் பொருள் அசையாப் பொருள் என்னும் இரண்டிலும் இருந்து உறுப்புகளை நீட்டவும், மடக்கவும் செய்யும். பரிசங்களை அறியச் செய்யும். உண்ணும் உணவின் சாரத்தை அவ்வவ்விடங்களில் நிறைப்பித்து, உடலைக் காக்கும் எனக் கூறப்பட்டுள்ளது.

கீழ்நோக்குக் காலினால் கீழிறக்கப்பட்டு வயிற்றை அடைந்து, அங்கு செரிமானத்திற்கும் உதவி செய்து, செரித்தபின் செரித்த உணவின் சாரத்தை குருதியின் வாயிலாக உடல் முழுவதும் பரவச் செய்வதால், எல்லா விலங்களிலும் (Cells) தன்வயமாதல் (Oxidation) நடந்து, அதனால் உடலுக்குச் சூட்டையும் சக்தியையும் தருவதற்கு உறுதுணைபுரிகிறது.

4. உதானன் (மேல்நோக்குக் கால்)

இது வயிற்றில் செரிமன நீர்களைத் தூண்டி உற்பத்தி செய்ய வைக்கும். செரிமன நீர்கள் உணவைச் செரிப்பிப்பதற்கு உறுதுணையாகவிருந்து பக்குவப்படுத்தும். உணவின் சாரத்தை வெளிப்படுத்தியும் கலக்கியும் கொடுத்து, அதை அங்கங்கே நிறுத்தும்.

மற்றும் மேல் நோக்குச் செயல்களாகிய தும்மல், இருமல், வாந்தி, மூச்சுவிடுதல் ஆகியவற்றிற்குக் காரணமாயிருக்கும்.

5. சமானன் (நடுக்கால்)

இது நாபியிலிருந்து கால் வரைக்கும் சமனாய்ப் பாய்ந்து, மற்ற வாயுக்களைக் கட்டுப்படுத்திச் சரிபடுத்தும். அறுசுவைகளையும் நீர், அன்னம் ஆகியவற்றையும் சமப்படுத்தி உடலில் சேரும்படிச் செய்யும்.

6. நாகன்

இது எல்லாக் கலைகளையும் கற்கும்படி அறிவை எழுப்பும். நல்ல பண்களைப் பாடுவிக்கும். கண்களைத் திறக்கும்படியும் இமைக்கும் படியும் செய்யும். மயிர்களைச் சிலிர்க்கச் செய்யும். எனவே இது மூளையின் சில மையங்களோடு தொடர்புடையது எனத் தெரிகிறது.

7. கூர்மன்

இது மனதிலிருந்து கிளம்பிக் கண்ணிலிருந்து இமையைக் கொட்டுவிக்கும். கொட்டாவி விடப்பண்ணும். வாயை மூடப்பண்ணும். பலத்தை உண்டு பண்ணும். கண்களைத் திறக்கவும் மூடவும் பண்ணும். உலகத்திலுள்ள பொருள்களையெல்லாம் கண்களுக்குக் காண்பிக்கும். கண்களினின்று நீரை விழப்பண்ணும்.

இதன் செயல்பாடுகளை உற்று நோக்கில், மனதோடு இது நெருங்கிய தொடர்புடையது என்பது புரிகிறது. மனம் என்பது மூளை, இதயம் ஆகிய இரு கருவிகளைத் துணைக் கொண்டு உயிருக்கு அமைந்த ஒரு தத்துவம். எனவே மூளை, இதயம் ஆகிய இரண்டுக்கும் தொடர்புடையது கூர்மன் என ஊகிக்க முடிகிறது.

8. கிருகரன்

இது நாவிலிருந்து நாவிற் கசிவையும் நாசியிற் கசிவையும் உண்டாக்கும். மிக்க பசியை உண்டாக்கும் செயலைச் செய்யும். ஒன்றை நினைத்திருக்கச் செய்யும். போதல் தொழிலைச் செய்யும். தும்மலையும் இருமலையும் உண்டாக்கும்.

இது தலையோடு சேர்ந்த உறுப்புகளோடு சம்பந்தப்பட்டிருக்கிறது. அத்தோடு மனதோடும் சம்பந்தப்பட்டிருக்கிறது. இதற்கு மேல்நோக்குச் செய்கையும் உண்டு. நாவிலும் நாசியிலும் இது தூண்டுவதால் கசிவுண்டாகிறது. நாவிற் கசிவை உண்டாக்குவதால் பசியை உண்டாக்குகிறது. மனதோடும் சம்பந்தப்பட்டிருப்பதால் நினைத்தற் தொழிலுக்கும் இது துணைபுரிகிறது.

9. தேவதத்தன்

இது வளைவு வடிவமாய்க் கிளம்பி, சோம்பலையும் உடல் முரித்தலையும் உண்டாக்கும். தூங்கி எழுந்திருக்கும் போது அயர்ச்சியை உண்டாக்கும். கண்ணைப் பலவிடங்களில் ஓட்டி உலாவுவிக்கும். தாங்குதல், சண்டைகொள்ளல், தர்க்கம் பேசல் முதலியவற்றையும் மிக்க கோபத்தையும் உண்டு பண்ணும். குதம், குய்யம் என்னும் இடங்களில் இருக்கும்.

உறங்கும் போது, குதம், குய்யத்தானங்களில் தங்கி, விழிக்கும் போது உடல் முற்றும் பரவி, உடல் முரித்தலையும் சோம்பலையும் உண்டாக்குகிறது. அதே போல் உடல் முழுதும் நிறைந்து அயர்ச்சியை உண்டாக்குகிறது. எதையாவது தாங்க வேண்டியிருந்தாலும், சண்டையிடும் போதும், தர்க்கம் பேசும் போதும், அதிகக் கோபம் உண்டாகும்போதும் இவ்வாயு தூண்டப்படுகிறது.

10. தனஞ்செயன்

இது மூக்கிலிருந்து தடித்து, உடம்பு முழுமையும் வீங்கப்பண்ணும். காதில் கடல் போன்று இரைச்சலிடும். இறந்துவிடின் காற்றெல்லாம் வெளிப்பட்ட பின்னர், மூன்றாவது நாளில் தலை வெடித்தப்பின்தான் போகும்.

இவ்வாயுவானது இறக்குந்தருவாயில் மூக்கிலிருந்து பெரிதாகி உடம்பு முழுமையும் பரவி உடம்பை வீங்கப் பண்ணும். அப்போது காதில் கடல்போல் இரைச்சலுண்டாக்கும். மூன்று நாட்கள் அடங்கியிருந்து, மூன்றாவது நாள் தலைவெடித்து அதன்மூலம் வெளியேறும்.

அதாவது வாயு ஒன்றேயாயினும், அது உடல் முழுதுமுள்ள கருவிகளைத் தூண்டிச் செயல்படவைத்து, இறுதியில் வெளியேறி விடுகிறது.

விடயம் 5

1. இரைக்குடல் (அமர்வாசயம்): உண்ட அன்னசாரம் அமரும் இடம்.
2. செரிகுடல் (பகிர்வாசயம்): அன்னம் பகிரும் இடம்.
3. நீர்க்குடல் (சலவாசயம்): நீர்க்குழி.
4. மலக்குடல் (மலவாசயம்): மலக்குழி.
5. வெண்ணீர்க்குடல் (சுக்கிலவாசயம்): வெண்ணீர் பிரியுமிடம்.

என்பன ஐந்தும் விடய தத்துவங்களாகும். இனி இவற்றை விரிவாகக் காணலாம்:

அமர்வாசயம் (இரைக்குடல்)

உண்ணப்படும் உணவு சென்று அமர்கின்ற இடம் வயிறு. வயிற்றில் அன்னம் சேர்ந்தபின், அங்கு செரிமன நீர்களாகிய அமிலங்கள், நொதிகள் (Enzymes) ஆர்மோன்கள் ஆகியவை உற்பத்தியாகின்றன. உற்பத்தியான அச்செரிமன நீர்கள் உணவைப் பலவிதங்களிலும் செரிக்கப்பண்ணுகின்றன. அதுவரை அன்னம் அமருமிடம் அமர்வாசயமாகிய வயிறேயாகும்.

பகிர்வாசயம் (செரிகுடல்)

செரிக்கப்பட்ட உணவுக்குழம்பு, கொழுப்புச் சத்துக்களைச் செரிப்பதற்காக இறுதியில் சிறுகுடலுக்குத் தள்ளப்படுகிறது. பித்தப்பையிலிருந்து உற்பத்தியாகும் பித்தநீர் சிறுகுடலுக்கு வந்து அங்கு தள்ளப்பட்ட உணவிலுள்ள கொழுப்புச் சத்துகளைச் செரிமனம் செய்கிறது. அதன்பின் பெருங்குடலுக்குச் செரிக்கப்பட்ட அன்னம் தள்ளப்படுகிறது.

அங்கு குடலுரிஞ்சிகளால் நீர் வேறு, சக்கை வேறாகப் பிரிக்கப்படுகிறது. செரித்த அன்னம் வெவ்வேறாகப் பிரிக்கப்படுவதால் பகிர்வாசயம் எனப் பெயர் பெற்றது.

பின்னர் சத்துப் பொருள் குருதியைச் சென்றடைகிறது. சக்கைப் பொருள் மலமாகவும், நீர்ப் பொருள் சிறுநீராகவும் ஆகின்றன.

சலவாசயம் (நீர்க்குடல்)

பெருங்குடலிலே பிரிக்கப்பட்ட நீர் பிருக்கங்களின் (Kidneys) வாயிலாக நீர்க்குடலாகிய சிறுநீர்ப்பைக்கு (Bladder) வந்து சேருகிறது.

மலவாசயம் (மலக்குடல்)

பிரிக்கப்பட்ட மலம் பெருங்குடலில் இருந்து, தேவையான போது மலமாகக் கழிகிறது. ஆயினும் மலக்குடலில் சிறிது மலம் இருந்து கொண்டேயிருக்க வேண்டும்.

சுக்கிலவாசயம் (வெண்ணீர்க்குடல்)

சத்துக்களாகவும் சக்கையாகவும் பிரிக்கப்பட்ட அன்னத்தின் சாரம் குருதியின் வாயிலாக உடல் முழுவதும் எடுத்துச் செல்லப்படும் போது ஒவ்வொரு திசுவிலும் (Tissues) தன்வயமாதல் (Oxidation) நிகழ்ச்சி நடைபெறுகிறது. அதனால் உடம்புக்குச் சூடும் சக்தியும் கிடைப்பதோடு, எல்லா வகைத் திசுக்களும் வளர்ச்சியடைவதற்கு உறுதுணை புரிகின்றது.

சித்த மருத்துவக் கொள்கைப்படி உடம்பில் ஏழு உடற்கட்டுகள் உள்ளன. அவை:

1. இரசம், 2. குருதி, 3. தசை, 4. கொழுப்பு, 5. என்பு, 6. மூளை, 7. சுக்கிலம் என்பனவாகும்.

முதல் நாள் உண்ட உணவு, மறுநாள் குருதியாகும். அவ்வாறே படிப்படியாக ஏழாவது நாள் வெண்ணீராகவும் (சுக்கிலம்) மாறுகிறது என்பது சித்தர் தேரரின் கொள்கை.

முதல் நாள் உண்ட உணவின் சாரமானது மறுநாள் இரசமாகவும் மூன்றாவது நாள் இரத்தமாகவும் நான்காவது நாள் மாமிசமாகவும் ஐந்தாவது நாள் கொழுப்பாகவும் ஆறாவது நாள் எலும்பாகவும் ஏழாவது நாள் மூளையாகவும் எட்டாவது நாள் சுக்கிலமாகவும் மாறும் என்பது பராசரர் கொள்கை.

சிற்சில தாது மருந்துகள் உடனே சுக்கிலத்தை உற்பத்தி செய்யும் என்ற கொள்கையும் உண்டு. ஏனெனில் பற்ப, செந்தூராதிகள் $3^1/_2$ நாழிகைக்குள் (1 மணி 24 மணித் துளிகள்) செரித்துவிடும் என்பது சித்தர் கொள்கை.

சித்தர்களின் நோயில்லா ஒழுக்க நெறிப்படி, இணைவிழைச்சு (ஆண் -பெண் சேர்க்கை) மாதம் இருமுறைதான் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். ஏழு நாட்களுக்கு ஒருமுறை சுக்கிலம் உற்பத்தியாகிறது. 15 நாட்களில் இருமடங்கு சுக்கிலம் உற்பத்தியாகும். 15 நாட்களுக்குப் பிறகு ஒரு முறை இணைவிழைச்சுக் கொண்டால், ஒரு மடங்கு சுக்கிலம் உடம்பிலேயே தங்கியிருக்கும். எனவே பலம் குன்றாது.

கோசம் 5

1. அன்னமயக்கோசம் (பருவுடம்பு)

உணவினால் உண்டான பருவுடம்பே அன்னமயக் கோசம். இதைத்தான் "சோற்றாலடித்த சுவர்" எனக் கூறிச் சென்றார்கள். ஏழு உடற்கட்டுகளால் ஆகிய பருவுடம்பே அன்னமயக் கோசம்.

2. பிராணமயக்கோசம் (வளிவுடம்பு)

பிறந்ததிலிருந்தே நாம் சுவாசிக்கும் காற்று இறப்பு வரை நம் உடம்பினுள்ளேயே சுற்றி வருகிறது. இந்தக் காற்று உடம்பின் ஒவ்வொரு விலத்திலும் (Cell) இருப்பதால் உடம்பு முழுவதும் பரந்திருக்கிறது. எனவே இதனையும் ஒரு உடம்பாகப் பார்த்தார்கள் சித்தர்கள்.

3. மனோமயக்கோசம் (மனவுடம்பு)

ஒவ்வொரு உயிருக்கும் மனம் என்ற ஒன்று உண்டு. அது உயிரின் தத்துவமாகையால், உயிர் எவ்வாறு உடல் முழுவதும் பரவியிருக்கிறதோ அதே போல் மனமும் உடல் முழுதும் பரவியிருக்கிறது. எனவே மனதையும் ஓர் நுண்ணுடம்பாக சித்தர்கள் கணித்திருக்கிறார்கள்.

4. விஞ்ஞானமயக்கோசம் (அறிவுடம்பு)

நமது உடம்பில் உமிழ் நீரில் தொடங்கி, பித்தநீர் வரை பல வேதியியல் நீர்கள் உற்பத்தியாகி, செரிமனத்திற்குத் துணைபுரிகின்றன. அதன் காரணமாக உடம்பில் உயிர் வேதியியல் மாற்றங்கள் (Biochemical) தோன்றிக் கொண்டேயிருக்கின்றன.

இம்மாற்றங்கள் இடையறாது நடந்துகொண்டிருக்கின்றன. குருதி ஒவ்வொரு திசுவுக்கும் சென்று தன்மயமாதல் செயல் (Oxidation process) மூலமாக வெப்பத்தையும் சக்தியையும் கொடுத்துக் கொண்டேயிருக்கிறது. புதிய விலங்கள் உண்டாக்கப்டுகின்றன. பழைய விலங்களும், கழிவுப் பொருள்களும் வெளியேற்றப்பட்டுக் கொண்டேயிருக்கின்றன. இந்த உயிர் வேதியியல் மாற்றங்கள் உடம்பு முழுவதும் நடைபெறுவதால், அதனையும் ஓர் நுண்ணுடம்பாக சித்தர்கள் கணித்திருக்கிறார்கள்.

5. ஆனந்தமயக்கோசம் (மகிழ்வுடம்பு)

இலக்கணத்தில், மங்கல வழக்குப்படி ஆனந்தமயக் கோசம் எனச் சொல்லியிருக்கிறார்கள். எனினும் இன்பம், துன்பம் இரண்டையுமே இவ்வுடம்பு அனுபவிக்கிறது. இனிப்புச் சுவையை உண்ணும்போது மகிழ்ச்சியுண்டாகிறது. கைப்புச் சுவையை உண்ணும்போது அதன் தாக்கம் மனதைச் சுருங்க வைக்கிறது. இந்த இன்பதுன்பங்களை உணர்வது உடலும் உயிரும் மனமும் ஆகிய மூன்றும்தான். அந்தக் கண்ணுக்குத் தெரியாத ஒரு நிலையையும் சித்தர்கள் ஓர் உடம்பாகப் பார்த்தார்கள்.

ஆதாரம் - 6

1. மூலாதாரம், 2. சுவாதிட்டானம், 3. மணிபூரகம், 4. அனாகதம், 5. விசுத்தி, 6.ஆக்கினை என்பன ஆறு ஆதாரங்கள் ஆகும்.

1. மூலாதாரம்

குதத்திற்கும் குய்யத்திற்கும் (லிங்கம்) நடுவே குண்டலி வட்டமாய்த் தோன்றும். அவ்வட்டத்திற்கு நடுவே முக்கோணமும், அம்முக்கோணத்திற்கு நடுவில் நான்கு இதழ்கள் கூடிய கடப்பம்பூப் போன்ற அமைப்பும் அமைந்திருக்கும். அப்பூவிற்கு நடுவில் ஓங்கார எழுத்திருக்கும் எனக் கூறப்பட்டுள்ளது.

குண்டலினி சக்தி, பாம்பு தலையை உள்ளே வைத்துச் சுருண்டிருப்பது போலிருக்கும் எனக் கூறப்படுகிறது. மூலாதாரம் என்ற அவ்விடம், நரம்புச்சாலம் (Nervous Plexus) ஆகும். இது முக்கியமான நரம்புச்சாலமாகும். இங்குள்ள அக்குண்டலினி சக்தியை யோகப்பயிற்சிகளின் மூலம் ஒவ்வொரு ஆதாரமாக ஏற்றி, இறுதியில் அது ஆக்கினைக்கு வரும்போது, நரம்பு மண்டலங்களின் தலைமைப் பீடமான மூளையைப் பற்றுகிறது. அதனால் நரம்புமண்டலம் முழுமையும் மிகவும் பலமும் தூய்மையும் அடைவதால், மனிதருக்குரிய ஆறாவது

அறிவானது பலமடங்கு பெருகும் வாய்ப்புள்ளது. அப்படிப் பெருகிய ஆறாவது அறிவு பேரறிவாகிய பதியின் அறிவுக்குச் சமமாகக் கருதப்படுகிறது.

எட்டுவிதமான யோகப் பயிற்சிகளை முறையாகச் செய்து வெற்றியடையும் போது, எட்டு விதமான சித்திகளை அடையக்கூடும். அவர்களுக்குள் மாருதமதியமுதம் சொட்டும். அந்த அமுதத்தின் சக்தியால், செயல்களும் செல்களைப் புரியும் சக்தியு முண்டாகும். மெய் என்ற சொல்லுக்கு ஏற்றாற்போல, மனித உடம்பு அழியாத நிலையைப் பெறும். வேண்டும் போது, உயிரை உடம்பிலிருந்து வெளியேற்றும் சக்தியுண்டாகும்.

ஆனால் பேரறிவாகிய பதி எந்த உயிருக்கு உணர்த்துகிறதோ அந்த உயிர் மட்டும்தான் அட்டமா சித்திகளைப் பெற இயலும். அதனால்தானோ என்னவோ சித்தர்கள், நாயன்மார்கள் ஆழ்வார்கள் போன்ற ஞானிகள் விரல்விட்டு எண்ணக்கூடிய அளவிலேயே இருக்கிறார்கள். எல்லோரும் அட்டாங்கயோகம் செய்யலாம். ஆனால் அத்தனை பேரும் அந்த எண்பெரும் பேறுகளை (அட்டமா சித்திகளை) அடைய முடியாது. ஏனெனில் இயமம், நியமம் என்ற இரண்டு யோகங்களோடு அவர்கள் நின்றுவிடுகிறார்கள்.

2. *சுவாதிட்டானம் (கொப்பூழ்)*

மூலாதாரத்திற்கு இரண்டு விரற்கடைக்கு மேலிருப்பது. இது நாற்சதுரமும் அச்சதுரத்தின் நடுவே ஆறு இதழ்களையுடைய ஒரு பூவட்டமும் அதன் மத்தியில் லிங்கம் போன்ற பீடமும், வீணையின் தண்டின் அடியைப் போலவும் இருக்கும். அதன் நடுவில் நகார எழுத்து நிற்கும் எனக் கூறப்படுகிறது.

சுவாதிட்டானம் என்ற ஆதாரமும் நரம்புகள் ஒன்று கூடிய ஓர் நரம்புச் சாலமாகும் (Nervous Plexus).

3. *மணிபூரகம் (மேல் வயிறு)*

சுவாதிட்டானத்திற்கு மேல் எட்டுவிரல் இடைவெளியிட்டு இருப்பது மணிபூரகமாகும். இது கோழி முட்டையைப் போன்று 1008 நரம்பு நாடிகளும் சூடி, நாடிகளுக்கெல்லாம் வேர் போல உள்ளது. இதை உந்திக்கமலம் எனவும் கூறுவர். இது ஏழாம் பிறைக்கு இணங்கியிருக்கும் என்பர். இதன் நடுவே பத்து இதழ்களைக் கொண்ட பூப்போல் வட்டமாக இருக்கும். அந்தப் பூவின் நடுவில் மகார எழுத்து நிற்கும்.

இதுவும் நரம்புச் சாலங்களில் ஒன்று (Nervous Plexus).

4. அனாகதம் (நெஞ்சு)

மணிபூரகத்திற்குப் பத்து விரற்கடை தள்ளி அனாகதம் இருக்கும். இதனை இதயக் கமலம் எனவும் கூறுவர். இது முக்கோணமாயிருக்கும். அதன் நடுவில் பன்னிரண்டு இதழ்களை உடைய பூப்போல் வட்டமாயிருக்கும். அந்தப் பூவின் நடுவில் சிகார எழுத்து நிற்கும்.

இது இதயம், புப்புசம் இவற்றுடன் அவற்றில் நிறைந்திருக்கும் நரம்புகள், நாடிகளையும் உள்ளடக்கியது.

5. விசுத்தி (மிடறு)

அனாகதத்திற்குப் பத்து விரற்கடை தள்ளி இருப்பது விசுத்தியாகும். இது கண்டத்தானத்தில் அறு கோணமாயிருக்கும். அக்கோணத்தின் நடுவில், பதினாறு இதழ்களையுடைய பூப்போன்று வட்டமாயிருக்கும். அவ்வட்டத்தில் வகாரம் என்ற எழுத்து நிற்கும்.

6. ஆக்கினை

இது விசுத்திக்குப் பன்னிரண்டு விரற்கடை தள்ளி, லலாட வட்டத்திலிருக்கும். வீணைத்தண்டின் முடியாய், மூன்று இதழ்களையுடைய ஒரு பூவின் நடுவில் யகாரம் என்ற எழுத்து நிற்கும்.

மேற்கூறிய இடங்கள் யாவும் முக்கியமான நரம்புகள், நாடிகள், கருவிகள் ஆகியவை சேர்ந்த இடங்களாக உள்ளன. முடங்கிக் கிடக்கும் உயிரின் பெரும் சக்தியை மற்ற ஆதாரங்களுக்குப் படிப்படியாக மேலேற்றி, புருவ நடுவுக்குக் கொண்டுவரும் போது, உயிரின் சக்தி பன்மடங்காகப் பெருகுகிறது. இதுவே நமது சித்தர்களின் கண்டுபிடிப்பு.

மண்டிலம் 3

1. தீமண்டிலம்

இது மூலாதாரத்திற்கு இருவிரற்கடைக்கு மேல் இருக்கும் எனக்கூறப்பட்டுள்ளது. வெப்பம் உறங்குகின்ற இடமான குண்டலி என்ற வெப்பச்சக்திக்கு அருகில் உள்ளதால் தீமண்டிலம் எனப்பட்டது.

2. ஞாயிற்று மண்டிலம்

இது உந்திக்கு நாலுவிரற்கடைக்கு மேல் உள்ளது. வாழைப்பூப் போல் கீழ்நோக்கி, எட்டிதழ் மலர் போலிருக்கும். இது இதயத்தையே குறிக்கும். சூரியன் உலகமுழுவதும் தன் கதிர்களால் வெப்பத்தைப் பரப்புவது போல, இதயமானது பல்லாயிரம் குருதிக் குழாய்களின் வாயிலாக, குருதியைச் சுழலவிட்டு, அதனால் வெப்பத்தையும் சக்தியையும் அளிக்கிறது. அதனால் இதயமே ஞாயிற்று மண்டிலமாகக் கூறப்பட்டது.

3. திங்கள் மண்டிலம்

இது தலை நடுவில் நிலையாய் நிற்கும். இதை அமுதக் கலை என்றும் கூறுவர். அமுதம் மேல் நோக்கியும் அக்கினி கீழ் நோக்கியும் நிற்கும். கீழ் நோக்கியுள்ள குண்டலனி என்ற வெப்பச் சக்தியை மேலெழுப்பி திங்கள் மண்டிலத்திற்கு ஏற்றினால், அங்கு நிலையாய் நிற்கும் அமுதம் இளகி உள்ளே சொட்டும். இதனை உண்டவர்களே சித்தர்கள். இதனைத்தான் "மாருதமதியமுதம் உண்டு" எனக் கூறினார்கள்.

விதியை மதியால் வெல்லலாம் என்பதும் இதனைத்தான். பிறவியிலேயே ஆயுள் குறைந்த ஒருவர் இந்த மாருத மதியமுதை உண்ணும் வாய்ப்பு பெற்றால், அவர் விதியை வென்று நீண்ட ஆயுளோடு வாழ முடியும்.

மலம் 3

உயிரைப் பற்றிய மலங்கள் மூன்று. அவை: 1. ஆணவம், 2. கன்மம், 3. மாயை என்பன.

1. ஆணவம்

இதுவே உயிரின் உண்மை நிலையை மறைக்கும் தத்துவம். பற்றுகள் மிகுந்து மண், பெண், பொன் முதலியவற்றில் அதிக ஆசைகொண்டு அலையும்படி அறிவை மறைப்பது ஆணவம்.

2. கன்மம்

மேற்சொன்ன பற்றுகளினால் உயிரானது தனது பிறவியில் இயற்றும் காரியங்களே கன்மமாகும். நல்வினை, தீவினை என்ற இரண்டில் பெரும்பாலும் தீவினைகளைச் செய்தே, உயிர்கள் மீண்டும் மீண்டும் பிறவிகளை எடுக்கின்றன என்பது சித்தர் கொள்கை.

3. *மாயை*

உயிருக்கு உடலாக அமையும் வாய்ப்பைப் பெற்றது மாயை. தான் செய்த நல்வினை, தீவினைகளுக்கேற்ப மாணிக்கவாசகர் கூற்றுப்படி புல் முதல் எல்லா பிறவிகளிலும் உடம்பாக அமைவது மாயையாகும்.

தோடம் 3

தோடம் என்ற சொல்லுக்குக் குற்றம் என்பது பொருள். அத்தோடங்கள் மூன்று வகைப்படும். அவை 1. வளி (வாதம்), 2. அழல் (பித்தம்), 3. ஐயம் (கபம்) என்பன.

சித்தர்கள், யோகிகள், ஞானிகள் ஆகியோரைத் தவிர பிறந்த குழந்தையிலிருந்து அனைத்து மக்களிடத்தும் செயல்படும் வளி, அழல், ஐயம் ஆகியவை தங்கள் இயற்கை அளவான 1: $^1/_2$: $^1/_4$ என்ற விகிதத்தில் இருக்காது. காரணம் அவர்கள் செய்த நல்வினை, தீவினை, பெற்றோரின் நல்வினை, தீவினை ஆகியவற்றிற்கேற்ப இந்த மூன்று தத்துவங்களும் இயற்கை நிலையில் நில்லாது மாறுபடுவதால், நோய்களிலேயே உழலச் செய்யும்.

அதாவது தாய், தந்தையரின் உடல்வாகு, அவர்களின் குணம், பண்பாடு ஆகியவையும், தாய் தந்தையர் கூடும்போது அவர்களின் மனநிலை, உடல்நிலை ஆகியவையும், கருக்கூடும் போது உள்ள நேரம் ஆகிய இவையெல்லாம் ஒரு குழந்தையின் உள்ளம், உடல், குணம் ஆகியவை அமைவதற்குக் காரணமாகின்றன. அதேபோல் வளி, அழல், ஐயம் ஆகியவையும் அமைகின்றன.

எனவே நோய்கள் உடம்பில் தோன்றுவதற்குக் காரணமான இவற்றை முக்குற்றம் (முத்தோடம்) என்று சித்தர்கள் அழைத்தார்கள். அதாவது வளி, அழல், ஐயம் ஆகியவை மிகுவதனாலோ குறைவதனாலோ நோய் உண்டாவதால், அந்த மூன்று தத்துவங்களையும் குற்றங்கள் எனச் சித்தர்கள் சித்திரித்தார்கள்.

அகப்புறக் காரணங்களால் உடலும், உயிரும் பாதிக்கப்பட்டு அவை வளி, அழல், ஐயங்களில் மாறுபாட்டை உண்டாக்கி, நாடியின் வாயிலாகவும் குறிகுணங்களின் வாயிலாகவும் நோய்களை அறிவிக்கின்ற காரணத்தாலும் (அதாவது அவை குற்றமடைந்து) அவற்றை முக்குற்றம் என்றனர் சித்தர்கள்.

வளி

இது சித்தர் தேரரின் வாக்குப்படி வாதம் என்ற சொல்லாலும் குறிக்கப்படும். சித்தர் தேரர்

வாதமாய்ப் படைத்துப் பித்த வன்னியாய்க்காத்து
சேட்ப சீதமாய்த் துடைத்து

எனக் கூறுகிறார்.

ஐம்பூதங்களின் அடிப்படையில் வளி என்பது வாயுவும் ஆகாயமும் சேர்ந்த ஓர் தத்துவமாகும். ஆகாயத்தில்தான் வாயு உள்ளது. இந்த வாயுவில் பல வாயுக்கள் கலந்துள்ளன என்பது நவீன அறிவியல் கோட்பாடு. நவீன அறிவியல் கோட்பாட்டின்படி ஒரு ஒற்றைவிலமுள்ள (one celled) அமீபா தோன்ற வேண்டுமாயினும் உயிர்க்கால் (Oxygen), நீர்க்கால் (Hydrogen), கரியமில வாயு (Carbon dioxide) மற்றும் நீதுரசவாயு (Nitrogen) ஆகியவை தேவை. இவையில்லாமல் ஓர் உயிரினம் தோன்ற முடியாது.

எனவே சித்தர்கள் சொன்னபடி ஆகாயம் + வாயு சேர்ந்த வாதம் என்ற தத்துவம்தான் படைக்கிறது என்பது நிரூபனமாகிறது.

மனித உடம்பில் குழந்தை பிறந்ததிலிருந்து உள்ளிழுக்கப்பட்ட வாயு, உடம்பு முழுவதும் இடைவெளிகளில் பரவிச் செயல்புரிவது வாதம் என்ற தத்துவமாகக் கருதப்படுகிறது. உணவின் சாரத்தையும் உயிர்க்காலையும் (Oxygen) குருதி உடம்பு முழுவதும் ஒவ்வொரு திசுவிற்கும் (Tissue) எடுத்துச் சென்று, புதிய விலங்களை (Cells) உண்டாக்குகிறது. இதுவே படைத்தலாகும்.

அழல்

"பித்த வன்னியாய்க் காத்து" என்ற சித்தர் தேரர் கூற்றுப்படி, வன்னி என்ற சொல்லுக்கிணங்க, தொடர்ந்து உடலுக்கு வெப்பத்தைத் தந்து, உடலைக் காக்கிறது.

குருதியால் உடம்பு முழுவதும் எடுத்துச் செல்லப்படும் உணவின் சாரம். குருதியில் உள்ள உயிர்க்காலினால் எரிக்கப்படுகிறது (Oxidation process). இது தொடர்ந்து நடைபெறுவதால் உடலுக்குச் சக்தியையும் 98.4^0 F வெப்பத்தையும் தந்து உடலைக் காக்கிறது.

உடலின் வெப்பம் குறைந்தாலும் கூடினாலும் அது நோயின் அறிகுறியாகும். வெப்பமே இல்லாத நிலையில் உடம்பிலுள்ள உயிர்

செயலற்றுப்போகும். இதுவே இறப்பாகும். அளவுக்கு மிஞ்சின வெப்பம் உண்டானாலும் அதனை உயிரினால் தாங்க முடியாது. உயிர் அதனாலும் அடங்கிவிடக் கூடும். இதனையே திருவள்ளுவர் "மிகினும் குறையினும் நோய் செய்யும்" என்றார்.

ஐயம்

கபம் என்ற சொல்லாலும் இது அறியப்படும். கபம் என்றால் சளி, நீர்த்துவம் என்பவற்றையும் குறிக்கும். உடலில் தேவையான நீரும் தேவையான இடங்களில் நீர்ப்பசையும் இருத்தல் அவசியம். குருதியிலும் நீர்ப்பசையுள்ளது. மூளையிலும் நீர்ப்பசையுள்ளது. நுரையீரல், தொண்டை, வாய் ஆகியவற்றிலும் நீர்ப்பசையுள்ளது. இவை மிகுந்தாலும் குறைந்தாலும் நோய் வரும்.

கபத்தின் ஆதிக்கம் மிக அதிகமானால், காக்கும் சக்தியாகிய பித்தம் அடங்கிவிடும். அப்படி பித்தம் அடங்கினால், உயிரானது செயல்படாமல் அடங்கி விடும். ஆகவே இறப்பு ஏற்படும். இதனையே நாடி நூலில், "பித்தம் அடங்கினால் பேசாமல் போய்விடும்" என்று குறிப்பிடப்பட்டிருக்கிறது.

ஐயம் என்ற தத்துவம் சித்தர் தேரரின் கூற்றுப்படி "சேட்ப சீதமாய்த் துடைத்து" எனக் கூறப்பட்டுள்ளது. எனவே இறுதி காலத்தில் இது உடலின் அழிவிற்குக் காரணமாயுள்ளது. அப்படியென்றால் உயிர்வாழும் காலத்தில் அதன் பணி என்ன?

"சேட்ப சீதமாய்த் துடைத்து" என்பதற்கிணங்க, அது நாள்தோறும் நீர்த்துவமாக நின்று, தேவையற்ற பொருள்களைத் துடைத்து வெளியேற்றும் என்பது பொருளாகிறது. எனவே கழிவு மண்டலம் (Excretory process) என்பது கபத்தின் தொழிலாகக் கருதலாம். மலம், சிறுநீர், வியர்வை, மும்மலம், அறுநீர் ஆகியவற்றையும் சீரான நிலையில் வைத்து, உடம்பிலுள்ள அனைத்துக் கருவிகளையும் சீராக வைத்து, தேவையற்ற கழிவுப் பொருள்களை வெளியேற்றிக் கொண்டேயிருப்பது கபத்தின் செயலாகும்.

இதில் குறை ஏற்பட்டால், கழிவுப் பொருள்கள் உடம்பின் பல பாகங்களில் தங்கி, நோயை உண்டாக்கும். கழிவுப் பொருள்களை வெளியேற்றும் செயல் அதிகமானாலும் நோயுண்டாகும். எடுத்துக்காட்டாக, "மலம் போனால் பலம் போச்சு" என்ற தொடரின்படி, மலக்குடலில் கொஞ்சம் மலம் தங்கியிருக்க

வேண்டும். மலம் முழுவதும் வெளியேற்றப்பட்டு விட்டால் உடலின் பலம் போய்விடும்.

உயிர் உடலில் செயல்படாத நிலை உண்டாவதற்குக் கபம் என்ற தத்துவத்தின் முழு ஆதிக்கமே காரணமாகும். இது காக்கும் சக்தியாகிய பித்தத்தின் செயல்களைத் தடுத்துவிடுவதால் உயிருக்கு ஆபத்து உண்டாகும் நிலை உருவாகிறது.

இவற்றைச் சரிவிகிதங்களில் வைப்பதற்காகவே சித்தர்கள் மருந்துகள், நோயில்லா நெறி ஒழுக்கங்கள், யோகப்பயிற்சிகள் ஆகியவற்றை நமக்குச் சொல்லிச் சென்றார்கள்.

முப்பற்றுகள் (மூவேடணை)

ஏடணைகள் மூன்று எனத் தத்துவம் (யூகி முனி) கூறுகிறது. அவையாவன: 1. பொருட்பற்று (அர்த்தவேடணை), 2. மக்கட்பற்று (புத்திரவேடணை), 3. உலகப்பற்று (உலகவேடணை) என்பனவாகும்.

பொருள் பற்று

உலகில் பிறந்த உயிர்களுக்கெல்லாம் உணவு என்ற பொருள் தேவை. அதன் மேல் பற்றுக் கொண்டு தேடியலைந்து, ஒவ்வொரு உயிரும் சேகரித்து உண்ணுகிறது. மனிதனும் அப்படித்தான். ஆனால் மனிதன் பேராசைகொண்டு நிறையப் பொருள் தேடிச் சேமித்து வைக்க ஆசைப்படுகிறான்.

மக்கள் பற்று

எல்லா உயிரினங்களும் தங்கள் குழந்தைகளிடம் பற்று வைக்கின்றன. மனிதனும் அவ்வாறே. ஆனால் அவன் தன் மக்களுக்காக நிறையச் சொத்து சேர்க்க வேண்டும் என்ற பேராசை கொள்கிறான்.

உலகப் பற்று

சிந்திக்கத் தெரியாத உயிரினங்கள், இருக்கும் வரை இருந்துவிட்டு மறைகின்றன. சிந்திக்கத் தெரிந்த மனிதன் மட்டும் நீண்டநாள் வாழ வேண்டும் என்ற பேராசையுடன் செயல்படுகின்றான்.

சித்தர்கள், யோகிகள், ஞானிகள் ஆகியோர் நீண்ட நாள் வாழ ஆசைப்படுகிறார்கள். ஏனெனில் அவர்களுக்கு விதிக்கப்பட்ட ஆயுளுக்குள் பதியாகிய பேறறிவைக் காண இயலுமா என்ற ஏக்கத்தில் தங்கள் ஆயுளை நீட்டிக்கும் வழிமுறைகளைக் கைகொள்கிறார்கள். ஆனால் சாதாரண மனிதனோ,

உலக இன்பங்களை நீண்டநாள் அனுபவிக்க வேண்டும் என்பதற்காக நீண்ட நாள் வாழ வேண்டும் எனப் பேராசை கொள்கிறான்.

குணம் 3

உயிரினங்களுக்கு இயற்கையாக அமைந்த குணங்கள் மூன்று. அவையாவன: 1. சத்துவ குணம், 2. இராசத குணம், 3. தாமச குணம் என்பனவாகும்.

இவை அவ்வுயிர்கள் முற்பிறவியில் செய்த நல்வினை, தீவினைகள், தாய் தந்தையரின் வினைகள், தாய்தந்தை கூடும் போதும் கருக்கூடும் போதும் உள்ள பெற்றோரின் மனநிலை, உடல்நிலை ஆகியவற்றைப் பொறுத்தும் அமையும்.

சத்துவம்

நன்மை அல்லது அமைதி. இக்குணமுடையவர்கள் அமைதியானவர்கள். நல்ல காரியங்களைப் பற்றியே சிந்திப்பதும், பேசுவதும், அதன்படி செயல்படுவதுமாகிய மூன்று காரணங்களின் தூய்மையுடையவர்கள்.

இராசதம்

மன எழுச்சி அல்லது எழுச்சியுடைய குணத்தைப் பெற்றவர்கள். இவர்கள் எல்லாவற்றிலும் வேகமாக இருப்பார்கள். எழுச்சி மிக்கவர்கள்.

தாமதம்

மயல் அல்லது மயக்கம். இக்குணமுடையவர்கள் சோம்பேறிகளாக இருப்பார்கள். எக்காரியத்தையும் திறம்படச் செய்யமாட்டார்கள். அதனால் அவர்கள் எண்ணங்களும் பேச்சுக்களும் நடவடிக்கைகளும் தூய்மையாக இருக்காது.

வினை 2

வினைகள் இரண்டாகப் பிரிக்கப்படுகின்றன. செய்யப்படும் செயல்கள் ஒன்று நன்மையில் முடியும் அல்லது தீமையில் முடியும்.

பிறருக்கு நல்வினைகள் உண்டாகும் செயல்களைச் செய்கின்றவர்களுக்கு, அவர்கள் முற்பிறவியிலும் இப்பிறவியிலும் செய்த பாவங்களின் சுமை குறையும் எனச் சித்தாந்தம் கூறுகிறது. முழுவதும் நன்மையே செய்பவர்கள் சித்தர்கள் மற்றும் யோகிகளுக்கு இணையானவர்கள். எனவே அவர்கள் மீண்டும் பிறக்கும்படி நேர்ந்தால் நல்லதொரு குடும்பத்தில் சிறந்த பண்பாளராகப் பிறப்பர். இவ்விதமே பிறவிதோறும் நல்வினைகளை இயற்றுவதால், மீண்டும் பிறவாத

நிலை ஏற்படும். மீண்டும் மீண்டும் தீவினைகளையே இயற்றுவதால் மீண்டும் பல பிறவிகள் எடுக்கும் அவலநிலை ஏற்படும் என்பது சித்தாந்தக் கொள்கை.

இராகம் 8

முற்பிறவியில் செய்த நல்வினை தீவினைகளுக்கேற்பவும், தாய் தந்தையரின் பண்புகளுக்கேற்பவும், கருத்தரிக்கும் போது பெற்றோரின் உடல்நிலை, மனநிலை இவற்றைப் பொறுத்தும் இராகம்-8ம் அமைகின்றன.

பிறக்கும் போது ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் எட்டுவிதமான பண்புகள் அமைகின்றன. அவையாவன:

1. காமம்
2. குரோதம்
3. உலோபம்
4. மோகம்
5. மதம்
6. மாற்சரியம்
7. இடும்பை
8. அகங்காரம்

என்பனவாகும். இனி அவற்றின் விளக்கத்தைக் காணலாம்:

காமம்

இதற்கு ஆசை என்று பொருள் கூறப்பட்டுள்ளது. இது பெரும்பாலும் பெண்ணாசையையே குறிக்கும். இது அனைத்து உயிரினங்களுக்கும் பொதுவானது.

குரோதம்

இதற்குப் பிணக்கு எனப் பொருள் கூறப்பட்டுள்ளது. ஒருவருக்கொருவர் கருத்துவேறுபட்டுப் பிணக்கு ஏற்படுவது இயற்கை. இப்பண்பு சிலருக்கு அதிகமாகவும், சிலருக்குக் குறைவாகவும் இருக்கலாம்.

உலோபம்

உலோபம் என்ற சொல்லுக்குப் பிடிபாடு என்று பொருள். பிறருக்கு மனமுவந்து தானம் செய்வதில் பலருக்கு உடன்பாடில்லை. எல்லாவற்றையும் தனக்கென்றே பிடித்து வைத்துக் கொள்ளும் பண்பு பிடிபாடு. சிலருக்கு இந்த உலோபம் என்ற பண்பு குறைந்திருக்கும். எதற்கு உதவலாம், உதவக் கூடாது என்ற வரன்முறையோடு உள்ளவர்களும் உண்டு.

மோகம்

இதற்குப் பிரியம் என்று பொருள் கூறப்பட்டுள்ளது. காமம் என்பது தான் கட்டிய மனைவியிடத்திற் கொள்ளும் ஆசை. மோகம் என்பது தன் மனைவியல்லாத பிறபெண்களிடத்துக் கொள்ளும் ஆசை. இந்த ஆசை பலரிடம் உண்டு. பிறன் மனை நோக்காத பேராண்மை உள்ளவர்களும் உண்டு.

மதம்

கர்வம் என்ற பொருள் இதற்குக் கூறப்பட்டுள்ளது. இதற்கு வெறி என்ற பொருளும் பொருந்தும். சில குறிப்பிட்ட எண்ணம், செயல், பேச்சு ஆகியவற்றில் சிலர் வெறியோடு இருப்பார்கள். மதம் என்ற சொல் சமயம் என்பதற்கும் பொருளாவதால், பல மதங்களைச் சார்ந்தவர்கள், தங்கள் மதமே சிறந்தது என்ற வெறியுடன் காணப்படுவது கண்கூடு. எனவே வெறி என்ற பொருளே இதற்குச் சாலப் பொருந்தும்.

மாற்சரியம்

இதற்கு உட்பகை என்ற பொருள் கூறப்பட்டுள்ளது. ஒருவர் கருத்து வேறுபாடு கொண்டு பேசினால், அதனால் கோபமடைந்த சிலர், அந்தப் பகையை வெளியில் காட்டாமல், மனதிற்குள்ளேயே வைத்துக் கொண்டு, தகுந்த காலம் வரும்வரை பழிவாங்கக் காத்திருப்பார்கள். அத்தகைய பண்புக்கு உட்பகை என்பது பொருள்.

இடும்பை

இடும்பை என்றால் துன்பம் என்று பொருள். சல்லிக்காசுகூடப் பெறாத சங்கதிகளையும் மனதில் வைத்துக் கொண்டு, சங்கடப்பட்டுக் கொண்டிருப்பவர்களும் உண்டு. அப்படிப்பட்ட பண்பே இடும்பை எனப்படும்.

தன் குற்றங்களை அறியாது, பிறர் குற்றங்களைக் கேட்டுக் கோபித்தாலும் துன்பம் உண்டாகிறது.

அகங்காரம்

தானே எல்லாவற்றிலும் தலைவன் என்று நினைத்து யாரையும் இகழ்கின்ற பண்பு அகங்காரமாகும். இப்பண்பு பெரும்பான்மையான மக்களிடம் உள்ளது. இப்பண்புக்குக் காரணமாக இருப்பது ஆணவம் என்ற உயிரைப் பற்றிய குற்றமாகும். இப்பண்பினாலேயே பலர் வாழ்க்கையில் தோல்வியுறுகிறார்கள்.

ஆனால் வாழ்க்கையில் பல வழிகளிலும் வெற்றி பெற்றவர்களும் இந்த அகங்காரப்பண்பு உடையவர்களாகத்தான் இருக்கிறார்கள்.

மேற்சொன்ன எட்டுப் பண்புகளும் மனிதருக்கு அமைந்திருப்பது இயற்கை என்றாலும் தேவையானவற்றைத் தவிர மற்றவற்றிலிருந்து விடுபட முயலவேண்டுவது அவசியம். அதற்குச் சித்தமார்க்கம் வழிகாட்டும்.

அவத்தை 5 (ஐவகை உணர்வு நிலைகள்)

உயிருக்கு ஐந்து வித உணர்வு நிலைகள் உண்டு. அவற்றையே அவத்தைகள் என்று குறிப்பிடுகிறார்கள். அவையாவன: 1. நனவு, 2. கனவு, 3. உறக்கம், 4. பேருறக்கம், 5. உயிர்ப்படக்கம் என்பனவாகும்.

நனவு

ஆறறிவு படைத்த மனிதன் மேற்சொன்ன ஐந்து நிலைகளில் நனவு நிலையிலும் இருக்கிறான். அதாவது ஆறறிவுகளோடு விழித்திருக்கும் நிலை நனவு நிலையாகும்.

கனவு

மனிதன் உறங்கும் போது, அரைகுறைத் தூக்கத்தில் கனவு காண்கிறான். அக்கனவுகளைக் காண்பது அந்த உடலில் இயங்கி வரும் உயிரேயாகும்.

உறக்கம்

மனிதன் எந்த இடைஞ்சலும் இல்லாமல் நன்கு தூங்குகின்ற போது, உயிர் இருக்கும் நிலை உறக்க நிலையாகும்.

பேருறக்கம்

மனிதன் நோய்வாய்ப்பட்டு, மயக்க நிலைக்குச் செல்லும் போது உயிருக்கு உண்டாகும் நிலை பேருறக்க நிலையாகும்.

அதேபோல் யோகிகள் அட்டாங்க யோகத்திலிருக்கும் போது, சமாதி நிலைக்கு முந்தைய உயிரின் நிலை பேருறக்க நிலையாகும்.

நோய்வாய்ப்பட்டுப் பேருறக்க நிலைக்குச் சென்ற மனிதன் சிகிச்சைகளால் படிப்படியாக உறக்க நிலை, கனவு நிலை மற்றும் நனவு நிலைக்கு மீண்டும் திரும்பக்கூடும்.

உயிர்ப்படக்கம்

நோய்வாய்ப்பட்ட மனிதன், சிகிச்சை பயனளிக்காமல் போனால், அவ்வுயிர் உயிர்ப்படக்க நிலைக்குச் சென்றுவிடும்.

சித்தர்கள், யோகிகள், ஞானிகள் அட்டாங்க யோகங்களில் வெற்றிபெற்ற பின், உயிர் சமாதி நிலைக்குச் சென்றுவிடும். இதனையும் உயிர்ப்படக்கம் எனக்கூறலாம். உயிர்ப்படக்க நிலைக்குச் சென்ற சித்தர், யோகிகளின் உயிர் மீண்டும் நனவு நிலைக்கு வரக்கூடும். ஆனால் சாதாரண மனிதனின் உயிர்ப்படக்க நிலையில் அவன் மீண்டும் நனவு நிலைக்கு வரமுடியாது.

இதேபோல் மனிதனை நனவு நிலைக்கும், ஐந்தறிவு படைத்த பிராணிகளைக் கனவு நிலைக்கும், அதற்கும் குறைந்த அறிவுடையவற்றை (தாவரங்கள்) உறக்க நிலைக்கும், மண் முதலியவற்றிலுள்ள உயிர்களை உயிர்ப்படக்க நிலைக்கும் ஒப்பிடலாம்.

5

அளவை

மரு. கு. கணபதி

முன்னுரை

அளவை என்பது பொருள்களை அளத்தலாகும். இது ஒரு பயிற்சி முறையாகும். அதாவது கண்ணால் காணும் பொருளினையும், காண முடியாத கடவுள், சீவன், சீவனின் இனமாகிய பாசம் ஆகியவைகளையும் கண்டு, கருதி கேட்டு அறிதலாகும். அதாவது இவற்றை ஐயந்திரிபற அறிய அளவை என்னும் பயிற்சி முறை பயனுள்ளதாகிறது. விரிவாகக் கூறவேண்டுமானால் காணக்கூடிய பொருளினை எண், நிறை, முகத்தல், நீட்டல் என நான்கால் அறிதலும் காண முடியாதவற்றைப் பேரறிஞர்களியற்றிய நூல்களைக் கொண்டு (ஆகமங்கள்) சிந்தித்து, சிந்தித்துத் தெரிந்து கொள்ளுதலுமாகும். இப் பயிற்சியால் விஞ்ஞான, மருத்துவக் கருத்துகளையும் எளிதில் அறிந்து கொள்ளலாம்.

அடுத்து அளவையைப் பற்றி சிவஞானசித்தியார் சுபக்கம் அளவை நூல் முதல் பாவில் கூறியுள்ளதைப் பார்க்கலாம்:

அளவை காண்டல் கருதலுரை
அபாவம் பொருளொப்பாறென்பர்
அளவை மேலும் மொழி புண்மை
ஐதி கத்தோடியல்பென நான்கு
அளவை காண்பரவையிற்றின்
மேலு மறைவ ரவையெல்லாம்
அளவை காண்டல் கருதலுரை
என்றின் மூன்றினடைங்கிடுமே

அதாவது

1. காண்டல் - காட்சி - Observation
2. கருதல் - அனுமானம் - Inference
3. உரை - ஆகமம் - Authority literature
4. அபாவம் - இன்மை - இல்லது - Preception
5. பொருள் - அருத்தாபத்தி - Presemption
6. ஒப்பு - உவமானம் -Comparison
7. ஒழிபு - பகுத்தறிதல் - Inference by elimination
8. உண்மை - சம்பவம் - Probability
9. ஐதிகம் - வழக்கு - Tradition
10. இயல்பு - இயற்கையைக் கொண்டு அறிதல் - Natural inference

என்பன அளவை முறைகளாகும்.

அளவைகளின் விளக்கம்

நம் வாழ்வில் நாள்தோறும் நம்மையும் அறியாமல் அளவைகளைப் பயன்படுத்தி வருகிறோம். அறியாமல் அளவைகளைப் பயன்படுத்தி வருகிறோம். கருதல், பொருள், ஐதிகம் என்னும் மூன்று அளவைகளும் பிற அளவைகளை விட அதிகம் நம்மையும் அறியாமல் பயன்படுகின்றன.

உதாரணம், கருதல் அல்லது அனுமானம்: திருமணம், கோடைவிடுமுறை, விசேட நாட்களில் பயணிகள் கூட்டம் அதிகரிக்கும் என யூகித்தல்.

பொருள் அல்லது அருத்தாபத்தி: நமது பேச்சு வழக்கில் மறைபொருளாகப் பேசும் அனைத்தும் அருத்தாபத்தி என்னும் அளவையில் அடங்கும்.

ஐதிகம்: சமய முறைகளின் அடிப்படையில் ஏற்படும் அனைத்து நம்பிக்கைகளும் ஐதிகத்தில் அடங்கும்.

மகாமகத்தில் நீராடினாலும், ஏகாதசி, சிவராத்திரி நோன்பிருந்தாலும் மோட்சமடையலாம் என்பது ஐதிகம்.

இவ்வாறாக அளவைகள் நம் வாழ்வில் நம்மையும் அறியாமல் பயன்படுகின்றன. இனி அளவைகளைத் தனித்தனியே காண்போம்:

காண்டல்

ஐம் பொறிகளில் கண்ணையும் அதன் தொழிலையும் கொண்ட அளவையே காண்டலாகும். ஆனால் சித்தர்கள் ஊனக்கண் மட்டுமின்றி ஞானக்கண்ணிலும் (Clairvoyance) காண்டல் என்னும் அளவையை அறிவர்.

இக் காண்டல் அளவையை 4 ஆகப் பகுக்கலாம். அவை:

சவிகற்பம்

நிருவிகற்பம்

ஐயம்

விபரீதம்

என்பனவாகும்.

1. சவிகற்பம்

என்பது நேர்மை காண்டலாகும். அதாவது நாம் காணும் பொருளின் அனைத்துப் பண்புகளையும் அறிதல். பொருளின் பெயர், குணம், வகை, தொழில் போன்றவற்றைத் தெளிவாக அறிந்து வைத்திருத்தல். இதைக் கொண்டு மீண்டும் அப்பொருளைக் காண நேரிட்டால் அதனை விளக்குவதற்கு இவ் வளவை உதவுகிறது.

மருத்துவத்தில் நோயின் குறிகுணம், வரும்வழி, நோயாளி அடையும் பாதிப்புகள் இவற்றை இவ்வளவையின் மூலம் அறிந்து, பிறிதொரு சமயத்தில் இதனை விளக்குதலாகும். இதற்கு விண்டலில்லாக் காட்சி என்னும் வேறு பெயருண்டு.

2. நிருவிகற்பம்

இது நேர்மையற்ற கண்டல். காணும் பொருளின் தன்மைகளை (குணம், தொழில்) அறியாத காண்டலாகும். ஏதோ ஒரு பொருளைப் பார்க்கிறோம் என்பதைத் தவிர அதனை விளக்க இயலாத அறியாமையே நிருவிகற்பக் காட்சியாகும்.

3. ஐயக் காண்டல்

இக் காண்டல் சந்தேகத்தின் பேரில் ஏற்படுவதாகும். குழப்பமடைவதே இதன் இயல்பாகும்.

மருத்துவத்தில் ஒத்த குறிகுணங்களை உடைய நோய்களைக் கண்டு குழப்பமடைதல் இதற்கு உதாரணம்.

4. விபரீதக் காட்சி

இது ஒன்றை வேறொன்றாக அறிவதாகும்.

மருத்துவத்தில் ஒரு நோய்க்கான குறிகுணங்களை அதற்குத் தொடர்பில்லாத வேறொரு நோயாகக் கருதிக் கொள்ளல். இது விபரீதமாகும்.

தமரக நோயின் நீலநிறமடைதலை ஈரல் நோயின் காமாலையாகக் கருதல்.

இவை தவிர, காண்டல் அளவையைக் கீழ்க் கண்டவாறும் பகுக்கலாம்:

1. பொறியால் அறிதல்

2 மனதால் அறிதல்

3. தன் வேதனைக் காட்சி

4. யோகக் காட்சி.

கருதல்

கருதல் என்பது ஊகித்தாலகும். ஒரு விஷயத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டு பிறிதொன்றை ஊகித்தலே கருதலாகும். அதாவது காரணியைக் கொண்டு காரணத்தை அறிதல், அதே போன்று காரணத்தைக் கொண்டு காரணியை அறிதல். நிகழ்வைக் கொண்டு பலனை அறிதல்; அதே போன்று பலனைக் கொண்டு நிகழ்வை அறிதல்.

இதனை மூன்றாகப் பகுக்கலாம். அவை:

- நிகழ்வு அல்லது காரணியைக் கொண்டு அதன் இயல்பை விளக்குதல் சபக்கம் எனப்படும்.
- இவ்வாறில்லாமல் அதன் இயல்பைப் பிறர் அறிய விளக்காமல் விடுதல் விபக்கம் எனப்படும்.
- இவ்விரு நிலைகளுக்கும் மத்தியில் நின்று முடிவான தீர்ப்பை உறுதியாகக் கூறல் பக்கம் எனப்படும்.

மருத்துவத்தில் நோயின் குறிகுணங்களை விளக்கி, நோய் இன்னதென்று அறிதல் சபக்கமாகும் (Provisional diagnosis).

நோயின் குறிகுணங்களைக் கொண்டு நோய் இதுதான் எனத் துணிந்து (உறுதியுடன்) கூறல் பக்கமாகும் (Confirm diagnosis).

உரை

இவ்வளவை ஆகமங்கள், வேதங்கள், உபநிடதங்கள், புராணங்கள் ஆகியவற்றை அடிப்படையாகக் கொண்டது. இது மந்திரம், தந்திரம், உபதேசம் என்று மூன்றாகப் பகுபடும்.

மருத்துவத்தில் சித்தர்களின் பாடல்களே உரையாகக் கொள்ளப்படுகின்றன. மருந்துகளின் குணங்கள், தாவரங்களின் குணங்கள், நோயின் குறிகுணங்கள் இவற்றைப் பற்றி சித்தர்கள் பாடியுள்ள பாடல்களே நமது மருத்துவத்தின் அடிப்படையாகும்.

அசீரணமின்றி சுரமும் வராது.
ஆற்றை அடைக்குமாம் அதிவிடயம்.
பித்தமடங்கினால் பேசாதே போய்விடு.

இவ்வாறான பாடல்களை அடிப்படையாக் கொண்டே நாம் பிணியறிதல், சிகிச்சை ஆகியவற்றை மேற்கொள்ள வேண்டும். மற்ற அளவைகள் யாவும் இம் மூன்று பெரும் பிரிவுகளில் அடங்கிவிடும்.

அபாவம்

இது இன்மையைக் குறிக்கும். அதாவது ஒரு குணம் இல்லாததைக் கொண்டு (Non-existence) வேறொன்று இல்லை என அறிதல்.

கதிரவன் இன்மையால் பகலில்லை, இரவு என அறிதல்.

நிலவின்மையால் வெளிச்சமில்லை (இரவில்) என அறிதல்.

மருத்துவத்தில் நோய்க்கான குறிகுணங்கள் காணப்படாமையைக் கொண்டு அந்நோய் இல்லை என அறிதலாகும்.

உதாரணம்

நீலநிறமடைதல், முழங்கால்வீக்கம், கந்தரநாளத் துடிப்பு, தமரக ஒலிகளில் மாற்றம் ஆகியவை காணப்படாமையால் நோயாளிக்குத் தமரக நோய் இல்லை என அறிதல்.

பொருள்

ஒரு விஷயத்தில் கூறப்படும் மறைபொருளை அறிதல் இவ்வளவையாகும். மருத்துவத்தில் நோயாளி கூறும் நோயின் குறிகுணங்களின் தொகுப்பைக் கொண்டு மறைந்திருக்கும் நோயை அறிதலாகும்.

உதாரணம்

அசீரணம், மந்தம் போன்ற குறி குணங்களில்லை, ஆனால் சுரம் காய்கிறது என்று நோயாளி கூறுவானாயின் நோயாளிக்குச் சுரம் இல்லை எனப் பொருள் கொள்ளலாம். ஏனெனில் "அசீரணமின்றி சுரமும் வராது, மந்தமின்றி சுரமும் வராது" எனக் கூறப்பட்டிருப்பதால் நோயாளியின் கூற்றை மறுக்கலாம்.

ஒப்பு அல்லது உபமானம்

இது ஒப்பிடலாகும். தெரிந்த குணங்களுடைய பொருளை அதனுடன் ஒத்த, சிறிதே வேறுபட்ட பொருளை ஒப்பிட்டுக் கூறல் இவ்வளவையாகும்.

உதாரணம்: குயில் காக்கையைப் போன்றிருக்கும் எனல்.

ஒழிபு

இது குணங்களின் இன்மையைக் கொண்டு, மீதமுள்ள பண்பின் அடிப்படையில் (Residual character) பொருள்களை அறியும் அளவையாகும்.

பரதனும், சத்ருகனனும் நாடாண்டனர் என்றால் இராமன், இலக்குவன் இருவரும் வனம் சென்றனர் என்பதே ஒழிபாகும்.

உண்மை

இது காலம் காலமாய் என்றும் மாறாமல் இருக்கும் அளவையாகும். மருத்துவத்தில் உடல் தத்துவம் (Physiology) இவ்வகையில் அடங்கும். நமது உடற் செயல்பாடு என்றும் மாறாமல் நடைபெற்று வருவது. இது உண்மையில் அடங்கும்.

ஐதிகம்

காலம் காலமாய் வரும் நமது நம்பிக்கையே ஐதிகமாகும்.

இயல்பு

இயற்கையாய் நடைபெறும் நிகழ்வுகளே இயல்பாகக் கருதப்படும். பூமி சுழலல், சூரியன் உதித்தல் முதலியன இயல்பாக நடைபெற்று வருவன.

அளவை நூல் பயிற்சியானது தத்துவ ஆராய்ச்சிக்கு எந்த அளவிற்குப் பயன்படுகின்றதோ அதே அளவு மருத்துவச் செயல்பாடுகளுக்கும் பயன்படுகின்றது என்பது சித்த மருத்துவர்கள் அனுபவத்தில் கண்ட உண்மையாகும்.

6

அட்டாங்க யோகம்

மரு. கு. கணபதி

முன்னுரை

யோகம் எனப்படுவது ஒரு பொருளோடு ஒரு பொருளையோ, பல பொருள்களையோ இரண்டற ஒன்ற வைப்பது. மானிடராய்ப் பிறந்த யாவர்க்கும் மனம், புத்தி, சித்தம், அகங்காரம் என்ற அந்தக்கரணங்கள் நான்கு உண்டு என்பது யாவரும் அறிந்த உண்மை. ஒருவகைப்பட்ட நல்ல எண்ணங்களின் வழிப்பிறந்த குறிக்கோளைப் புத்தி வகுத்துத் தர, அதன்பால் சித்தத்தைச் செலுத்தி முயன்று முயன்று வெற்றி காண்பது 'சித்தி' என்று கூறப்பெறும். இவ்வகையில் வெற்றி கண்ட மகான்களே சித்தர்கள் எனக் கூறப்பெறுபவர். ஆகவே மனம், புத்தி, சித்தம் என்ற அந்தக் கரணங்களை ஒன்றிக்கவல்ல திறமையுடையவர்கள் சித்தர்கள் என்பதாயிற்று. இத்தகைய பெரியோர்கள் அகங்காரத்தை அறவே நீத்தவர்கள்.

உயிரும் உடலும் சித்தியடைதலையே தேடிய சித்தர்கள் அன்பாலும், யோகவழி நிலையாலும் மணி, மருந்து, மந்திரங்களின் துணையாலும் அமிர்த சித்தியாகிய இறவாத நிலையென்னும் உருவ சித்தியும், அருவ சித்தியும், உருவ அருவ சித்தியும் பெற்றார்கள். இவற்றில் மேல் கூறப்பட்ட 'மந்திரம்' என்பது எட்டு யோக நிலைகளையும் (அட்டாங்க யோக நிலைகள்) குறிக்குமென்பதாம். அவை:

1. நன்னடக்கை -இயமம்
2. நற்செயல் - நியமம்
3. இருக்கை - ஆசனம்
4. சரப்பழக்கம் - பிராணாயாமம்

5. புலனடக்கல் - பிரத்தியாகாரம்

6. மூச்சடக்கல் - மனமடக்கல், தாரணை

7. தன்னையடக்கல் - தியானம், தந்திரம், ஆத்ம சொரூபம் அறிதல்

8. இரண்டறக் கலத்தல் - சமாதி

என்பனவாகும்.

அட்டாங்க யோகம் அல்லது அகத்தவம் எட்டு ஆகிய இதனைத் திருமந்திரம்

இயம நியமமே எண்ணிலா ஆதனம்
நயமுறு பிராணா யாமம்பிரத் தியாகாரஞ்
சயமிகு தாரணை தியானஞ் சமாதி
அயமுறும் அட்டாங்க மாவது மாமே.

என்று குறிப்பிடுகின்றது.

இயம நியமம்

மாவும் மாக்களும் ஐயறி வினவே
மக்கள் தாமே ஆறறிவுயிரே

என்கிறது தொல்காப்பியம். இதனால் ஏனைய உயிர்களை விட மக்கள் அறிவிற் கூடியவர்கள் என்று தெளிவாகிறது. எனினும் மனிதன் தனக்குள்ள அதிகப்படியான அறிவினால் நன்மை தீமைகளைப் பகுத்துணர்த்து ஒழுக்கத்துடன் வாழும்போதுதான் சிறப்படைகிறான். நம் முன்னோர்களால் ஒழுக்கம் உயிரினும் மேம்பட்டதாக எண்ணப்பட்டது. இதனைத் திருவள்ளுவர்

ஒழுக்கம் விழுப்பந் தரலான் ஒழுக்கம்
உயிரினும் ஓம்பப் படும்.

எனத் திருக்குறளில் கூறுகிறார். இவ்வாறான சிறப்பான ஒழுக்கமாவது நல்மனம், நற்செயல் இவற்றால் ஏற்படுவது. மனத்தூய்மை இயமம் என்றும், செயல் தூய்மை நியமம் என்றும் பொருளாம். மனமும் செயலும் தூய்மையானால் மனிதன் கவலை, துன்பம் ஆகியவற்றால் தாக்கப்பட மாட்டான். இதனால் அவன் நரை, திரை, மூப்பு, பிணி ஆகியவைகட்கு அப்பாற்பட்டு வாழ முடியும் என்பது சித்தர்கள் கருத்து. மனதின் தொழில் நினைத்தல். நினைத்தலால் செய்யப்படுவது செயல். இவை இரண்டும் ஒன்றுக்கொன்று தொடர்புடையன.

நல்ல செயல்களைச் செய்வதும், நல்ல மனதினைக் கொண்டிருத்தலும் கற்பமாகும். தீச் செயலைப் புரிந்த ஒருவன் தன் மனதிலுண்டாகும் எண்ணங்களாலும் கவலைகளாலும் களைப்படைந்து, சோர்வுற்றுத் துன்புறுவான். கொடிய செயல்களைப் புரிந்தால் மனம் அதை மறப்பதில்லை. இதைத் 'தன் நெஞ்சே தன்னைச்சுடும்' என்று வழங்கும் முதுமொழியால் அறியலாம். தீச்செயல் புரிவதால் மனப்போராட்டம் உண்டாய் மனவேதனை உண்டாகும். அது கவலையாகும். கவலையால் நரையுண்டாகும். நரையால் மூப்புண்டாம். இதனால் பிணியும் உண்டாகி, விரைவில் மரணத்தை உண்டாக்கும். நல்ல செயல்கள் செய்து வந்தால் அது ஒருவனைப் பன்னெடுங்காலம் நரை, திரை,மூப்பு, பிணி இன்றி வாழச் செய்யும். அவனுடைய சாவைத் தடுக்கும் ஆற்றலும் அதற்குண்டு. இதைத் திருவள்ளுவர்

வீழ்நாள் படாஅமை நன்றாற்றின் அஃதொருவன்
வாழ்நாள் வழியடைக்குங் கல்

என்று கூறுகிறார்.

நியமம் தவறி தீச்செயல் செய்வதால் இருவகையான தீங்குகள் ஏற்படும். ஒன்று அச்செயலால் உடலுக்கு உண்டாகும் கேடு. மற்றது மனதுக்கு உண்டாகும் கேடு. மனதுக்கு உண்டாகும் கேடு இயமத்துடன் சாரும். உடலுக்கு உண்டாகும் கேட்டினைக் கீழ்வருவனவற்றால் தெரிந்து கொள்ளலாம்:

- ஆகார நியதிகளும், நாள் ஒழுக்கமும் தவறின் அது நோய்வாய்ப்படுத்தும்.
- குறைவான உணவு, மிகுந்த உணவு, காலந் தப்பிய உணவு இவை மாறுபாடுள்ள உணவு எனப்படும்.
- இவ்வாறு மாறுபாடுள்ள உணவு உட்கொண்டால் உடல் பல பிணிகளுக்கு உட்படும்.
- இது போலவே பல்துலக்கல், குளித்தல் போன்ற நாள் ஒழுக்கங்கள் தவறினும் பிணிகள் உண்டாகும்.
- கட்குடி போன்ற தீய பழக்கங்கள் உடலைக் கேடுறச் செய்யும்.
- காமத்தால் பொருட் செலவும், கடும் நோய்களும் உண்டாகும். சண்டை முதலியவற்றால் உடல் நைந்து வருத்தமுறும்.

- ❖ இவ்வாறான நியமம் தவறிய எல்லாச் செயல்களும் பெருந் தீங்கை விளைவித்து வாழ்நாட்களைக் குறைக்கும்.
- ❖ இவை உடலையும் மனதையும் பாதிக்கச் செய்யும் தன்மையுடையவை.

இனி இயமமான நம் மனது பற்றி கூறுமிடத்து, மனம், என்றால் என்ன என்று முதலில் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். மனம் உள்ளம், அகம், நெஞ்சு என்று வேறு சொற்களாலும் தமிழ் நூற்களில் கூறப்படுகிறது. தத்துவங்கள் தொண்ணூற்றாறில் கரணம் நான்கு. அவை: மனம், புத்தி, சித்தம், அகங்காரம் என்பன. கரணத்திற்குத் துணையாய் நிற்பவை அறிவு, பொறி, புலன், தொழிற்கருவிகள் ஆகியவையாம். இவை அறிதல், செய்தல் ஆகியவற்றிற்கு அடிப்படை. மனதிலேதான் எண்ணங்கள் தோன்றும். புத்தி அவ்வெண்ணங்களை ஆராயும். சித்தம் முடிவெடுக்கும். அகங்காரம் அதை நிலைப்படுத்தும். இவ்வாறாகப் பிரித்துக் கூறப்பட்டாலும், இந்நான்கும் எப்போதும் சேர்ந்தே தொழில் செய்கின்றன. எண்ணுகின்ற மனதினைக் குரங்கிற்கு ஒப்பிடுவர். எவ்வாறு குரங்கானது கிளை தோறும் தாவிக் கொண்டிருக்கிறதோ அவ்வாறே மனமும் ஒரு நிலையில் இருப்பதில்லை. மனக்குரங்கை அதன் போக்குப்படி விட்டால் அது நம்மை மிக்க இக்கட்டான நிலைக்கு ஆளாக்கிவிடும். அதை அடக்கிவிட்டால் நன்மையாம். இதனாலேயே கிரேக்க நாட்டு தத்துவஞானியான சாக்கிரடிசு "மனம் ஒரு நல்ல வேலைக்காரன்; ஆனால் மோசமான எசமான்" என்று கூறியிருக்கிறார். மனதை ஒருமைப்படுத்தும் எண்ணத்துடனேயே நம் நாட்டில் இறை வழிபாடு, தவம் முதலானவைச் செய்யப்பட்டன.

ஒவ்வொரு உடலுறுப்புடனும் இணைக்கப்பட்டிருக்கும் நரம்பு உணர்ச்சிகளை மனம் சார்ந்து நிற்கிறது. அதனால்தான் அளவுக்கு மிஞ்சி கோபம் ஏற்படும்போது, கண் சிவந்து, உடல் சூடேறுகிறது. கோபம் தணிந்ததும் களைப்பும் சோர்வும் உண்டாகின்றன. மனதில் மாறுதல் உண்டாகிறபோது உடலிலும் மாறுதல் உண்டாகிறது. அவ்வாறே உடலில் உண்டாகும் மாறுதல் மனதையும் மாற்றியமைக்கிறது. இதனால் உள்ளத்துக்கும் உடலுக்கும் உள்ள நெருக்கமான பிணிப்பை நாம் தெரிந்து கொள்ளலாம்.

மனம் தூய்மையானால் அது உடலுக்குக் கேடு விளைவிப்பதில்லை. நன்மையுண்டாக்கும். உடலை நல்ல நிலையில் வைத்திருக்க மனத்தூய்மை வேண்டும்.

"மனநலம் மன்னுயிர்க் காக்கம்"

என்று திருவள்ளுவர் இயமத்தின் சிறப்பைக் கூறுகிறார். மேலும் மனதால் உண்டாகும் காமம், வெகுளி, மயக்கம், அவா, துன்பம் ஆகியவை நீங்கப்பெறின் உடலைப் பிணி சேராது. இதனை:

காமம் வெகுளி மயக்கம் இவை மூன்றன்
நாமங் கெடக்கெடும் நோய்.
ஆரா இயற்கை அவாநீர்ப்பின் அந்நிலையே
பேரா இயற்கை தரும்.

என்று திருவள்ளுவர் கூறுகிறார். மனம் தூய்மையானால் அது ஒன்றே போதுமானது. வேறு எதுவும் முக்கியமல்ல என்கிறார் அகத்தியர். இதனை,

மனமது செம்மை யானால் மந்திரஞ் செபிக்க வேண்டா
மனமது செம்மை யானால் வாயுவை உயர்த்த வேண்டா
மனமது செம்மை யானால் வாசியை நிறுத்த வேண்டா
மனமது செம்மை யானால் மந்திரஞ் செம்மையாமே

என்ற அவருடைய ஞானப்பாடலால் அறியலாம்.

மனதின் அழுக்கு அகல வேண்டுமாயின் அதனோடு பிணைப்புண்ட பொறி, புலனாதிகளும், தொழிற்கருவிகளும் அடக்கப்பட வேண்டும். மனதின் முடிவுக் கருவியான ஆங்காரத்தை அடக்கி, புலன்களை நீக்கினால் வீட்டின்பம் நுகரலாம்.

ஆங்காரம் உள்ளடக்கி ஐம்புலனைச் சுட்டறுத்து
தூங்காமல் தூங்கி சுகம் பெறுவ தெக்காலம்

என்று சித்தர் ஒருவர் புலம்புகிறார்.

ஆசனம்

பொதுவாக ஆசனங்கள் என்ற இருக்கை யாவும் உடற்பயிற்சி போன்றவைகளே. எனினும் இவை பொதுவான உடற்பயிற்சிகளின்றும் செயலிலும் நிலையிலும் வேறுபடுகின்றன. எவ்வாறெனில், பொது உடற்பயிற்சிகள் உடலின் மேற்புறமுள்ள உடல் தாதுக்களையே வன்மைபடுத்துகின்றன. ஆனால் யோக இருக்கைகளோ உடலின் உள் உறுப்புகளை வன்மைபடுத்துகின்றன. சித்தர்கள் சில இருக்கைகளில் இருந்து, வளிநிலையறிந்து, குண்டலினி சக்தியை எழுப்பி, மதியமுதுண்டு பேரின்பம் என்ற சிவநிலையைக் கண்டனர். இவர்கள் உடலும் மெய்ப்பொருளாயிற்று. இதனாலேயே சித்தர்கள் கடவுளைக் கண்டு தெளிந்தவர்கள் என்றும், பக்தர்கள் கடவுளைக் காண முயல்பவர்கள் என்றும் பேரறிஞர்கள் கூறிப் போந்தனர்.

வகைகள்

ஆசனங்கள் தொகையால் எண்ணற்றன. இதனைத் திருமூலர் "பல் ஆதனம்", "எண்ணிலா ஆதனம்" என்று குறிப்பதால் அறியலாம். சிவயோகம் அல்லது இராசயோகம் பண்ணுங்காலத்து சித்தாசனம் என்ற ஆசனமும், இல்லறத்தார்க்கு வாயுதாரணை என்னும் உயிர்ப்பு பண்ணும் காலத்து பத்மாசனமும் சிறந்ததென்று 'அட்டாங்கயோக நூற்கள்' கூறுகின்றன. ஞான சாதனைக்குரிய ஆசனங்களாக பத்திரம், வீரம், பதுமம், கோமுகம், குக்குடம் ஆகிய ஐந்து கூறப் பட்டுள்ளன.

நன்மைகள்

யோகாசனப் பயிற்சி செய்வதினால் உடலின் உள்ளுறுப்புகள் பலமடைகின்றன. உடலில் வீணான சதைப் பிடிப்புகள் ஏற்படுவதில்லை. உடல் அழகுடன் வளர்ந்து, நோய் இன்றியும் உரத்துடனும் இருக்கும். யோகாசனம் உடலின் எல்லா பகுதிகட்கும் குருதிச் சுற்றோட்டத்தை உண்டாக்கும். சுறுசுறுப்பு, புத்தி, தெளிவு, நினைவாற்றல் முதலானவை உண்டாகும். இந்தப் பயிற்சி செய்துவந்த பலர் நரை, திரை, மூப்பு, பிணி இவை இன்றி வாழ்வதைக் காணலாம். இவை உடலை நன்னிலையில் வைத்திருப்பது மட்டுமின்றி, பிணிகள் உடலிற் சேராது தடுக்கின்றன. பிணி வந்தாலும் அவற்றை நீக்குகின்றன. மேலும் இப்பயிற்சியின் மூலம் மனம் தூய்மையாகி, ஒருமைப்பட்டு எழுச்சி உண்டாகும்.

விதிமுறைகள்

யோகாசனம் செய்ய மான்தோல், புலித்தோல் சித்திராசனம் (சித்திரக் கம்பளம்), வெண்துகில், தருப்பை ஆகிய ஆசனங்கள் சிறந்தவை. மேடு பள்ளமில்லா சமதளத்தில் ஆசனம் செய்ய வேண்டும். கூனுதல் குறுகுருதல் தவிர்த்து நேராய் இருக்க வேண்டும். பயிற்சிகள் பொதுவாயும், நிதானமாயும் செய்யப்பட வேண்டும். வயிறு நிறைய உண்டபின் இருக்கைப் பயிற்சி செய்யலாகாது. உணவுண்டு சில மணிநேரம் கழித்தே இதைச் செய்ய வேண்டும். இதுபோலவே மலம், சிறுநீர் ஆகியவையும் உடலில் தேங்கி இருத்தலாகாது. இவற்றை வெளியாக்கிய பின்னரே பயிற்சி செய்ய வேண்டும். பயிற்சி செய்யுமிடம் நல்ல காற்றோட்டமுள்ளதாய் இருக்க வேண்டும். பயிற்சியின் போது வாயினால் மூச்சுவிடல் அல்லது வாங்கல் கூடாது. மூக்கினாலேயே சுவாசிக்க வேண்டும். யோகாசனம் செய்ய, இதுபற்றி நன்றாய் அறிந்த ஆசிரியர் துணை வேண்டும். எவரது துணையுமின்றிப் பிசகாகப் பழக்கம் பண்ணினால் பல கேடுகள் உண்டாகக் கூடும்.

"சித்தமருத்துவம் தொகுதி-3 சிறப்பியல்" என்னும் நூலில் யோகங்கள் விரிவாகக் கூறப்பட்டுள்ளன.

பிராணாயாமம்

தீயகம் என்று இன்றைய அறிவியலால் அழைக்கப்படும் உயிர்க்கால் அல்லது பிராணவாயு அனைத்து உயிரினங்களுக்கும் மிகமிக இன்றியமையாதது. இது உயிருக்கு ஆதாரமாக எண்ணப்பட்டதாலேயே இவ்வாறு பெயர் பெற்றது. இந்த உயிர்க்காலின் இயக்கமே சரம் எனப்படுகிறது. இது மூக்கின் இரண்டு துளைகளின் வழியாக உள் நுழைதலும் வெளிச் செல்லலுமாயிருக்கும். இடப்பக்கத் துளை 'இடகலை' எனவும், வலப்பக்கத் துளை 'பிங்கலை' எனவும் சொல்லப்படுவனவாம். மேலும் இரண்டு துளைகளிலும் போக்குவரவு புரிவதைச் 'சுழுமுனை' எனவும் கூறப்படும். இதனையே திருமூலர்

வெள்ளி வெண்டிங்கள் விளங்கும் புதன் இடம்
தெள்ளிய ஞாயிறு செவ்வாய் சனிவலம்
வள்ளிய வியாழன் வளர்பிறைக் கோஇடம்
ஒள்ளிய தேய்பிறைக் கேவல மாமே

என்று தம்முடைய நாடிப்பாடல்களில் குறிப்பிடுகிறார். அதாவது ஒவ்வொரு மூக்குத் துளையிலும் ஐந்து நாழிகை (இரண்டு மணிநேரம்) தான் மூச்சு நடக்கும். அவ்வாறு நடப்பதும் திங்கள், புதன், வெள்ளிக் கிழமைகளில் இடது மூக்குத் துளையில் விடியற்காலை நான்கு மணியிற் தொடங்கி, ஐந்து நாழிகைகளாக (இரண்டு மணி நேரம்) ஒவ்வொரு மூக்குத் துளையாக மாறிமாறி நடக்கும். இதே போல் செவ்வாய், சனி, ஞாயிற்றுக் கிழமைகளில் வல மூக்குத் துளையில் ஆரம்பித்து மாறிமாறி நடக்கும். மேலும் வியாழக்கிழமை வளர்பிறையில் இட மூக்குத் துளையிலும், தேய்பிறையில் வலமூக்குத் துளையிலும் ஆரம்பித்து மாறிமாறி நடைபெறும்.

மேற்குறிப்பிட்டது போலன்றி சுவாசம் மாறி நடப்பின் பிணியாம். அதாவது குறிப்பிட்ட இரண்டு மணி நேரங்கள் வலது/ இடது நாசித்துவாரம் மாறி நடந்தால் பிணி உண்டாகும். அதைப் பயிற்சியின் மூலம் சரிப்படுத்தலாம். இரு நாசியிலும் வாயு ஓடுகின்ற சுழுமுனை காலத்தில் சுவாசபந்தனம் என்னும் பிராணாயமாம் செய்வது நன்று.

பிராணாயாமத்தின் தத்துவம்

பிராணவாயுவின் அசைவு எதுவோ அதுவே சித்தத்தின் அசைவென்றும், பிராணவாயுவின் சலனத்தை வென்றால் சித்தத்தை வயப்படுத்தலாம் என்றும் கூறுவர்.

பிராணவாயு உட்கொள்ளுவதைப் பூரகம் என்றும், அதை நிறுத்துவதைக் கும்பகம் என்றும், கும்பித்த வாயுவை வெளிப்படுத்துவது இரேசகம் எனவும் கூறப்படும். இவற்றின் கால மாத்திரை அளவு பூரகத்துக்கு 16, கும்பகத்துக்கு 64, இரேசகத்துக்கு 32.

எனவே பூரக, கும்பக,இரேசக விகிதம் 1:4:2 என்றபடி இருக்கும். வளிகள் 12 விரல் அளவு உட்செல்லுதல், வெளிச்செல்லுதல் ஆகிய சலனமடைகின்றன. இவ்வாறான 12 விரல் அளவுகளில் 8 விரல் அளவு உடலுட் பெறப்பட்டு மற்ற 4 விரல் அளவு வீணாகக் கழிவதால் வாழ்நாள் வீணாம் என்றும், இந்நான்கையும் உடலிற் சேர்க்க கற்பமாகும் என்றும் தெளியலாம்.

சில முக்கிய விதிகள்

பிராணாயாமம் செய்ய சாத்வீக குணம் வேண்டும். மூவகை நாடிகள், வாயுக்கள் இவற்றின் தத்துவங்களை முதலில் நன்கு உணர்ந்து, பின்னரே இப் பயிற்சியைச் செய்ய வேண்டும். இப்பயிற்சி செய்ய நல்ல காற்றோட்டமுள்ள இடம் வேண்டும். தரை ஈரமற்றதாய் இருக்க வேண்டும். பனியும் குளிருமில்லாத காலத்து நதிக்கரை, ஏரிக்கரை, தோட்டம், வெளி, மலைப்பகுதி இவ்விடங்களில் செய்யலாம்.

மனதை ஒருமைப்படுத்தி இயம, நியமாதிகளைக் கைக்கொண்டு தினமும் பயில வேண்டும். வாயுதாரணை செய்பவர் அரிசி, கோதுமை, நெய், பால், தயிர், மோர் இவை உண்ணலாம். அரை வயிறு அன்னமும் கால்வயிறு நீரும் உண்டு,மீதிக் கால் வயிறு வெறுமையாய் இருக்க வேண்டும். புளிப்பு, இனிப்பு, உவர்ப்பு, கார்ப்புப் பொருட்களைக் கூடுமானவரை விலக்குவதும் மது, மாமிசம் நீக்குவதும் நன்று.

இல்லறத்தார், துறவறத்தார் ஆகிய இருபாலாரும் இதைச் செய்யலாம்.

அருணோதயம் முதல் 3 நாழிகை, மத்தியானம், சூரியன் படுவதன் முன்னும் பின்னுமாக 2 முகூர்த்தமென்ற 4 நாழிகை, அர்த்தராத்திரி ஆக நான்கு முறை செய்ய வேண்டும். காலம் அல்லது வேளை ஒன்றுக்கு 20 அல்லது 30 பிராணாயாமம் செய்யலாம்.

மூச்சை வெளிவிடல், உள்வாங்கலை மெதுவாயும், நிதானமாயும் செய்ய வேண்டும். பூரித்த நாடியாலேயே இரேசகம் செய்தால் வியர்வை, நடுக்கம் ஆகிய துன்பங்கள் உண்டாம். வேகமாய் இரேசித்தால் பலக்குறைவு ஏற்படும். எதனால் பூரிக்கப்பட்டதோ அதற்கு அன்னியமான நாடியால் இரேசிக்க வேண்டும். ஆனால் எதனால் இரேசிக்கப்பட்டதோ அதனாலேயே பூரிக்கலாம். வலது நாசியில் வாசியோட்டம் செய்து பழகுவதே சிறந்தது என்பது சிலரது அனுபவமான கருத்தாகும்.

பிராணாயாமம் பழகுவோர் உண்ணும் போதும், உறங்கும் போதும், புணர்ச்சி காலத்திலும், இலை, காய் முதலியவற்றை அருந்தும் போதும், மற்றும் எல்லாக் காலங்களிலும் வலது நாசியின் வழியாக சுவாசத்தை உள் இழுத்து (பதினாறு மாத்திரை), மேல் நோக்கி ஸ்தம்பித்து நிறுத்தி (32 மாத்திரையளவு), அப்பால் வெளியில் விட்டும் (16 மாத்திரையளவு)-இதே மாதிரியாக இடது நாசியின் வழியாய் சுவாசத்தை நடத்தியும், நாளடைவில் பழக்கத்தினால் சுவாசம் முற்றிலும் உட்தங்கும்படி அப்பியாசித்தும் வந்தால் அவர் நீடுழிகாலம் வாழலாம்.பிராணாயாமம் பழகுவோர், "ஓம்" என்ற பிரணவ மந்திரத்தைச் செபித்தல் வேண்டுமெனக் கூறப்பட்டுள்ளது.

செய்யும் முறை

இடதுகைக் கட்டை விரலால் இடது நாசித்துளையை மூடிக்கொண்டு, வலது கையால் மெதுவாக காற்றை உள்ளே பூரிக்க வேண்டும்.

பிறகு வலது நாசித்துளையையும் மோதிரவிரல், சிறு விரல்களால் மூடிக்கொண்டு மூச்சை அப்படியே கும்பகம் செய்ய வேண்டும். முடிந்த வரை அடக்கிக் கொண்டால் போதுமானது. சிரமப்பட்டு அடக்க வேண்டியதில்லை.

அடுத்து, இடதுகைக் கட்டை விரலை எடுத்து விட்டு. மிகமிக மெதுவாக நாசித்துளை வழியாகக் காற்றை இரேசிக்க வேண்டும்.

இனி முன்போலவே இட மூக்குத் துளை வழியாக காற்றைப் பூரகம் செய்து, சற்று நேரம் கும்பித்து, வல நாசித்துவாரம் வழியாக இரேசிக்க வேண்டும். இதுவே ஒரு பிராணாயாமம் ஆகும். இதுபோல் தொடர்ந்து செய்ய வேண்டும். தொடக்கத்தில் குறைவான பயிற்சி செய்து நாளாவட்டத்தில் பெருகிக் கொண்டே போகலாம்.

வெளிவிடும் மூச்சு அம்(ஹம்) என்ற ஒலியுடனும், உள் வாங்கும் மூச்சு சம்(ஸம்) என்ற ஓசையுடனும் இருக்குமென்பர். இதை நுணுக்கமாய் அறிய வேண்டும்.

பிராணாயாமத்தின் பயன்கள்

பிராணாயாமம் எனப்படுகின்ற வாசியின் பயனைச் சுந்தரானந்தர் என்னும் சித்தர் பின்வருமாறு குறிப்பிடுகின்றார்: வாசியைக் கொண்டு சகல நன்மைகளும் பெற ஏதுவுண்டு. வாசியைக் கட்டுவதால் மனம் கட்டுப்படும். பொறி, புலன்களும் வெளித் தோற்றத்திலீடுபடா. உள் நோக்கி மனதோடு சேர்ந்து கட்டுப்படுவனவாகும். மனம் கட்டுப்பட்டால் யோகம் சித்தியாகும். அறிவு தானே விருத்தியாகும். இங்கே அறிவு என்பது சீவாத்மா, பரமாத்மாவைப் பற்றிய ஞானம் ஆகும். சினமும் கட்டுப்படும். அதாவது ஆணவம், கன்மம், மாயை ஆகிய மும்மலங்களும் ஒழியும். தவமும் கிட்டும். மனம் போல் வாழ ஏதுவாகும். அட்டாங்க யோகம், அட்டமாசித்து யாவும் கைகூடும். சிவ நிலையையும் அடையாலம். ஐசுவரியமுண்டாகும். வறுமையிராது. செகச்சால வித்தைகளும் கைகூடும். அறிவாகிய இரசத்தைக் கட்டக்கூடிய அறிவைப் போதிப்பவரே குரு அல்லது ஆசான் எனப்படுவர். இதனைக் கைமுறையாய் செய்து அனுபவித்து, அனுபவ சித்தமான அறிவைப் பெறல் வேண்டும்.

பிரத்தியாகாரம்

ஐம்புலன்களையும் அடக்கி ஒருவழிப்படுத்தி, உள்ளம் வேறொன்றையும் எண்ணாதிருக்கும்படிச் செய்வது. இதனால்தான் நோயாளியின் பிணியை இன்னதெனத் திட்டமாக ஆராய்ந்தறியவும் முடியும். மேலும் முன்பே கூறப்பட்டது போல மனதின் அழுக்கு அகல வேண்டுமாயின் அதனோடு பிணைப்புண்ட பொறி, புலனாதிகளும் அடக்கப்படவேண்டும். இவை அடங்கக் காரணம் சுத்தியாம். மனதின் முடிவுக் கருவியான ஆங்காரத்தை அடக்கி, புலன்களை நீக்கினால் வீட்டின்பம் நுகரலாம்.

தாரணை

தாரணை என்பதாவது ஒரே எண்ணம். மனதைத் தன்வசப்படுத்திக் குறித்த பொருள் ஒன்றினையே எண்ணும்படிச் செய்தல். இதனால், தான் ஆராயும் ஒரு நோயாளியைப் பற்றியும் நோயின் நிலையைப் பற்றியும் நன்கு அறிந்து கொள்ளமுடியும்.

தியானம்

குறித்த ஒரு பொருளைப் பற்றி இடைவிடாமல் சிந்திப்பது, ஐம்புலன்களைத் தன் திரம் கொண்டு சிதற வொட்டாமல் காத்தல் ஆகும்.

சமாதி

சமமான நிலையில் இருப்பதுவே சமாதி. நோயாளியின் நிலையில் தன்னை வைத்து, நோயாளியின் நிலையை ஆராய்தல். கடவுளைச் சேர்ந்து கடவுள் வேறு, தான் வேறு என்று வேறுபாடில்லாமல் இருக்கும் நிலையும் சமாதி ஆகும்.

தாரணை, தியானம், சமாதி ஆகிய இம்மூன்று நிலைகளும் ஒரு பொருளைப்பற்றி விரைந்து ஒன்றன்பின் ஒன்றாக விளைந்து, அந்த விரைவாய் மூன்றும் ஒன்றாகவே தோன்றும் நிலை ஏற்படுமானால், அப்பொழுது அவன் மனம் அவனுக்கு வசமாயிற்று என்பது உறுதியாம்.

எட்டுவகையான யோகங்களைப் பயின்று வெற்றி பெற்றவனே மேலான சித்தனாகின்றான். இவ்விதம் சித்தத்தை அது சென்ற இடங்களில் எல்லாம் செல்ல விடாமல் தடுத்து, ஒருவழிப்படுத்தி சித்தியடைந்த ஒருவனாலேயே சித்தத்தால் இயக்கப்படும் உடம்பையுடைய மக்களுக்கு வரும் நோயை அறிந்து தீர்க்க முடியும். மேலும் காரண காரிய வகைகளால் உடம்பைச் சோதித்து, எவ்வெவ்வகைப் பொருள்களால் உடல் வளர்ந்து அழிகின்றதென்பதை ஊக்கத்தாலும், முயற்சியாலும் கண்டறிந்து, உடம்பைப் பொய்யென்று சொல்லுவதற்கு மாறாக, மெய் என்ற சொல்லுக்குப் பொருள் கண்டு, அணிமா, மகிமா, இலகிமா, கரிமா, பிராத்தி, பிரகாமியம், வசித்துவம், ஈசத்துவம் என்ற எண்பெரும் சித்திகளை அடையவும் முடியும்.

7

அட்டமா சித்திகள்

மரு. புது. ஜெயப்பிரகாஷ் நாராயணன்

முன்னுரை

சித்தர்கள் என்னும் மெய்ஞ்ஞானிகள் கண்டறிந்தவை சித்திகளாகும். சித்தி என்பது வெற்றி என்னும் பொருளில் ஆளப்படும். என்றாலும் சித்திகளை இயற்கை கடந்த செயல் என்பர். அத்தகைய சித்திகளைப் பெற்றவர்களையே "சித்தர்" என்பர்.

மூவகை சித்தியின் முடிபுகள் முழுவதும்
ஆவகை எனக்கருள் அருட்பெருஞ் சோதி

என்று கூறும் வடலூர் இராமலிங்க வள்ளலார், சித்திகளை மூன்று பிரிவுகளாகக் குறிப்பிடுகிறார். அவை கரும சித்தி, யோக சித்தி, ஞான சித்தி என்பன.

கரும சித்தி

மரபாகச் சொல்லப்படும் எண்வகை சித்திகளே கரும சித்தி எனப்படும். உடலைக் கல்ப சித்தி அடையச் செய்வதனால் கரும சித்தி எனப்பட்டது. அவை அணிமா, மகிமா, இலகிமா, கரிமா, பிராத்தி, பிரகாமியம், ஈசத்துவம், வசித்துவம் என வடமொழியிலும், 'அணுவைப் போல நுண்மையாதல், மிகப் பெரியதாதல், மிக நுண்மையாதல், மிக எடையாதல், எங்கும் செல்லும் ஆற்றல், எண்ணியது எய்தும் ஆற்றல், எதையும் ஆக்கும் ஆற்றல், எவரையும் தன்வயப்படுத்தும் ஆற்றல்' எனத் தமிழிலும் மொழிவர்.

சித்திகளுக்குரிய ஆற்றல், குண்டலினி பேராற்றலில் அமைந்துள்ளது. அந்த ஆற்றலை வெளிக் கொணரச் செய்யும் தொடர்பயிற்சியே யோகமுறைகளாகும். அப்பயிற்சி முறையினால், குண்டலினியில் முடங்கிக் கிடக்கும் ஆற்றலை வெளிக் கொணரப் பிராண வாயு என்னும் கருவியினால் மேலே ஏற்றுவர். அச்சக்தி மேலே ஏறும் போது ஆதாரங்கள் என்னும் ஆறு நிலையங்களில் தங்கிச் செல்லும். அவ்வாறு தங்கும் போது, பயிற்சியாளர்களுக்கு ஆற்றல் உண்டாகும். அதுவே சாதகம் என்னும் கருமத்தினால் (வினை) பெறும் பயனாகும். அதனையே சித்தி என்று கூறுவர்.

இச்சித்திகளை அடையும் கால அளவு மூன்றே முக்கால் நாழிகை முதல் மூன்றே முக்கால் ஆண்டுகள் வரை என்பர்.

யோக சித்தி

யோக சித்தி தன் சுதந்திரத்தினால், அனைத்துச் சித்திகளையும் உள்ளடக்கியது. இது பிற சித்திகளைக் காட்டிலும் பெருமை வாய்ந்தது. பிராண கல்ப தேகி, பராபர தேகி ஆகியோரின் புதைந்த உடல் கெடுவதற்கு முன், உயிர்ப்பித்தல் போன்ற அறுபத்து நான்கு யோக பேதங்களைக் கொண்டது. இவற்றின் பயிற்சிக் காலம் பன்னிரண்டு ஆண்டு முதல் நூற்றியெட்டு ஆண்டுகள் வரை என்பர்.

ஞான சித்தி

688 கோடி பேதங்களை உள்ளடக்கிய மகா சித்தியே ஞான சித்தியாகும். இவற்றை ஞானம் தன் விருப்பம் போல் நடத்துகிறது. இது காலம் கடந்தது என்று சுருக்கமாகக் கூறலாம்.

மேற்கண்ட இம்மூன்று சித்திகளில் உயர்ந்ததாகவும் சிறந்ததாகவும் ஞான சித்தியைக் குறிப்பிடுவர். இது ஆறு வகைப்படும். அவை முறயே:

1. கரும ஞான சித்தி
2. யோக ஞான சித்தி
3. தத்துவ ஞான சித்தி
4. ஆன்ம ஞான சித்தி
5. சுத்த ஞான சித்தி
6. சமரச ஞான சித்தி

என்பன.

சித்துகள் என்றால் அறுபத்து நான்கு சித்துகளையும் எண்வகைச் சித்து களையும் இணைத்துக் குறிக்கும் மரபு இருந்துவருகிறது.

அணிமா, மகிமா, இலகிமா, அரிய கரிமாப் பிராத்தி, மலப்
பிணிமா சுடையோர்க்கு அடைவரிய பிரகாமீயம், ஈசத்துவம்
மெய்
துணிமா யோகர்க்கு எளிய வசித்துவம், என்றெட்டாம் இவை
யுளக்கண்
மணிமா சறுத்தோர் விளையாட்டின் வகையாம் இவற்றின்
மரபுரைப்பாம்

என்று பரஞ்சோதியாரின் திருவிளையாடல் புராணத்தில் அட்டமா சித்தி உபதேசித்த படலத்தில் சித்திகள் எடுத்துரைக்கப்பட்டுள்ளன. அவை வருமாறு:

1. *அணிமா*

சிரசில், சந்திர சூரிய கலைகளை மாற்றி, சுழுமுனையில் அடித்த முளை போல ஆக்கி, விந்து விரையமில்லாமல் இருக்கின்றவர்க்குப் பிரணவ தேகம் உண்டாகும். அதனால் நல்லுலகப் பேறும் பெறுவர். அவ்வுலகமே அணிமா முதலிய சித்திகளை அளிக்க வல்லதாகும்.

அறவும் சிறிய உயிர்தொறும்தான் பரம காட்டை அணுவா
ஆச் சென்று உறையும் சிறுமை அணிமாவாம்

அணிமா சித்திபெற முனைவோர், விந்து விரையமாகாமல் சேமித்து வைத்திருந்து, ஓர் ஆண்டு யோக முயற்சியில் ஈடுபட்டால் அணிமா சித்தி கைவசமாகும். அச்சித்தியைப் பெற்றவர் மெலிந்து பஞ்சைக் காட்டிலும் நுட்பமாக மெலிந்திருப்பார். அவரை எந்தச் சக்தியாலும் வெல்ல முடியாது.

அணிமா, தோற்றத்தில் பெரிய பொருளை மிகச் சிறியதாக ஆக்குவது. இதற்கு உதாரணமாக:

திருமாலும் நான்முகனும் காணமுடியாத பெரும் பொருளாய் அண்டம் முழுவதும் ஓங்கி வளர்ந்த இறை, உருத்திரர், நாரணர், பிரமர், விண்ணோர், வேந்தர், உறுகருடர். காந்தர்வர், இயக்கர், பூதர், மருத்துவர், யோகியர், சித்தர், முனிவர், மற்றை வானவர் முதலோர் தம் மனத்திற் தேடிக் கருத்தழிந்து தனித்தனியே சென்று வேதங்களிவை, மற்றவையும் காணோம் என்று வருத்தமுற்று அங்கு அவரோடு புலம்ப நின்ற அணு நிலையே அணிமாவாம். பிருங்கி முனிவர்

முத்தேவர்களை மட்டும் வலம் வருதல் வேண்டும் என்பதற்காகச் சிறு வண்டாக உருமாறினார் என்பதும் அணிமா என்று திருமந்திரம் கூறுகின்றது.

2. இலகிமா

ஓராண்டு யோக முயற்சியினால் அணிமா சித்தி பெற்றவர். மேலும் யோக முயற்சியில் ஈடுபட்டாரேயானால், ஐந்தாண்டில் இலகிமா சித்தியுண்டாகும். இலகிமா சித்தி பெற்றவர் அழகிய தலைவனைத் தரிசிப்பர். தானும் ஒளிடிவாக விளங்கியிருக்கும் பரஞ்சோதியில் திளைத்திருப்பர். இவ்வண்ணம் பால் போன்ற ஒளிப் பொருளாய் ஆன, ஆன்மா எங்கும் பரந்து நிற்கும். எல்லாவற்றுக்கும் மேலானதாகிய சிவபரம்பொருள் என்னும் ஒளிப்பொருளைத் தரிசிக்கலாம். அதுவே பரஞ்சோதி நிலையாகும்.

இலகு மேரு பாரம்போல் இருக்கும் யோகி தனை எடுத்தால்
இலகு வான பர அணுப்போல் இருப்பது இலகிமா ஆகும்

(திருவிளையாடல் புராணம், அட்டமாசித்தி உபதேசித்த படலம்-24)

சுமையுள்ள பொருளை மிகவும் லேசானதாக ஆக்குவது இலகிமா. இதற்கு உதாரணமாக, திருநாவுக்கரசரைச் சமயப் பகை காரணமாகக் கல்லில் கட்டிக் கடலில் இட்டபோது கல் மிதவையாகி வந்தது இலகிமாவாகும்.

சொற்றுணை வேதியன் சோதி வானவன்
பொற்றுணை திருந்தடி பொருந்தக் கை தொழ
கற்றுணை பூட்டியோர் கடலில் பாய்ச்சினும்
நற்றுணை யாவது நமச் சிவாயமே

என்னும் தேவாரப் பதிகத்தால் உணரலாம்.

3. பிராத்தி

தத்துவ நாயகியாகிய பராசக்தியுடன் தூலமாகக் காணப்பட்ட உலகப் பொருள்களெல்லாம் சூக்குமமாய் ஒடுங்கி நின்றன. அத்தகைய ஒளிப் பொருளைக் கண்டு ஓராண்டு தாரணை செய்தால், தாரணையில் வெளிப்படும் சித்தியினால் வேண்டுவன அடையலாம். சூக்கும ஒளியைத் தாரணை செய்யின் பிராத்தி கிட்டும்.

பெறுதி என்பது பெறுத்தி, அதாவது பெறும் தன்மை. இது பிராத்தி என மருவி நின்றது. அதாவது எவ்வுலகத்திற்கும் தடையின்றிச் சென்று சஞ்சரிப்பது. இதனைப் பரஞ்சோதி முனிவர் திருவிளையாடல் புராணத்தில் (25) பின்வருமாறு கூறுகிறார்:

பிலத்திலிருந்தோன் அயனுலகில் புகுதல் மீண்டும் பிலமடைதல்,
பலத்தின் மிகுந்த பிராத்தியதாம்

வாலி பாதாளம் சென்று மீண்டும் வந்ததும், சூரன், இராவணன் முதலியோர் நினைத்த மாத்திரத்தில் நினைத்த இடத்திற்குச் செல்லும் வல்லமை பெற்றிருந்தனர் என்பதும், திருவிளையாடல் புராணத்தில் எல்லாம் வல்ல சித்தரான படலம் என்ற பகுதியில் சிவன் நான்கு திசைகளிலும் ஒரே சமயத்தில் தோன்றுவதாகக் காட்சி அளித்தலும் பிராத்தியாகும்.

4. மகிமா

இலகிமா சித்தி பெற்றவர் மேலும் யோக நிலையில் நின்றால், ஓராண்டில் மகிமா சித்தியாகும்.

ஆகின்ற கால் ஒளி யாவது கண்டபின்
போகின்ற காலங்கள் போவதும் இல்லையாம்
மேல் நின்ற காலம் வெளியுற நின்றபின்
தான் நின்ற காலங்கள் தன் வழி ஆகுமே
(திருமந்திரம் -677)

இடைகலை, பிங்கலை ஆகிய இரு நாடிகளைப் பொருந்தி அமைகின்ற சுழுமுனை சிரசின் மேலே சென்று விளங்கும் போது, சிரசிலுள்ள ஒளியைக் கண்டவர் ஆயுள் அழிவதில்லை. வரக்கூடிய ஆயுள் காலத்துக்கு வெளியே நிற்பர். கால தத்துவம் அனைத்தும் தன் வழியாகும்.

உறையும் சிவாந்தம் ஆறாறும் உள்ளும் புறனும் அகலாதே
நிறையும் பெருமை தனையன்றோ மகிமா என்னும்
நிரம்பியநூல்
(திருவிளையாடல் புராணம், அட்டமாசித்தி உபதேசித்த படலம் -23)

மகிமா சித்தி பெற்றவரைக் கால தத்துவம் கட்டுப் படுத்தாது, காலம் கடந்தவராக விளங்குவர். உலகம் தன் வயப்படும். இந்த மகிமா நிலைக்கு - விந்து மயமான பரையும் (சக்தி), நாதமயமான சிவமும் ஒன்றாகிய நிலைக்கு - நாதாந்தம் என்று பெயர். நாதாந்த நிலையைப் பெற்றவர் தம் விருப்பம் போல உருவத்தைப் பெருக்கச் செய்யலாம்.

முருகன், சூரனை வெல்லப் படையெடுத்துச் சென்ற போது சூரன் தம்பி சிங்க முகன் என்பான் ஆயிரம் தலைகளோடு அண்ட முகவெட்டை அளாவி வளர்ந்து பூதக்கூட்டங்களை விழுங்கப் புகுந்ததையும், சிறையிலிருந்த சீதைக்கு அனுமன்

தன் நெடிய வடிவைக் காட்டியதையும், வாமனா அவதாரத்தில் திருமால் இரண்டடியால் மூன்று உலகை அளக்க எடுத்த நெடிய வடிவான தோற்றத்தையும், கிருஷ்ணன் அருச்சுனனுக்கு உயர் வடிவம் காட்டி, உலகே தனக்குள் அடக்கம் எனத் தோன்றியதையும் மகிமாவாகக் கூறலாம்.

5. கரிமா

இதனைத் திருவிளையாடல் புராணப் பாடல்

இலகுவான பர அணுப்போல் இருக்கும் யோகி தனை எடுத்தால்
இலகு மேரு பாரம் என இருப்பது அன்றோ கரிமாவாம்

(திருவிளையாடல் புராணம், அட்டமாசித்தி உபதேசித்த படலம் -24)

என விளக்கும். கரு + மா > கரி + மா = கரிமா எனத் திரிந்தது. கரு - கனம் என்பதைக் குறித்து வந்தது.

சூக்கும ஒளியைக் கண்டு தாரணை செய்து பிராத்தி கிட்டிய பின்பு, சகஸ்தர கமலத்தில் உலகப் பொருட்களின் விரிவைக் காணலாம். அப்போது, மேவுகின்ற கால தத்துவம் புறம்பாக நிற்கும். காலம் கழிய மாட்டா.

போவது ஒன்றில்லை வருவது தானில்லை
சாவது ஒன்றில்லை தழைப்பது தானில்லை
தாமத மில்லை தமரகத்து இன்னொளி
ஆவதும் இல்லை அறிந்து கொள்வார்க்கே

(திருமந்திரம் -681)

மின்னொளி கண்டவர் பிற இடங்களுக்குச் செல்ல வேண்டியதில்லை. போவதும் வருவதும் இல்லை. இறப்பும் இல்லை. பிறப்பும் இல்லை.

6. பிரகாமியம்

காமம் என்பது விருப்பம். காமியம் என்பது விரும்பிய பொருள். பெறுகாமியம் என்பது விரும்பிய பொருளைப் பெறுவது. தான் விரும்பிய எத்தொழிலையும் இடையூறின்றி முடித்தலே பிரகாமியமாகும்.

பரகாயத்தில் நண்ணுதல் வான்
புலத்தில் இயங்கல் இச்சித்த போகம் அனைத்தும் தானிருக்கும்
தலத்தில் இருந்த படிவருதல் பிரகாமியமாம் தவக்கொடியீர்

(திருவிளையாடல் புரணம், அட்டமாசித்தி உபதேசித்த படலம் -25)

விண்ணில் இரவி தன்னுடம்பின் வெயிலால் அனைத்தும்
விளங்குதல்போல்
மண்ணில் உளவாம் பொருள்பலவும் காலம் மூன்றும் வானத்தின்
கண்ணில் உளவாம் பொருளும்தன் காயத்து ஒளியால் இருந்து
அறிதல்
எண்ணில் இதுவும் அறை ஒருசார் பிரகாமியம் என்று
இயம்புமால்

(திருவிளையாடல் புராணம், அட்டமாசித்தி உபதேசித்த படலம் -26)

மூலாதாரத்தில் மூலக் கனலை உடையவர் அதனை, எங்கும் விளங்கும் ஒலி ஒளியாகத்-தரிசித்திருப்பவர்க்குச் சிரசின் மேல் விளங்கும் சிவ ஒளியும் எளிதாகும். அதனால் வீடு பேறும் எளிதாகும்.

ஔவையார் இளமையிலேயே முதுமை வடிவைப் பெற்றதும், காரைக்காலம்மையார் தம் வடிவை மாற்றிப் பேய் வடிவு பெற்றதும், திருமழிசை ஆழ்வார் காஞ்சியில் ஒரு முதுமகளை இளைய வயதினளாக மாற்றியதும், சிவயோகி மூலன் இறந்த இடையன் உடலில் புகுந்து எழுந்ததும், பிரகாமியம் ஆகும்.

7. ஈசத்துவம்

ஒளிவடிவாக நிலை பெற்றுள்ள சிவசக்தியுடன் சூக்குமத்தில் புலப்படும் ஒளி அணுக்கள் எல்லாவற்றையும் சிரசுக்கு மேலே ஓராண்டு கூடியிருந்தால், பழமையான உடலில் பொருந்திய சதாசிவ தத்துவம் அமையும். வளர்கின்ற சந்திரனது ஒளியை நெற்றி நடுவில் விளங்கப் பெறுபவர் அவ்வொளியைப் போலத் தண்ணொளியுடையவராவர். சந்திரகலை முழுமை பெற்றால் சீவன் சதாசிவ நிலைபெறும் (சந்திரன் எவ்வாறு வானத்தில் காணப்படுகின்றதோ அதே ஒளியுடன் எட்டாம் சந்திரன் போல நெற்றிக்கு நடுவில் விளங்கப் பெறுதல்). அவ்வாறு ஈசத்துவம் பெற்றவர் உடல் குளிர்ந்து, உள்ளம் குளிர்ந்து, மனவேகம் கெட்டு, ஆழ்கடல் போல அமைதியாக விளங்குவர்.

ஈசன் என முழுத்தொழிலும் தன் இச்சை வழிசெய்து
எழுபுரவித்து
தேசன் முதற்கோள் பணி கேட்பத் திகழ்வது ஈசத்துவம் ஆகும்.

(திருவிளையாடல் புராணம், அட்டமாசித்தி உபதேசித்த படலம் -27)

ஈசத்துவம் பெற்றவர் படைத்தல் தொழிலைச் செய்ய வல்லவராவார். அவரே காத்தலையும் அழித்தலையும் செய்ய வல்லவராவார். அவர் தமக்குத் தாமே ஒப்பவராவார்.

சந்திர கலையில் விளங்கும் ஒளியில், பலவாறாகக் காணப்படும் பஞ்ச பூத அணுக்களை ஓராண்டு காலம் நீல வண்ணத்தில் கண்டு வந்தால் மெய்ப் பொருளான ஒளி சிரசில் தோன்றும்.

ஈசன் - கடவுள், ஈசத்துவம்-கடவுள் தன்மை. கடவுளின் தன்மை பெற்று ஐந்தொழில்களாகிய ஆக்கல், காத்தல், அழித்தல், மறைத்தல், அருளல் ஆகிய தன்மைகளை அடைதல்.

திருஞானசம்பந்தர் பூம்பாவைக்கு உயிர் கொடுத்தெழுப்பியதும், சிவன் கல்லானைக்கு உயிர் கொடுத்து, கரும்பருத்தியதும் ஈசத்துவம் ஆகும்.

8. வசித்துவம்

பூசல் அவுணர் புல் விலங்கு பூதம் மனிதர் முதலுமே
வாசன் ஆதியென் மருத்தன் வசமாக் கொள்கை வசித்துவமாம்

(திருவிளையாடல் புராணம், அட்டமாசித்தி உபதேசித்த படலம் -27)

என்றுரைக்கக் காணலாம். எழுவகைத் தோற்றமாகிய தேவர்,மானிடர், நரகர், மிருகம், பறப்பன, ஊர்வன, மரம் முதலியவற்றைத் தன் வசப்படுத்துதல் வசித்துவம் என்கிறது.

வசீகரத்தன்மை உண்டாகும். சிவத்தன்மை உண்டாகும். சிவத்தன்மை பெற்ற சித்தர், மகா சூக்குமமாகிய தனது ஆன்மாவை அறிந்தால் பொன்னொளியுடன் கூடிய உடலைப் பெறுவர். புலன்களின் சேட்டைகளிலிருந்து விடுபடுவர். உலகுக்கு நன்மையைச் செய்கின்ற சதாசிவ நாயகியைக் காண்பர். காமேசுரனது இயல்புகளைப் பெறுவர். எல்லா புவனங்களுக்கும் சென்று வருவர்.

காற்றாலே, புவியாலே, ககனமதாலே, கதிராதியாலே, வேற்றாலே அழியாத நிலை பெற்ற இராமலிங்க சுவாமிகளின் பாடல் மூலம் அவர் பஞ்ச பூதங்களை வென்றவர் என்பதும், அப்பர் தன்னைக் கொல்ல வந்த யானையை நிறுத்தினார் என்பதும், இராமர் ஆலமரத்தில் இருந்து ஒலி செய்து கொண்டிருந்த பறவைகளைச் சைகையால் நிறுத்தினார் என்பதும், சுந்தரர் இறைவனையே தூதராக அனுப்பினார் என்பதும் வசித்துவம் ஆகும்.

சித்திகளைப் பற்றி மிக விரிவாகக் கூறிய பெரும் ஞான சித்தராகிய வடலூர் வள்ளலார், "மிக்தியைப் பெற்றேன் மிக்தியில் ஞான சித்தியைப் பெற்றேன்" என்றும், "இவ்வுலகில் பொருந்து சித்தன் ஆனேன்" என்றும், "சித்தெனும் ஓர் ஞான வடிவம் இங்கு நான் பெற்றேன்" என்றும் பல இடங்களில் பரவலாகக் கூறுகின்றார்.

மருவாணைப் பெண்ணாக்கி ஒருகணத்தில் கண்விழித்து
வயங்குமப்பெண்
உருவாணை உருவாக்கி இறந்தவரை எழுப்புகின்ற
உறுவனெனுக்
கருவாணை உறவிரங்காதுயிரும்பைக் கடிந்துண்ணும்
கருதிதனேல் எங்
குருவாணை யெய்து சிவக்கொழுந்தானை ஞானி எனக்
கூறொணாதே.

என்று பட்டினத்தார் கூறும் இலக்கணத்திற்கு இலக்கியமாக விளங்குபவரே உண்மைச் சித்தர்.

பேய்போல் திரிந்து பிணம்போல் கிடந்து இட்டபிச்சை
யெல்லாம்
நாய்போல் அருந்தி நரிபோல் உழன்று தன் மங்கையரைத்
தாய்போல் கருத் தமர்போல் அனைவர்க்கும் தாழ்மை சொல்லிச்
சேய்போல் இருப்பர் கண்டீர் உண்மை ஞானம் தெரிந்தோரே.

சுழுமுனையில் விளங்கும் உயிருடன் மின்னொளி போன்று விளங்கும் ஒளியுடன், ஐந்நூற்றுப் பதின் மூன்று நாடிகளும் கலந்திருக்கின்றன. சிரசில் நிரோதினி கலையுள்ளது. அமுதத்தைப் பெருக்கி மாற்றத்தைச் செய்ய ஆயிரத்து முந்நூற்றைந்து நரம்புகள் உள்ளன. நிரோதினி, சந்திரகலை பதினொன்றில் ஆறாவது கலை. மகேசுர தத்துவத்துக்கு மேல் சதாக்கியத்தில் விளங்கும் மனோன்மணியாகிய சதாசிவ நாயகி இரண்டு நாடிகளைக் கொண்டு, ஐம்பத்தொரு அட்சரங்களை உணர்த்தப் பெறும் ஆறு ஆதாரங்களைக் கடந்து நிற்கிறாள். அவள் பத்து முகமும் (திசை), பத்து ஆயுதமும் (வாயு) கொண்டுள்ளாள்.

காற்றைப் பிடிக்கும் கணக்கு

இயல்பாக உள்ளுக்கு இழுத்து வெளிவிடும் காற்று முறையை மாற்றி அமைத்துக் கொண்டால் நன்மைகள் உண்டாகின்றன. அம்முறைகளைத் திருமந்திரமும் யோக நூல்களும் விவரிக்கின்றன.

ஏறுதல் பூரகம் ஈரெட்டு வாமத்தால்
ஆறுதல் கும்பம் அறுபத்து நாலதில்
ஊறுதல் முப்பத்து இரண்டு அது ரேசகம்
மாறுதல் ஒன்றின்கண் வஞ்சகம் ஆகுமே

(திருமந்திரம் -568)

- ❖ இடப்பக்க நாசி வழியாகப் பதினாறு மாத்திரை கால அளவு காற்றை உள்ளுக்கு இழுப்பது, பூரகம் ஆகும்.
- ❖ உள்ளுக்கு இழுக்கும் காற்றை, அறுபத்து நான்கு மாத்திரை கால அளவுவரை உள்ளே நிறுத்துதல், கும்பகம் ஆகும்.
- ❖ உள்ளே நிறுத்தும் காற்றை வலப்பக்க நாசி வழியாக, முப்பத்திரண்டு மாத்திரை கால அளவில் வெளிவிடுதல் இரேசகம் ஆகும்.
- ❖ இம்முறைக்கு மாறாகச் செய்வது தவறாகும்.

எங்கே இருக்கினும் பூரி இடத்திலே
அங்கே அது செய்ய ஆக்கைக்கு அழிவில்லை

(திருமந்திரம் -570)

எங்கே இருந்தாலும் இடப்பக்க நாசியாகிய இடைகலை வழியாகவே பூரகம் செய்தால் உடம்புக்கு அழிவில்லை என்று மூச்சுப் பயற்சியின் சிறப்பு கூறப்பட்டுள்ளது.

ஏற்றி இறக்கி இருகாலும் பூரிக்கும்
காற்றைப் பிடிக்கும் கணக்கு அறிவாரில்லை
காற்றைப் பிடிக்கும் கணக்கு அறிவாளர்க்குக்
கூற்றை உதைக்கும் குறியது வாமே

(திருமந்திரம் -571)

இடைகலை வழியாக இழுத்து உள்ளே அடக்கிய காற்றை வெளியே விடுகின்ற முறையைத் தெரிந்தவரில்லை. காற்றைப் பிடிக்கும் கணக்கு முறையைத் தெரிந்தவர், காலனின் கையில் சிக்காமல் கடந்து விடும் இலட்சியத்தை உடையவர் என்கிறது திருமந்திரம்.

இத்தகைய மூச்சுப் பயிற்சியின் உண்மையை அறிய வேண்டுமானால், மேற்கண்ட முறையில் மூச்சுப் பயிற்சி செய்து பார்த்தால், சொல்லின் உண்மை விளங்கும் என்று திருமந்திரம் உரைக்கிறது.

மனம், உடல், ஆன்மா இவை ஒன்றிய நிலையே யோகம் என அழைக்கப்படுகிறது. இந்த யோக நிலையில் தொடர்ந்து மேம்படுகின்ற போது மனிதனுக்குள் அமைந்து கிடக்கின்ற குண்டலினி சக்தி மேம்படுகிறது. இச்சக்தியின் மேம்பாட்டிற்கு ஏற்ப சித்திகள் கைகூடுகின்றன. பிரபஞ்சம் எங்கும் நிறைந்த பேராற்றலுக்கும் தனக்கும் உள்ள தொடர்பை உணர்ந்து இயங்குவதே சித்தியாகும்.

தன்னை அறியத் தனக்கொரு கேடில்லை
தன்னை அறியாமல் தானே கெடுகின்றான்
தன்னை அறியும் அறிவை அறிந்தபின்
தன்னை அர்ச்சிக்கத் தான் இருந்தானே

(திருமந்திரம் 2355)

தன்னையே தான் அறிய முயன்றால், அம்முயற்சியினால் தனக்கு ஒரு கேடும் வராது; தன்னையே தான் அறியாததனால் தானே கெடுகின்றான்; தன்னையே தான் அறியச் செய்யும் அறிவை அறிந்த பின்னால், தன்னையே தான் வணங்கத் தான் இருந்தானே. தன்னையே தான் வணங்கத் தன் வாழ்நாள் நீண்டு, நெடுநாள் வாழ்வான் என்று பொருள்.

8

மருத்துவமும் சோதிடமும்

மரு. புது. ஜெயப்பிரகாஷ் நாராயணன்

முன்னுரை

நமது முன்னோர்கள் அவர்களுடைய சந்ததிகளாகிய நமக்குப் பல அரிய கலைகளை, அவர்களுடைய சொத்தாக விட்டுச் சென்றுள்ளனர். அத்தகைய அரிய கலைகளில் ஒன்று சோதிடக் கலை. இரண்டாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு மேலாகத் தமிழகம் இக்கலையை ஏற்றுக்கெண்டிருக்கின்றது என்பதற்குத் தண்தமிழ்க் காப்பியமாகிய சிலப்பதிகாரத்திலேயே சான்றுண்டு. மாமன்னர் சேரன் செங்குட்டுவன் அவரது வடநாட்டுப் படையெடுப்பிற்கு முன்னர் அவரது உரிமைச் சுற்றத்தோடு கலந்தாலோசிக்கின்றார். அந்த அணியில் சோதிடரும் உண்டு. சோதிடர் ஒரு நாளைக் குறிப்பிட்டு அந்த நாளில் மன்னர் புறப்பட்டால் வெற்றி உறுதி என்கிறார். அதற்கு மன்னர் அந்த நாளில் அவர் புறப்பட முடியாமல் இருப்பதாகவும்; ஆனால் நல்ல நாளாக இருப்பதால் மன்னரின் வெண்கொற்றக் குடையையும் வாளையும் அன்று எடுத்துச் செல்லலாம் எனச் சேரன் செங்குட்டுவனே சொல்வதாக காப்பியம் கூறுகின்றது.

நோய்நாடி நோய்முதல் நாடி அதுதணிக்கும்
வாய்நாடி வாய்ப்பச் செயல்

என்பது திருவள்ளுவரின் வழிகாட்டுதல். நோயின் முதல் காரணத்தை அறிந்தால்தான் நோயைத் தணிக்கின்ற வழி முறையைச் சரியாக அமைத்துக்கொள்ள முடியும் என்பதை இக்குறள் தெளிவுபடுத்துகின்றது.

நோயின் முதற் காரணத்தை ஆராய்கின்றவர் என்னென்ன கூறுகளைக் கவனிக்க வேண்டும் என்பதைக் கீழ்க்கண்ட செய்யுட்கள் உணர்த்துகின்றன.

கூர்பாரு தாது லட்சணமும் பாரு
கோள்பாரு நாள்பாரு குணமும் பாரு
நேர் பாரு தேகபேதங்கள் பாரு
நிலைபாரு கிரகவுச்ச நீச்சம்பாரு
பேர்பாரு கையைநீ பிறகு பாரு
பெற்றதிலே கிரகத்தின் தன்மை பாரு
வேர்பாரு தழைபாரு மிஞ்சினாக்கால்
மெல்லமெல்லப் பற்ப செந்தூரம் பாரே.

பார்க்கின்ற சோதிடமே பிராயகாலம்
பகரும் விவகாரமொடு பிராயச்சித்தம்
ஏர்க்கும் வயித்தியம் இந்த நான்கும் வல்லோர்
இதன் வழியே சிகிச்சைரட்சை செய்வாராகில்
ஆர்க்குமே தோடமில்லை இவைகள் யாவும்
அறியாதார் சாத்திரம் வல்லவர்கள் போலத்
தீர்க்கமடி பிடியாகச் செய்வாராகில்
சிவபிரமத்தி வதை சேர்வாரன்றே

அகத்தியர் சில்லரைக் கோவை

மேற்கண்ட செய்யுட்களில் ஒருவன் பிறந்தபோது அவன்மீது பிரபஞ்சக் கோள்களின் தாக்கம் எவ்வாறு அமைந்திருந்தது என்பதை மருத்துவன் கவனித்து, மருந்து வழங்க வேண்டும் என்பது உணர்த்தப்படுகின்றது.

அண்டமும் பிண்டமும்

இந்தப் பிரபஞ்சம் நமது அறிஞர்களால் அண்டம் என்றழைக்கப்படுகின்றது. மானிட உடல் பிண்டம் என்றழைக்கப்படுகின்றது. சித்தர்கள், இந்தப் பிரபஞ்சத்தில் உள்ளடக்கமாக உள்ள அனைத்தும் பிண்டமாகிய மனித உடலுக்குள்ளும் இருக்கின்றது என்ற கருத்தையுடையவர்கள்.

ஆகவே பிரபஞ்சத்தின் தாக்கம் மானிட உடலின்மீது பிறந்ததிலிருந்தே இருந்து கொண்டிருக்கின்றது. அதற்கேற்பவே ஒருவருடைய தோற்றப்பொலிவு சொல்திறன், அறிவுக் கூர்மை, மனத்திட்பம், சிந்தித்து முடிவெடுக்கும் மன ஓட்டம்,

மற்றவர்களுக்கு அடிமையாகிவிடுவது அல்லது மற்றவர்கள்மீது ஆதிக்கம் செலுத்துவது, நோய்களுக்கு இலக்காகும் தன்மை, பாலியல் ஈடுபாடு, உள நோய்களுக்கு எளிதில் இலக்காவது, அற உணர்வு, உணவின்மீது ஆர்வம், எதிர்ப்பு கண்டு அஞ்சாமை, தக்க நேரத்தில் இயற்கையின் ஒத்துழைப்பு இவையெல்லாம் அமைகின்றன என்பது சித்தர் கருத்து. இதன் காரணமாகத்தான் மருத்துவன் என்னென்ன கலைகளை அறிந்திருக்க வேண்டும் எனக் குறப்பிடுகின்ற கீழ்க்கண்ட பாடல் சோதிடக் கலையை முன்னிலைப்படுத்துகின்றது:

சோதிடம் பஞ்சபட்சி
துலங்கிய சரநால்மார்க்கம்
கோதறு வகாரவிந்தை
குருமுனி ஓதுபாடல்
தீதிலாக் கக்கிஷங்கள்
செப்பிய கன்மகாண்டம்
ஈதெல்லாம் கற்றுணர்ந்தோர்
இவர்களே வைத்யராவார்

பதினெண் சித்தர் சில்லரைக் கோவை

தமிழில் சோதிட நூற்கள்

புலிப்பாணி சோதிடம் 300, சந்திரலங்காரம், குமாரசுவாமியம், இடைக்காடர் வருடபலன், மணி மந்திர வைத்ய சேகரம் ஆகியவை தமிழில் அதிகமாகப் படிக்கப்படுகின்ற சோதிட நூற்கள். மருத்துவர்களுக்குச் சோதிட அறிவு மிகவும் இன்றியமையாதது என்பது சித்தர்களின் துணிபு.

மருந்து கொடுத்தாலும் பயன் அளிக்காத நிலைகள்

- அட்டமாதிபதியின் திசை/ புத்தி நடக்கின்றபோது பித்தத்தினால் பிறந்த பிணிகள், மருந்துகள் வழங்கினாலும் குணமாகாது.
- அதேபோல் ஆறாமிடத்து அதிபதியின் திசை/ புத்தி நடப்பிலிருக்கும்போது கபப் பிணிகள் மருந்துகளினால் தீராது.
- பன்னிரண்டாமிடத்து அதிபதியின் திசை/ புத்தி நடக்கும்போது வாதத்தின் போக்கு நிலை தடுமாறினாலும் மருந்து பயனளிக்காது.

நஞ்சினால் சாவு

ஒருவனுடைய சாதகத்தில் இலக்கினத்திற்கு எட்டில் செவ்வாய் நிற்க, சூரியனோடு இராகு, கேதுகள் சேர்ந்து நிற்குமானால் அவன் நஞ்சு தீண்டலால் இறப்பான். மேலும் இலக்கின அதிபதி, ஆறாம் அதிபதி கரும்பாம்பாகிய இராகுடன் கூடி நின்றாலும் மருந்தினால் ஆபத்து வரும்.

ஒருவனுடைய சாதகத்தில் எட்டாமிடத்து அதிபதியாக எவர் வந்தாலும் அவருடைய திசையில் /புத்தியில் பல கேடுகள் விளையும். சாதகனுக்குச் சிறை, மரணம், மலையிலிருந்து கீழே விழுதல், வேறு நாட்டுக்கு ஓடுதல், பகை நேரிடல், வாளினால் காயப்படுவது, வாழ முடியாத அளவுக்குக் கேடு சூழ்தல், நஞ்சினால் துன்பம், அம்மை, பேதி, விரை நோய், குழந்தைகள் நோய்ப்படுதல், பொது இடத்தில் தூக்கிலிடப்படல், நீர்ப்பயம், தீ, இடி இவற்றால் துன்பம் விளையும்.

தற்கொலை எண்ணம்

ஒருவருடைய சாதகத்தில் சந்திரனுக்கு எட்டில் சனி நிற்குமானால் அவருக்குத் தற்கொலை செய்துகொள்ள வேண்டும் என்கிற எண்ணம் தோன்றும். அவருடைய பொருளையும் நிலத்தையும் இழப்பர். அரசனுக்குப் பகையாவர். இலக்கினாதிபதி கேந்திரத்தில் இருப்பாரானால் இவ்வாறு நேராது.

பிறவியிலேயே குருடு

இலக்கினாதியன், இரண்டோன் சேர அவர்களோடு வெள்ளியும் சேர்ந்து நிற்பானாகில் கண்ணில் ஊனம் ஏற்படும். இவர்களோடு மாந்தியும் சேர்ந்தால் பிறக்கும் போதே குருடாகப் பிறப்பர்.

பலகீனமான உடல்

ஒருவனுடைய சாதகத்தில் இலக்கின அதிபதியும் ஆறாமிடத்ததிபதியும் சேர்ந்து தீயவர்களோடு கூடி ஆறு, எட்டு, பன்னிரண்டாம் இடங்களில் அமர்ந்திருந்தால் அவன் உடல் இளைக்கும்; நோய்கள் சேரும்.

உடல் ஊனம்

சாதகத்தில் புதன், வெள்ளி, செவ்வாய் எந்த இடத்தில் சேர்ந்து அமர்ந்திருந்தாலும் சாதகர் உடல் ஊனம் அடைவார்.

உறுப்பு ஊனம்

ஒருவருடைய சாதகத்தில் சூரியன் நிற்கின்ற வீட்டிற்குப் பின்னால் வியாழனும் சனியும் சேர்ந்து நிற்க, சாதகன் செவிடனாகவும் நடக்க முடியாதவனாகவும் இருப்பான்.

மேலும் ஒருவருடைய சாதகத்தில் செவ்வாய், புதன், வெள்ளி எந்த இடத்தில் அமர்ந்தாலும் அவர் ஊனத்தை அடைவார்.

இலக்கினத்தில் சனியும் பாம்பும் இருந்தால் அவன் பிறவி நோயாளி. சனியும் புதனும் சேர கூனன்.

ஐந்து ஆறுக்குடையவர் சேர்ந்தால் மலடு

சாதகத்தில் 5-ஆம் இடத்து அதிபதியோடு 6 -ஆம் இடத்து அதிபதி சேர்ந்தால் சாதகரின் குழந்தைகளுக்குத் தீங்குண்டு.

இந்த அமைப்பு 3-ஆம் இடத்தில் ஏற்பட்டால் அவருக்குக் குழந்தை இல்லை. ஐந்துக்குடையவரைத் தீய கிரகங்கள் நோக்கினாலும் இதுவே நிலை. ஆனால் பரமகுருவாகிய வியாழன் பார்த்தால் நலனுண்டு.

கர்மம் தாழ்த்தும் மகப்பேறு

இலக்கினத்திற்கு ஐந்தாமிடத்தில் கருநாகமாகிய இராகு அமர்ந்திருக்கப் புத்திர தோடம். (புத்திரர் இல்லை எனச் சொல்ல வில்லை.)

6-வது பாவம் (ராசி)

ஒருவருடைய சாதகத்தின் ஆறாம் பாவத்தைப் பார்த்து அவருக்கு ஆயுதத்தால் துன்பம் விளையுமா? அவருடைய வாழ்க்கையில் போராட்டங்கள் எதிர்ப்படுமா? திருடர்களாலும் தொழிலாலும் பொருளை இழப்பாரா? பெண்களால் துன்பம் விளையுமா? நீர், நெருப்பால் ஆபத்து உண்டா? சிறைச் சாலைக்குச் செல்வாரா? என்பதைச் சொல்ல இயலும்.

ஒரு சாதகத்தில் 6க்கு உடையவரோடு இலக்கினாதிபதி சேர்வது நன்றன்று

ஒருவருடைய சாதகத்தில் ஆறாமிடத்து அதிபதியும் இலக்கினாதிபதியும் சேர்ந்து பனிரெண்டு, எட்டு, ஆறு ஆகிய இடங்களில் தீய கிரகங்களோடு அமர்ந்திருந்தால் அவருடைய உடல் இளைக்கும்; அவர் நோய்களுக்கு உள்ளாவார்.

வியாழன் நிலைமை

ஒருவருடைய சாதகத்தில் எட்டாவது இடத்தில் வியாழன் காணப்பட்டால் அவர் தவறான பாலியல் ஈடுபாடு உள்ளவராக இருப்பார். அவருக்குத் தீய மனைவியாலும் பகைவராலும் நோயினாலும் கண்டம் ஏற்படும். அரசைப் பகைத்துக் கொள்வார். பொருட் சேதம், அவமானம் ஏற்படும்; டம்பாச்சாரியாக இருப்பார். வியாழன் ஆறாமிடத்திலிருந்தால் அரசர் பகையும் நோயும் ஏற்படும். வியாழன் பன்னிரண்டிலிருந்தாலும் இதே பலனை ஏற்படுத்தும். ஆனால் அதுவே வியாழனுக்குச் சொந்த வீடாக இருந்தால் நல்ல பலன்களே விளையும்.

சுக்கிரன் நிலைமை

சுக்கிரன் ஒருவருடைய சாதகத்தில் பனிரெண்டு, மூன்று, ஆறு, எட்டில் தோன்ற அவருக்கு நீள் ஆயுள் கிடையாது. அவருக்கு விதைநோய், மகோதரம், பாண்டு, குன்மம், சயம், சோகை ஆகிய நோய்கள் ஏற்படும். ஆனால் பனிரண்டாம் இடத்தில் சுக்கிரன் ஆட்சி பெற்றிருந்தால் நற்பலன்களே விளையும்.

சூரியன் நிலைமை

சூரியன் ஒருவருடைய சாதகத்தில் 2,4,5,7,8,9,12 ஆகிய இடங்களில் காணப்பட்டால் அவருடைய நோய் எதிர்ப்பாற்றல் குறைவாக இருக்கும். உடல் காந்தும். தீய கனவுகள் தோன்றும். சிரங்கு, கண்ணோய் முதலியன ஏற்படும். கொடியவர்களின் பகை ஏற்படும்.

எல்லாத் தீமைகளுக்கும் விதிவிலக்கு

- ❖ ஒருவருடைய சாதகத்தில் சனி பதினோராம் இடத்தில் இருந்தால்
- ❖ அல்லது வியாழன் எட்டாமிடத்தில் இருந்தால்
- ❖ அல்லது இராகு நாலாம் இடத்திலிருந்தால்
- ❖ அல்லது செவ்வாய் ஆறாமிடத்திலிருந்தால்
- ❖ அல்லது சூரியன் மூன்றாமிடத்திலிருந்தால்
- ❖ அவருடைய சாதகத்தின் மற்றைய நிலைகளினால் ஏற்படும் தீங்கு நேராது; அவர் நீடு வாழ்வார்.

சாதகம்

ஒருவர் பிறக்கும்போது இந்தப் பிரபஞ்சத்தின் தாக்கம் அவர்மீது எவ்வாறு அமைந்திருந்தது என்பதற்கான வரைபடமே சாதகம். சாலையில் பயணம் மேற்கொள்ளும்போது வளைவில் முந்த வேண்டாம், விபத்துப் பகுதி, 40 கிலோ மீட்டருக்கு மேல் வேகமாகச் செல்ல வேண்டாம் என்ற அறிவிப்புகள் காணப்படுவதுபோல், ஒருவருடைய சாதகத்திலும் வேகமாகச் செல்லவேண்டிய நேரம் எது? பொறுமையைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய காலம் எது? மிகவும் கவனத்தோடு நடந்து கொள்ள வேண்டிய நேரம் எது? என்பதற்கெல்லாம் அறிவிப்பு உண்டு. அறிவுடையார் ஆவதறிவார் என்பது வள்ளுவர் வாக்கன்றோ!

இராசியும் உறுப்புகளும்

இனி சாதகத்திலுள்ள பன்னிரண்டு இராசிகளும் உடல் உறுப்புகளோடு எத்தகைய தொடர்புடையவை என்பதைப் பார்ப்போம். இராசி என்பதை வீடு எனவும் அழைப்பர்.

மேடம்	-	தலை
இடபம்	-	கழுத்து
மிதுனம்	-	தோள்
கடகம்	-	இதயம்
சிம்மம்	-	நெஞ்சறை
கன்னி	-	மேல்வயிறு
துலாம்	-	நடுவயிறு
விருச்சிகம்	-	கீழ்வயிறு
தனுசு	-	தொடை
மகரம்	-	முழந்தாள்
கும்பம்	-	முன்கால்
மீனம்	-	பாதம்

ஒருவர் பிறக்கும்போது இவ்வீடுகளில் அமைந்திருக்கின்ற கோள்களின் நல்ல, தீய தன்மைகளைக்கொண்டு எத்தகைய நோய் விளையக்கூடும் என்பதை யூகித்துப் பரிசோதனைகளை மேற்கொள்ளலாம்.

கோள்களும் உறுப்புகளும்

இதேபோல் சில கோள்கள் சில குறிப்பிட்ட உடல் உறுப்புகளின்மேல் ஆதிக்கம் செலுத்துவதாக நூலாசிரியர் கூறியுள்ளனர். அவை வருமாறு:

ஞாயிறு	-	இதயம், தண்டுவடம்
சந்திரன்	-	மார்பு, வயிறு, கணையம், குடல்
செவ்வாய்	-	பிறப்புறுப்புகள், செந்நீர்
புதன்	-	மூளை, நரம்பு மண்டலம், மூச்சு உறுப்புகள்
வியாழன்	-	ஈரல், கொழுப்பு
வெள்ளி	-	பிருக்கம் (சீறுநீரகம்), இடுப்புப் பகுதி
சனி	-	மண்ணீரல், தோல், எலும்புகள்
இராகு	-	தோல் நோய்கள்
கேது	-	கருச்சிதைவு

சோதிடம் ஒரு பரிபூரணமான கலை. இல்லையெனில் அதைச் சித்தர்கள் கைக்கொண்டிருக்க மாட்டார்கள். இன்று நுண்மாண் நுழைபுலம் அற்றோர் பலரால் அக்கலை ஒளியிழந்து வருகின்றது. முறையான களப்பணிகளின் மூலமாக அக்கலையின் உண்மையையும் பலனையும் உலகிற்கு உணர்த்த முடியும்.

9

சமயங்கள் தரும் அறிவியல் உண்மைகள்

மரு. கி. நடராசன்

முன்னுரை

பெருவெளியாகிய பேரண்டத்திலும் இம்மண்ணுலகிலும் தோன்றியுள்ள அனைத்தும் முதன் முதலில் எப்போது தோன்றின என்பதை அறுதியிட்டுக் கூறவியலாது. ஆனால் உயிரினங்களும் மனிதனும் தோன்றியது எப்போது என்று ஒருவாறு யூகித்துச் சொல்கிறார்கள்.

உலகில் தோன்றிய மனிதன் காட்டு வாசியாக இருந்த காலத்தில் எப்படி வாழ்ந்தான் என்று அறுதியிட்டுக் கூற முடியாவிட்டாலும், காலப் போக்கில் இயற்கையின் சீற்றங்களையும், பருவங்களையும் உணர்ந்து அதற்குத் தகுந்தாற் போல் தன் வாழ்க்கையைச் சீரமைத்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும் என்பதை யூகித்தறியலாம்.

மனிதன் இயற்கையோடு இயைந்து வாழக் கற்றுக் கொண்டபின், ஒரு சமுதாயத்தை உருவாக்கி, தன்னிறைவு பெற்ற நிலையில், இவ்வுலகின் தோற்ற, ஒடுக்கத்தைப் பற்றிச் சிந்தித்திருக்க வேண்டும். அச்சிந்தனைகளின் விளைவாகப் பல கருத்துகள் உருவாகி, அவையே சமயங்களாகி இருக்கின்றன.

சமயம் என்றால் என்ன?

சமயம் என்ற சொல்லுக்கு மரபு என்ற பொருளும் மதம் என்ற பொருளும் உண்டு. மதம் என்ற சொல்லுக்குக் கொள்கை என்ற பொருள் உண்டு. தொன்று தொட்டு நமது ஆன்றோர்கள் தங்கள் அனுபவத்தில் கண்ட உண்மைகளை அறிவால் தேர்ந்து, காலங்காலமாகப் பின்பற்றப் பட்டு வந்தமையே மரபு ஆயிற்று.

மேற்சொன்ன உண்மைகளை ஒழுங்கு படுத்தி, ஒவ்வொரு சமயமாக்கினர். அவையே மதங்கள் என்றும் கூறப்பட்டன.

சமையம் என்ற சொல்லே சமயம் என்று திரிந்திருக்கலாம். ஏனெனில் திருமூலரின் திருமந்திரத்தில் சமையம் என்ற சொல்லாட்சி காணப்படுகிறது. சமை என்றால் பக்குவப்படுத்து என்பது பொருள். சமையல் என்றால் பக்குவப்படுத்தப்பட்ட உணவு. சமையம் என்றால் மனத்தைப் பக்குவப்படுத்தும் கொள்கைகளைத் தன்னுள் அடக்கிய ஓர் தத்துவம் எனக் கொள்வதும் சாலப் பொருத்தமாகத் தெரிகிறது.

அறிவாகிய ஆன்மா, தன் இயற்கை அறிவை அனுபவத்தாலும் பயிற்சிகளாலும் உயர்த்திக் கொள்வதே ஞானமாகும். இந்த ஞானத்தின் வாயிலாகப் பேரண்டம், இவ்வுலகம், இவ்வுலகிலுள்ள ஆக்கப்பாடுகள் அனைத்தையும் அறிந்து, அறிந்த அந்தத் தத்துவங்கள் (உண்மைகள்) அனைத்தையும் ஒழுங்குபடுத்தி, மக்கள் அறியும் பொருட்டு வெளிப்படுத்தியவையே சமயங்களாயின.

ஆகமக் கொள்கை

நம் நாட்டில் ஆகமம் என்ற கொள்கைதான் முதலில் இருந்ததாக ஆய்வாளர்கள் கருதுகிறார்கள். இக்கொள்கைப்படி இவ்வுலகின் தோற்றம், ஒடுக்கம். ஆகியவற்றிற்குக் காரணமானது அணு என்று கூறினார்கள்.

இவ்வணுவுக்குள் மூன்று அநாதி நித்தியப் பொருட்கள் உள்ளதையும் பறைசாற்றினார்கள். ஆகமக் கொள்கைப்படி அம்மூன்று அநாதி நித்தியப் பொருட்களாகிய பதி, பசு, பாசம் என்பவை முறையே, பேரறிவு, சிற்றறிவு, சடப் பொருள் என அறிவியலாகவே போதிக்கப்பட்டன என அறிஞர்கள் கூறுகிறார்கள். இக்கொள்கைகள் பிற்காலத்தில் கடவுட் கொள்கைகளாக மாறின என அறியக்கிடக்கிறது.

பதி

அநாதி நித்தியப் பொருளாகிய பதி என்பது பேரறிவாகக் கருதப்பட்டது. அதாவது பதி என்பது உலகப் பொது அறிவாகும்.

பசு

இது அறிவு, ஆன்மா, உயிர் எனப் பல பெயர்களால் அழைக்கப்படுகிறது. இவ்வான்மா சிற்றறிவு எனக் கூறப்படுகிறது. அதாவது, அதன் பெயருக்கு

ஏற்றாற்போல், அதனுடனேயே இருக்கும் பாசம் என்ற பொருளுக்குக் கட்டுப்பட்டிருப்பதால் பசு எனப் பெயர் பெற்றது.

பாசம்

அறிவற்ற சடப் பொருளே பாசம் ஆகும். ஆனால் இது இயற்கையாகவே மிகுந்த கவர்ச்சியுடையது. இந்தப் பாசத்தின் கவர்ச்சியினால் அணு நிலையிலேயே ஆன்மா கட்டுண்டு கிடக்கிறது. எனவே தனது இயற்கையான அறிவின் தன்மையற்றுக் கிடக்கிறது.

பேரறிவாகிய பதி ஒன்றேயாயினும் அது அனைத்து அணுக்களிலும் கலந்தும் கடந்துமிருக்கிறது. தன்னுடனேயே இருக்கும் கவர்ச்சி மிக்க பாசத்தால் பாதிக்கப்படாததாலேயே பதி பேரறிவு எனப்பட்டது.

சித்தாந்தம்

சித்தாந்தம் என்ற சொல்லுக்கு அறிவின் முடிவு என்பது பொருள். பேரறிவாகிய பதியின் முடிவுப்படி, சிற்றறிவாகிய ஆன்மாவின் நிலை பற்றிய முடிவே சித்தாந்தம் ஆகும்.

இப்பேரறிவு, அறிவாகிய ஆன்மாவின் தாழ்மை நிலை கருதி, அவ்வான்மாவின் பாசப்பிணைப்பை அறுத்தெறியும் பொருட்டு, அவ்வான்மாவைச் செயல்பட வைக்கிறது. அதாவது, சடப்பொருளாகிய பாசத்தைக் கொண்டே ஓர் உடம்பை அமைத்து, அதனின்றும் ஆன்மாவைச் செயல்பட வைக்கிறது. பாசத்தின் கட்டை அறுத்து, பிறவி அற்ற பேரின்ப நிலையை அடைய வேண்டும் என்பதே பிறப்பின் நோக்கம். இதுவே சித்தாந்தத்தின் கருப்பொருள்.

படைப்பு

நுண்மை நிலையிலிருக்கின்ற பதி, பசு, பாசங்களின் செயல்பாடு, பருமை நிலையாகிய பிறப்பில் அல்லது படைப்பில் வெளிப்படுகிறது.

பல்வேறு உயிரினங்கள் படைக்கப் படுகின்றன. அவை பெரும்பாலும் தான், தனது என்று பாசத்தின் பகுதியிலேயே வாழ்கின்றன. மனிதனும் அப்படியே வாழ்கிறான். இந்தப் படைப்பு நிலை வாழ்க்கைக்கு முன்னோடிதான் அணு நிலையில் இருக்கும் பசுவும், பாசமும். இந்தப் பாசத்தோடு கூடிய உயிரினங்களை மனிதர்கள் யாரும் இயக்கவில்லை. அதாவது பிறப்பு, இறப்பு, மறைவு, ஆகியவற்றிற்கு மனிதன் காரணமில்லை. எனவே ஐம்பொறி புலன்களால் உணரமுடியாத ஏதோ ஒரு பொருள்தான் இவ்வியக்கங்களுக்குக் காரணம் என்பதை

யூகித்து அறிய முடிகிறது. இவ்வளவு அருமையாக முறைப்படுத்தப்பட்டு, அறிவுக்குப் பொருந்தும் வகையில் சொல்லப்பட்ட சித்தாந்தக் கருத்துகளை ஏன் அறிவியலாக ஏற்றுக் கொள்ளக் கூடாது?

ஆரம்ப காலத்தில் அறிவியலாகக் கருதப்பட்ட கருத்துகள் குறிப்பிட்ட காலத்தில் சமயக் கொள்கைகளாக மாறிவிட்டன என்பது கண்கூடு.

சிவன்

அதாவது சித்தர்களில் முதல் சித்தராகக் கருதப்படுபவர் சிவன் என்பவராவார். அவர் சிற்றறிவாகிய ஆன்மா, பேரறிவாகிய பதியுடன் கலக்கும் நிலையை அடைய முடியும் என்பதை நிரூபித்துக் காட்டியதாகக் கருதப்படுகிறது. பேரறிவின் சக்திக்கு இணையான சக்தியை அச்சிவன் பெற்றதால், அவர் கூறிய தத்துவங்களுக்குச் சைவ சித்தாந்தம் என்ற பெயர் பிற்காலத்தில் உண்டாயிற்று எனக் கருதலாம்.

செம்மை என்ற சொல்லின் அடிப்படையாகப் பிறந்த சொல் சிவம். எல்லா வகையிலும் செம்மையானதைச் சிவம் என்ற சொல்லால் குறித்து, பின்னர் உலக வழக்கப்படி ஆணுக்கு முதன்மை தரும் வகையால் ஆண்பாற் பெயராக்கி, சிவன் எனக் கூறி வந்தனர் என்பர்.

உலகின் தோற்றக் கிரமத்தைப் பற்றி ஆராய்ந்தவர் பலர். அவர்களில் சித்தாந்திகள் ஒரு சாரார். அவர்களால் வகுக்கப்பட்ட சித்தாந்தமே ஒரு ஒழுங்கு படுத்தப்பட்ட தத்துவம் உண்மை ஆகும். அணுக் கொள்கையை நவீன அறிவியலுக்கு ஒப்பாக அப்பொழுதே சொல்லி வைத்தவர்கள் சித்தாந்திகள். எடுத்துக் காட்டாக ஒரு பாடலைக் காண்போம்:

பதிபசு பாசம் எனப்பகர் மூன்றில்
பதியினைப் போல்பசு பாசம் அனாதி
பதியினைச் சென்றணு காப்பசு பாசம்
பதியணுகில் பசுபாசம் நில்லாவே

பதி, பசு, பாசம் எனப்படும் மூன்றில், பதியைப் போலவே பசுவும், பாசமும் அநாதியானவை. அதாவது தோற்றம் ஆராயப்பட முடியாத முதன்மையை உடையவை. பதியாகியப் பேரறிவைச் சென்றணுக முடியாத நிலையில் பசு உள்ளது. ஏனெனில் அது பாசத்தினால் கட்டுண்டு கிடக்கிறது. ஆனால், பதியாகியப் பேரறிவு பசுவாகிய ஆன்மாவை அணுகினால், பசுவைப் பற்றியுள்ள பாசம் நில்லாமல் ஓடிவிடும். இதுவே சித்தாந்தத்தின் சாரம்.

சீவன்

மேவிய சீவன் வடிவது சொல்லிடில்
கோவின் மயிரொன்று நூறுடன் கூறிட்டு
மேவிய கூறது ஆயிர மாயினால்
ஆவியின் கூறு நூறாயிரத்தொன்றே.

சீவனின் (உயிர்) நுண்மையைப் பற்றித் திருமூலர் மேற்படி பாடலில் விவரிக்கிறார். ஒரு பசுவின் முடியை எடுத்து நூறாயிரம் பகுதிகளாகப் பிரித்தால், அந்த நூறாயிரத்தில் ஒரு பகுதியினைத்தான் உயிரின் கூறு எனக் கூறுவது, உயிரின் நுண்மையை விவரிப்பதற்காகவே.

உடம்பு

உடம்பாரழியின் உயிராரழிவர்
திடம்பட மெய்ஞ்ஞானம் சேரவுமாட்டார்
உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தே
உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே.

என்கிறார் திருமூலர்

பாசமாகிய உடம்பு அழிந்து விட்டால், அதனுள் இதுகாறும் செயல்பட்டுக் கொண்டிருந்த பசுவாகிய உயிர் செயல்படாமல் அடங்கிவிடும். இதுவே உயிருக்கு அழிவு எனக் கூறுகிறார். ஆனால் உயிர்கள் அழிவதில்லை. அதனால் உடம்பை வளர்க்கும் வழிமுறைகளை அறிந்து, உடம்பை வளர்த்தேன் எனக் கூறுகிறார். அதாவது, உடம்பை நீண்ட நாள் அழியாமல் காக்கும் வழிமுறைகளாகிய அட்டாங்க யோகங்கள் முதலியவற்றால் உடம்பை அழியாமல் பார்த்துக் கொண்டேன் என்கிறார். குறிப்பிட்ட காலத்தில் அழிந்து போகும் உடம்பை, அதற்கு மேலும் பல்லாண்டுகள் அழியாமல் பாதுகாப்பதே உடம்பை வளர்ப்பதாகும்.

உடம்பு வளரும்போதே உயிரையும் வளர்த்தேன் என்கிறார். உயிரை வளர்ப்பது என்றால், குறிப்பிட்ட பிறவியில் அந்த உடம்புக்கு இயற்கையாக அமைந்த அறிவை மேன்மேலும் கூர்மையாக்கி, பதியாகிய பேரறிவைக் காணுகின்ற அளவுக்குப் பக்குவப்படுத்துவதாகும்.

மேற்சொன்னவை யாவும் ஒழுங்குபடுத்தப்பட்ட உண்மைகள். அறிவோடு ஒத்துப் போகின்ற உண்மைகள். எனவே இவை சமயக் கருத்துகளாக இருப்பினும், அறிவியல் கருத்துகளாகவும் அமைந்துள்ளன.

மாற்றத்தாலாயது உலகம்

பௌத்தம்

இவர்கள் சூனியத்திலிருந்து உலகம் தோன்றியது என்ற கருத்தைக் கொண்டவர்கள். நிலையான ஆத்மா என்ற ஒரு பொருள் இல்லை. குண இயல்புகளின் தொகுப்பையே நாம் உடல் என்றும் உயிர் என்றும் கொள்கிறோம் என்பது பௌத்தர் வாதம்.

நிலையான பொருள் என்று எதுவும் இல்லை, எல்லாம் மாறிக் கொண்டே இருக்கின்றன எனக்கூறும் பௌத்தம், காய்தான் கனியானது என்பது தவறு, காய்வேறு கனிவேறு என்கிறார்கள். இக்கருத்துகளை ஆராய்ந்து பார்த்தால் அவை அறிவியலோடு ஒத்துப் போகவில்லை.

சமணம்

சமணர்கள் அணுக்களை ஏற்றுக் கொள்கின்றனர். ஆனால், அணுவிலும் உலகிலுள்ள அத்தனைப் பொருட்களிலும் இரண்டேதான் அடங்கியுள்ளன. அவை சீவன் மற்றும் அசீவனாகும். சீவன் என்பது உயிர். அசீவன் என்பது உடல். இவை தவிர மூன்றாவது பொருள் ஒன்று இல்லை என்பது சமணரின் கருத்து. ஏனெனில், அணுக்களுக்கு இயங்கும் சக்தி இயல்பாகவே அமைந்துள்ளது என நம்புகிறார்கள்.

சித்தாந்தக் கொள்கைகளுக்கும் சமணர் கொள்கைகளுக்கும் அதிக வேறுபாடு இல்லை. அணுக்களுக்கு இயங்கும் தன்மை இயல்பாகவே அமைந்துள்ளது என்கிறது சமணம். ஆனால் சித்தாந்தம் மூன்றாவது பொருளாகிய பதிதான் பசுவையும் பாசத்தையும் இயக்குகிறது எனக் கூறுகிறது.

பாசத்தைக் களைந்தால் அறிவின் சொரூபமாக உயிர் மாறிவிடும் என்ற கொள்கையைச் சமணமும் ஏற்கிறது. ஆனால் உலகிலும் பேரண்டத்திலும் நடக்கும் ஆக்கப்பாடுகளைக் காணும் போது, இக்கருத்தை ஏற்க இயலவில்லை. அணுவுக்குத் தானாகவே இயங்கும் தன்மை உண்டென்றால், அத்தன்மை உயிருக்கா அல்லது உடலுக்கா என்பது புரியவில்லை. இயங்கும் தன்மை உயிருக்கே என வைத்துக் கொண்டாலும், உயிர்கள் தாங்களாகவே இயங்கி, பல உயிரினங்களாகவும், பொருட்களாகவும் மாறுகின்றன என்பது ஏற்புடையதாக இல்லை. எனவே இது அறிவியலோடு ஒத்துப் போகவில்லை.

சாங்கியம்

மூலப்பொருள் இரண்டு. ஒன்று அறிவே சொரூபமான புருடன் (சேதனம்). மற்றது அறிவற்ற பிரகிருதி (அசேதனம்). பிரகிருதி உடலையும் ஏனைய

பொருட்களையும் தோற்றுவிப்பது, புருடனின் பொருட்டே என்பது சாங்கியர் கொள்கை.

அறிவற்ற சடப்பொருளாகிய பிரகிருதி உலகைத் தோற்றுவிக்கிறது என்பது அறிவுக்குப் பொருத்தமானதாக இல்லை.

வைசேடிகம்

இவர்கள் அணுக்களை ஒத்துக்கொள்கின்றனர். ஆரம்பகால வைசேடிகர், அதிர்ஷ்டம் என்ற தத்துவம்தான் அணுக்களை இயக்குகிறது என்றனர். பிற்கால வைசேடிகர், இறைவன்தான் காரணம் எனக் கூறினர்.

காரணத்தில் இல்லாது புதிதாக ஒரு காரியம் தோன்றும் என்பர். இரண்டு பகுதிகள் ஒன்று சேர்ந்து ஒரு பொருள் உண்டானால், பகுதிகள் இரண்டு, தோன்றிய பொருள் ஒன்று. ஆகப் பொருட்கள் மூன்றென்பர் வைசேடிகர். இவை முன்னுக்குப் பின் முரணாகவுள்ளன.

நையாயிகம்

அளவைகளாகிய பிரமாணங்கள், பிரத்தியட்சப் பிரமாண (காண்டல்) அளவையைக் கொண்டும் தர்க்கரீதியாகவும் உலகத் தோற்ற ஒடுக்கத்தை நிரூபிக்க விழைகின்றனர். இவர்கள் பிரமாணத்திற்கு மட்டும் முக்கியத்துவம் கொடுத்தனர்.

பிரத்தியட்சப் பிரமாணத்தின் மூலமாக, பதி அல்லது இறைவனை நிரூபிக்க இயலாது. தர்க்க ரீதியாக நிரூபிப்பதற்கும் கருதல் அளவை தேவை.

மீமாம்சகம்

கண்ணுக்குப் புலனாகாத அணுக்களை ஒப்புக் கொள்ளாமல், மூவினை அணுக்களை மட்டும் ஒப்புக்கொள்கின்றனர். ஆன்மாக்கள் என்றும் உள்ளவை. ஆன்மாவிற்கு அறிவு ஒரு தொழில். எனவே தொழில் நிகழும்போது செய்வோனும், தொழில்படுவோனும் பாதிக்கப்படுகின்றனர் என்பது இவர்கள் கொள்கை.

மேற்சொன்ன சமயக் கொள்கைகளில் பல முரண்பாடானவையாகவும், அறிவோடு ஒத்துப்போகாதவையாகவும் காணப்படுகின்றன.

ஆனால் அறிவுக்குப் பொருந்தும் வகையில் முறைப்படுத்தப்பட்டு, யாவரும் ஒப்புக்கொள்ளும் வகையில் அமைந்தது சித்தாந்தக் கொள்கையாகும். இது அறிவோடு ஒத்துப் போவதால் அறிவியலின் பாற்பட்டது என்பதற்கு ஐயமில்லை.

ஆன்மாவைப் பற்றி தொல்காப்பியர்

மிகப்பழமையான இலக்கண நூலின் ஆசிரியரும் சித்தாந்திகளின் முன்னோடியுமான தொல்காப்பியர், பல்லாயிரம் ஆண்டுகட்கு முன்பே உயிரைப் பற்றி மிகச்சிறப்பான அறிவியல் விளக்கத்தை அளித்துள்ளார்.

ஒன்றறிவதுவே	உற்றறிவதுவே
இரண்டறிவதுவே	அதனொடு நாவே
மூன்றறிவதுவே	அவற்றொடு மூக்கே
நான்கறிவதுவே	அவற்றொடு கண்ணே
ஐந்தறிவதுவே	அவற்றொடு செவியே
ஆறறிவதுவே	அவற்றொடு மனனே
நேரிதின்	உணர்ந்தோர் நெறிப்படுத்தினரே.

ஓரறிவுயிர்

மெய் என்ற தொடு உணர்வை மட்டும் உடையன. எடுத்துக்காட்டு: தாவரங்கள்.

ஈரறிவுயிர்

மெய், சுவை என்ற இரு அறிவுகளை உடையவை. எ-டு: அட்டை, குடற்புழுக்கள், பூநாகம், கிளிஞ்சல்கள் முதலியன.

மூவறிவுயிர்

மெய், சுவை, மணம். ஆகிய மூன்றறிவுடையன. எ-டு: எறும்பு, பேன்.

நான்கறிவுயிர்

மெய், சுவை, மணம் பார்வை ஆகிய நான்கறிவுடையன. எ-டு: தேனீ, ஈ, நண்டு, கொசு முதலியவை.

ஐந்தறிவுயிர்

மெய், சுவை, மணம், பார்வை, கேள்வி ஆகிய ஐந்தறிவுடையன. எ-டு: மிருகங்கள், பறவைகள்.

ஆறறிவுயிர்

எனத் தொல்காப்பியர் குறிப்பது மற்ற ஐந்து அறிவுகளோடு மனம் என்ற ஒன்றையும் சேர்த்து ஆறறிவோடு விளங்கும் மனிதனையே ஆகும். மனத்தன்

என்ற சொல்லே மருவி மனிதன் என்ற சொல்லாகக் காலப் போக்கில் வழங்கியிருக்கக் கூடும் என எண்ணத் தோன்றுகிறது.

சமயமாகச் சிந்தித்துச் செயல்படுபவன் மனிதன். உடம்பிலுள்ள மூளை, இதயம், என்ற இரு கருவிகளின் துணை கொண்டு, உயிருக்காக உண்டாக்கித்தரப்பட்ட தத்துவமே மனமாகும்.

உயிரினங்களைத் தரம் பிரித்து, அறிவியலோடு ஒத்துப் போகின்ற வகையில் ஆய்ந்து, உயிரியல் கருத்துகளை அன்றே நம் முன்னோர்கள் சொல்லி வைத்திருக்கிறார்கள் என்றால், அவர்களின் அறிவியல் திறனைப் பாராட்டாமலிருக்க முடியாது.

திருக்கூத்து

சித்தாந்த சமயப்படி, சிவனாகிய இறைவன் அண்ட வெளியில் நடனமாடுகிறான். அவன் ஆடுகின்ற ஆட்டத்திற்குத் திருக்கூத்து எனப் பெயரிட்டிருக்கிறார்கள். அதன் அடிப்படையிலேயே, சிவனின் சிலையை நடனமாடும் பாணியில் அமைத்திருக்கிறார்கள்.

சித்தர் திருமூலர் திருக்கூத்தைப் பற்றி விவரிக்கும் போது சிவன் ஆடுகின்ற ஆட்டத்தில் அனைத்து அண்டங்களும் அவற்றிலுள்ள அனைத்து அசையும், அசையாப் பொருட்களும் ஆடுகின்றன எனக் கூறுகிறார்.

சிவன் நடனமாடுமிடம் அண்டவெளி. அதையே சிதம்பரம என்கின்றனர். சித்+அம்பரம் = சிதம்பரம். அறிவு வெளி என்பது இதன் பொருள். அதாவது அனைத்தும் தானாகி நிற்கின்ற பேரறிவாகிய பதி, சிற்றறிவாகிய ஆன்மாவுக்காக, அண்டத்திலுள்ள அணுக்களைச் சேர்த்துப் பல உருவங்களை உண்டாக்கி, அவ்வுருவங்களில் ஒவ்வொரு உயிரையும் செயல்படவைக்கிறார். இதுவே படைப்புத் தத்துவமாகும்.

படைத்த உயிரினங்களுக்குத் தேவையானவற்றையும் படைத்தருளுகிறார் (அளித்தல்). படைக்கப்பட்டவற்றைக் குறிப்பிட்ட காலம் வரை நிலைத்திருக்கச் செய்கிறார் (காத்தல்). பின்னர் மீண்டும் அவ்வுடல்கள் அணுக்களாகப் பிரிக்கப் படுகின்றன (அழித்தல்).

இத்தனையையும் செய்யும் அந்தப் பதி அணுவுக்குள் அணுவாக உடன் இருந்தும், உயிர்களுக்குத் தன்னைக் காட்டாது மறைந்திருக்கிறது (மறைத்தல்).

இவ்வாறு அணுக்கள் சேர்ந்து பொருளாகி, நிலைத்துப் பின் மீண்டும் அணுக்களாகப்பிரியும் இச் செயலானது அறிவியல் அடிப்படையில் "Agglomeration" எனக் கூறத்தகும்.

சமயச் சடங்குகள்

வைணவத் திருக்கோயில்

காக்கும் கடவுளாகக் கருதப்படும் திருமாலின் கோயிலில் கொடுக்கப்படும் பிரசாதம் துளசி, நீர், கற்பூரம் ஆகியவை கலந்த கலவை. துளசியில் ஓசோன் (Ozone) இருப்பதாகக் கண்டறிந்திருக்கிறார்கள். இது சளியைப் போக்கி உடலைக் காக்கவல்லது. கற்பூரம் இதயத்தைத் தூண்டி, உடம்பிற்குச் சூட்டைத் தந்து, சீதளம் அணுகாமல் காக்கவல்லது. ஆக காக்கும் கடவுளின் திருக்கோயிலில் மக்களின் உடல் நலம் காக்கும் பணி நடக்கிறது. எனவே சமயத்திலும் அறிவியல் கலந்திருக்கிறது என்று கூறலாம்.

சிவத் திருத்தலம்

சிவன் கோயில்களில், திருநீறும் வில்வ இலையும் பிரசாதமாகக் கொடுக்கப்படுகிறது. திருநீறு, மனிதன் இறுதியில் ஒரு பிடி சாம்பலாகப் போகிறான் என்ற உண்மையை உணர்த்துவது என்பார்கள். திருநீற்றை நெற்றியிலும் உடம்பிலும் பூசிக்கொண்டால், அது தேவையற்ற நீரை உறிஞ்சி நன்மை பயக்கும் என்பது அறிவியல் உண்மை.

வில்வ இலை மிகுந்த மருத்துவப் பயன் உடையது. இதயத்திற்கு வன்மை தரும் என அறிவியல் பூர்வமாக நிரூபிக்கப்பட்டிருக்கிறது. இது மதுமேக நோய் என்ற நோய்க்கும் சிறந்த மருந்தாகும். எனவே இங்கேயும் அறிவியலைக் காண்கிறோம்.

மாரியம்மன் கோயில்

அம்மனுக்கு மஞ்சளும் கஸ்தூரி மஞ்சளும் அரைத்துப் பூசப்படுகின்றன. மஞ்சள் கிருமிகளின் வளர்ச்சியைத் தடுக்க வல்லது. கஸ்தூரி மஞ்சள் தோலுக்கு நன்மை பயக்கக் கூடியது.

மாரியம்மன் கோயில்களில் வேப்பிலை முக்கிய பங்கு வகிக்கிறது. வேப்பிலை, நுண்ணுயிரிகளான வைரஸ் மற்றும் பல நோய்க்கிருமிகளின் வளர்ச்சியைத் தடுக்கவல்லது என்பது ஆராய்ச்சியாளர்களின் முடிவு. வேப்பமரம் சூழ்ந்துள்ள இடத்தில் வசிப்பவர்களை நோய்க்கிருமிகள் அணுகாது என்பது அறிவியல் உண்மை.

அம்மை நோய்

அம்மை நோய் வந்தால் அது மாரியம்மனின் கோபத்தால் வந்த நோய் என்ற ஐதீகம் உள்ளது. அந்த நோயின் போது வீட்டிலுள்ள அனைவரும் மிகத்தூய்மையாக இருக்க வேண்டும் என்ற கட்டுப்பாடு உண்டு. அசுத்தமாக இருந்தால் அம்மை நோயை உண்டாக்கும் நுண்ணுயிரிகள் (Virus)அதிகமாக வளரும் சூழ்நிலை ஏற்படும். எனவே குடும்பத்திலுள்ளவர்கள் மிகவும் தூய்மையாக இருக்கவேண்டும். இது நோயில்லா நெறி ஒழுக்கத்தையும், நோயை எதிர்த்துக் காத்தலையும் (Hygine and preventive measures) சுட்டிக் காட்டுகிறது.

அம்மனால் வந்த நோய் என்பதால், அம்மனுக்கே உரித்தாக்கப்பட்ட வேப்பிலையும் மஞ்சளும் முக்கிய பங்கு வகிக்கின்றன. நோயாளியைச் சுற்றிலும் மஞ்சள் கரைத்த நீரைத் தெளிப்பார்கள். வெளியிலிருந்து வீட்டுக்கு வருபவர்களும் மஞ்சள் நீரைத் தெளித்துக் கொண்டு வரவேண்டும் என்ற நியதி உண்டு. இது சடங்காகத் தோன்றினாலும், கிருமி கொல்லிச் செய்கையுள்ள மஞ்சள், நோய்க்கிருமிகள் அண்டாமல் பாதுகாக்கவும், நோயை உண்டாக்கின கிருமி அதிக வலுப்பெறாமலும் இருக்கவே இவை செய்யப்படுகின்றன என்பது அறிவியல் உண்மை.

அம்மை கொப்புளங்கள் உலர்ந்து பக்குக் கட்டும் நிலையில், அதிலுள்ள கிருமிகள் மற்றவர்களைத் தாக்காமலிருக்கும் பொருட்டு, அவற்றின் வலிமையை அடக்க, வேப்பங் கொழுந்தும் மஞ்சளும் சேர்த்து அரைத்த கலவை, கொப்புளங்களுக்குப் பூசப்படுகின்றது. இதனால் அங்குள்ள நமைச்சல் குறைவதுடன் அதிலுள்ள கிருமிகள் பலமிழந்தும் விடுகின்றன.

கடவுளின் பெயரைச் சொல்லி பயமுறுத்தினாலொழிய மனிதர்கள் இந்நோய் நிலைகளில் சுத்தமாக இல்லாமலிருக்கும் வாய்ப்புகள் உண்டு. கடவுளுக்கு உகந்த பொருட்கள் எனப் பயன்படுத்தப்படும் பொருட்கள், கடவுளின் கோபத்தைத் தணிப்பதாக ஐதீகம். இதிலும் நம் முன்னோர்கள் அறிவியலை மிக நுட்பமாகப் புகுத்தியிருக்கிறார்கள் என்றால் அது மிகையாகாது.

அம்மைநோய் வந்தால், இன்று வரை அதனைத் தீர்ப்பதற்கு மருந்துகள் கண்டுபிடிக்கப்படவில்லை. அக்காலத்திலிருந்து பின்பற்றி வரும் ஒழுக்கங்களையே இன்று வரை கடைப்பிடித்து வருகிறோம். அதாவது நம்முன்னோர்கள், அந்த நுண்ணுயிரிகளைக் கட்டுப்பாட்டில் வைத்து வெளியேற்றும் வழிமுறைகளையே சமய அடிப்படையில் அறிவியலாகத் தந்திருக்கிறார்கள் என்பது பெறப்படுகின்றது.

வைகுண்ட ஏகாதசி

வைகுண்ட ஏகாதசியன்று இரவு முழுவதும் கண் விழித்து உபவாசம் இருப்பார்கள். அடுத்த நாள் காலையில் உணவருந்தும் போது, அதில் அகத்திக் கீரையைக் கண்டிப்பாகச் சேர்ப்பார்கள். இதன் தத்துவம் யாதெனில், இரவு முழுவதும் விரதம் இருந்து கண் விழிப்பவர்களுக்குப் பித்தம் மிகுதியாகும். அதனைச் சமனப்படுத்துவதற்காகவே, அறிவியல் அடிப்படையில் அகத்திக்கீரையைச் சேர்த்திருக்கிறார்கள். ஆனால் அதை ஒரு சடங்காகவே நினைத்துப் பின்பற்றி வருகிறோம்.

தைப் பொங்கல்

தைப் பொங்கல் நாளன்று மிகச் சுத்தமாக இருந்து பொங்கலிட வேண்டும் என்பது நியதி. அதேபோல் பிறர் கைகள் பட்டு மாசுபடாத அரிசிக்காக, நெல்லை எடுத்து உரலிலிட்டுக் குத்தி, பச்சரிசியாக எடுத்து அதனைப் பொங்கலிட வேண்டும் என்பது, கைக்குத்தலரிசியில் வைட்டமின் சத்துகள் வெளியேறாமல் உடலுக்கு வன்மை தரும் என்பதே இதன் நோக்கம். இதிலும் அறிவியல் கலந்திருக்கிறது.

பிள்ளையார் சதுர்த்தி

பிள்ளையார் சதுர்த்தியன்று பிள்ளையாருக்குப் படைக்கும் பொருட்கள் யாவும் மருத்துவப் பயன் உடையவை. பிள்ளை என்ற அடிப்படையில் பொரி, கடலை, அவல் ஆகியவை உணவாகவும், மருந்துப் பொருளாகவும் படைக்கப் படுகின்றன.

பிள்ளையாருக்குப் போடும் மாலைகளில் அருகம்புல் மாலையும், வெள்ளெருக்கம்பூ மாலையும் குறிப்பிடத்தக்கவை. அருகம்புல்லும் வெள்ளெருக்கம் பூவும் மிகச் சிறந்த மருத்துவ குணம் உடையவை. ஒரு பக்கம் ஆன்மீகமாக இருந்தாலும் அதில் அறிவியலும் கலந்தேயிருக்கிறது.

சிவன் முப்புரத்தை எரித்ததாகப் புராண வரலாறு உண்டு. சிவனின் நெற்றிக்கண்ணிலிருந்து வந்த தீ அகில அண்டங்களையும் தகித்தது. பொறுக்க முடியாத தேவர்கள் திருமாலை அணுகி, வெப்பம் தணிய என்ன செய்யவேண்டும் என்று கேட்டனர். அவர் பிள்ளையாரைச் சென்று பார்க்கச் சொன்னார். பிள்ளையாரைப் பார்த்தபோது, முதலில் அருகம்புல்லைச் சிவன் மேல் போடச் சொன்னதாகப் புராண வரலாறு. இதிலிருந்து. அருகம்புல்லின் மருத்துவகுணம் தெரிகிறதல்லவா?

16-ஆம் நாள் நடப்பு

ஒரு வீட்டில் ஒருவர் இறந்து விட்டால், அவரை அடக்கம் செய்து, குழியில் பால் ஊற்றும் வரை இறந்தவரின் நெருங்கிய உறவினர்களும் நண்பர்களும் பட்டினி கிடப்பார்கள். அடுத்த நாள் உணவில் அவர்களுக்கு அகத்திக்கீரையை ஒரு பொரியலாகச் சேர்ப்பது வழக்கமாயுள்ளது. அதன் காரணம், பட்டினி கிடந்து, தூக்கம் விழித்தவர்களுக்குப் பித்தம் அதிகரிக்கும். அந்தப் பித்தத்தைச் சமனம் செய்யவே அகத்திக் கீரை பொரியல் அன்றைய உணவில் ஒரு கறியாகச் சேர்க்கப்படுகிறது. அதே போல் 16-ஆம் நாள் நடப்பிலும் அகத்திக் கீரையை உணவில் சேர்ப்பார்கள். இம்முறைகள் வெறும் சடங்காகத் தொன்று தொட்டு கடைப்பிடிக்கப்பட்டு வந்தாலும் அவற்றில் அறிவியலும் உள்ளது என்பது உண்மை.

தர்ப்பணம்

இறந்தவருக்காக ஆண்டுக்கொருமுறை குறிப்பிட்ட திதியில் தர்ப்பணம் செய்யும் வழக்கம் நம்மிடையே உண்டு. தர்ப்பணத்தன்று உணவில் அதிக வகையான காய்கறிகளும் நெய்யும் சேர்க்கப்படும். அத்தோடு கண்டிப்பாகப் பிரண்டைத் துவையலும் உணவோடு சேர்க்கப்படும். வகைவகையான காய்கறிகளும் நெய்யும் சேர்த்து உண்பதால் அவை எளிதில் செரிக்காது. எனவே, செரிமானத்தைத் தூண்டி, கொழுப்புச் சத்தையும் மற்ற சத்துகளையும் நன்கு செரிக்க வைக்கவே பிரண்டைத் துவையல் சேர்க்கப்படுகிறது. இது ஒரு சடங்காகச் செய்யப்பட்டாலும், உண்மையில் மருத்துவ அறிவியலின் பாற்பட்டதாகும்.

தமிழ்ப் புத்தாண்டு

நமது அன்றாட உணவில் அறு சுவைகளும் இருந்தால்தான் நம் உடம்பில் செயல்படுகின்ற வளி (வாதம்), அழல் (பித்தம்), ஐயம் (கபம்)என்ற சக்திகள் சீராகச் செயல்படும். ஆனால் நாம் பெரும்பாலும் கைப்புச் சுவையை தினமும் விரும்பி உண்பதில்லை. ஆண்டு முழுவதும் அது வேண்டும் என்பதை அறிவுறுத்தவும், நமது உடலில் படைப்புக்கும் வளர்ப்புக்கும் ஆதாரமாகிய வளி என்ற தத்துவம் நன்கு செயல்பட வேண்டும் என்ற காரணத்தாலும் கைப்புச் சுவையுடைய வேப்பம்பூவைப் புத்தாண்டு பிறக்கும் நாளில் உண்ண வேண்டும் என்று நமது முன்னோர்கள் சொல்லி வைத்தார்கள்.

ஐம்பூத அடிப்படையில் வாயு + ஆகாயம் என்ற கூட்டுதான் கைப்புச் சுவைக்கு ஆதாரம். வளி அல்லது வாதம் என்ற தத்துவத்திற்கும் ஆதாரம், வாயு +

ஆகாயம் என்பவற்றின் கூட்டுதான். எனவேதான் வேப்பம்பூபச்சடி. வேப்பம்பூரசம் ஆகியவை அன்று உட்கொள்ளப்படுகின்றன.

பிள்ளையாரை வழிபடுதல்

பிள்ளையாரை வழிபடும்போது, இரு கைகளையும் குறுக்காக வைத்துத் தலையில் குட்டிக் கொள்கிறோம். வலது பக்க மண்டையை இடது கையாலும் இடது பக்க மண்டையை வலது கையாலும் குட்டிக் கொள்கிறோம். இதன் மூலம் மூளையை ஊக்குவித்து, பிள்ளையாரிடம் நல்லறிவும் உடல் நலமும் தர வேண்டும் என வேண்டுகிறோம்.

வலதுபக்க மூளை பாதிக்கப்பட்டால் இடது பக்க உறுப்புகளும், இடதுபக்க மூளை பாதிக்கப்பட்டால் வலது பக்க உறுப்புகளும் பாதிக்கப்படும் என்பது நவீன அறிவியல் கொள்கை. இதையேதான் சித்தர்கள், கத்தரிக்கோல் மாறலாக, வலது பக்கப் பெருவிரலில் தொடங்கி இடது மூக்கைப் பற்றும் என்றும் இடது பக்கப் பெருவிரலில் தொடங்கி வலது மூக்கைப் பற்றும் என்றும் கூறுகிறார்கள். இதன் அடிப்படையில்தான் கைகளைக் குறுக்காக வைத்து மண்டையில் குட்டிக் கொள்கிறோம். இது அறிவியல் தானே?

பின்குடுமி வைத்தல்

அக்காலத்தில் ஆண்கள் பின்குடுமி வைப்பது பழக்கத்தில் இருந்தது. இன்னும் அப்பழக்கம் ஒரு சாராரிடத்தில் உள்ளது. இது ஒரு சமயச் சின்னம் மட்டும் தானா?

சூரியனின் அதிவெப்பத் தாக்குதலால் (Sun stroke) பல பேர் இறப்பதாக நாளிதழ்களில் பார்க்கிறோம். சூரிய வெப்பத்தின் தாக்குதலை ஓரளவுக்குத் தாங்கக் கூடியது பின் குடுமி. தலையின் பின்பக்கத்தில் முகுளம் என்ற உறுப்பு உள்ளது. அதன் மேல் நேரடியாக அதி வெப்பம் தாக்கினால் மயக்கமும், சிலருக்குச் சாவும் ஏற்பட வாய்ப்புள்ளது. அவற்றைத் தவிர்க்கப் பின் குடுமி உதவுகிறது.

எதிரிகள் யாராவது பின் பக்கம் தாக்கினால் அந்த அடி முகுளத்தின் மீது விழுந்தால், உடனடி மயக்கம் வரும். சாவும் நேரிடலாம். ஆனால் சுருட்டிக்கட்டிய பின் குடுமிக் கொண்டையில் அடிபட்டால், அடியின் வேகத்தைப் பின் குடுமி தாங்கிக் கொள்ளும் என்பதற்காகவே பின் குடுமி அக்காலத்தில் வைக்கப்பட்டது. இந்த அறிவியல் அடிப்படை தெரியாமல், சிகையலங்காரம் மாறிக் கொண்டே வருகிறது.

அன்றாட வாழ்வில் எண்ணெய்க் குளியல்

நாம் நாள்தோறும குளிக்கிறோம். இதில் ஆண், பெண் என்ற வேறுபாடில்லை. ஆனால் எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிப்பதற்கு மட்டும் ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் தனித்தனி நாட்களைச் சொல்லியிருக்கிறார்கள் நம் முன்னோர்கள்.

ஆண்கள் புதன் மற்றும் சனிக்கிழமைகளிலும், பெண்கள் செவ்வாய் மற்றும் வெள்ளிக் கிழமைகளிலும் தான் எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிக்க வேண்டும் என்ற நியதி ஏன்?

திருமணமான ஆணும் பெண்ணும் ஒரே நாளில் எண்ணெய் தேய்த்துக் குளித்துவிட்டு இணைவிழைச்சுக் கொண்டால் சீதளம் நேரிடும் என்ற காரணத்தால்தான் ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் வெவ்வேறு நாட்களில் எண்ணெய்க்குளியல் மேற்கொள்ள வேண்டும் என்று கூறியிருக்கிறார்கள். இந்த அறிவியல் உண்மை தெரியாமலே நாம் அவற்றைப் பின்பற்றி வருகிறோம்.

நாமம்

வைணவ ஆண்களும் பெண்களும் நெற்றியில் நாமம் வைத்துக் கொள்கிறார்கள். ஒற்றை நாமம், மூன்று நாமம் என்று எதை வைத்தாலும் அது புருவ நடுவை மறைத்தே செல்கிறது. எனவே வசியம் முதலியன செய்ய இயலாது.

உண்ட களைப்பு தொண்டருக்கும் உண்டு

உண்ட களைப்பு தொண்டருக்கும் உண்டு என்ற பழமொழி அறிவியல் அடிப்டையைக் கொண்டது. அயராமல் தொண்டு செய்யும் தொண்டராயினும் உண்டபின் களைப்பு ஏற்படும், ஏன்?

உணவு உண்டபின், செரிமான நீர்களைச் சுரக்கும் பொருட்டு அமிலங்கள், என்சைம்கள், ஆர்மோன்கள் ஆகியவற்றின் பெரும்பகுதி வயிற்றுக்குப் போய்விடும். எனவே மற்ற அவயங்களுக்குச் சோர்வு உண்டாகும். அதனாலேயே சோர்வு உண்டாகிறது. எனவேதான் அயராது உழைப்பவர்க்கும் உண்ட பின் ஓய்வு தேவைப்படுகின்றது.

தீட்டு

தீட்டு என்பது நம்மிடையே பழக்கத்தில் உள்ள ஒன்று. "செத்தால் தீட்டு, சிரைத்தால் தீட்டு" என்ற பழமொழியே உண்டு.

ஒருவர் இறந்து விட்டால், அவரின் உடம்பிலிருந்த உயிர் செயல்படாமல் அடங்கிவிடுகிறது. அந்த உடம்பில் எதிர்ப்புச் சக்தி போய்விடுகிறது. எனவே

சூழ்நிலையில் உள்ள கிருமிகள் உடலைத் தாக்குகின்றன. அதனாலேயே உடம்பு உப்பி, கெட்ட மணமும் வெளியாகிறது. அந்த உடம்பு கெடாமல் இருப்பதற்காகவே பனிக்கட்டிகள் வைப்பது முதலியவற்றைச் செய்கிறார்கள்.

சாவுக்கு வந்தவர்கள் உடலைத் தொட்டு, சிலர் கட்டிப் பிடித்துக் கூட அழ நேரிடும். அப்போது அந்தப் பிணத்தைப் பற்றிய கிருமிகள் அவர்களையும் பற்றும் வாய்ப்பு உள்ளதால் அந்நிலையைத் தீட்டு என்கிறோம். தீட்டுப்பட்டால் நன்றாகக் குளிக்க வேண்டும் என்பது சமய நியதி. குளித்தால் அக்கிருமிகள் கழுவிக் களையப்படுகின்றன. இதுவே அறிவியல் உண்மை.

சிரைத்தால் தீட்டு

அக்காலத்தில் பல சமயச் சடங்குகளின் போது முடியைச் சிரைக்கும் பழக்கம் உண்டு. அதுமட்டுமின்றி ஒரு வாரம் அல்லது 15 நாட்களுக்கொருமுறை சவரம் செய்யும் பழக்கம் இருந்து வந்தது. சவரம் செய்துகொண்டவர் குளிக்காமல் வீட்டிற்குள் வரக்கூடாது. அவரது உடையையும் உடனே துவைத்துவிட வேண்டும் என்பது வழக்கம்.

இப்பொழுது போல் அப்பொழுது தானே சிரைத்துக்கொள்ளும் வசதிகள் (Self shaving) இல்லை. ஒரு ஊருக்கு ஒரு நாவிதர் இருப்பார். அவரிடம் உள்ள கத்தியால் மாற்றி மாற்றி பலபேருக்குச் சவரம் செய்யும் நிலை இருந்தது. இதனால், மற்றவரிடமிருந்து ஒட்டி வந்த கிருமிகளோ, பூஞ்சக்காளான்களோ (Fungus) குளிப்பதன் மூலம் களையப்படுகின்றன. இந்த அறிவியல் உண்மையைச் சமய அடிப்படையில் சடங்காகக் கூறி வைத்தார்கள் நம் முன்னோர்கள்.

மாதவிடாய்த் தீட்டு

பெண்களுக்கு மாதவிடாய் உண்டாகும் போதும், முதன்முதலில் பெண் பருவம் அடையும் போதும் தீட்டு என்று அவர்களைத் தனிமைப் படுத்தி வைக்கிறோம். மாதவிடாயின் போதும் முதன் முதலில் பூப்பெய்தும் போதும் பெண்ணின் உடம்பிலுள்ள குருதி மிகுதியாக வெளியேறுகிறது. அதனால் அப்பெண் மிகுந்த பலக் குறைவுடன் இருப்பார். மற்றவர்களிடம் உள்ள நோய்கள் எளிதில் அவரைப் பற்றும் வாய்ப்பு அதிகமுள்ளதால் அவர்களைத் தனிமைப் படுத்தும் வழக்கம் வந்தது. முதன்முதலில் பூப்பெய்தியப் பெண்களைத் தனிமைப்படுத்துவது மட்டுமின்றி, அப்பெண்ணுக்கு உளுந்தங்களி, முட்டை, நல்லெண்ணெயில் கலந்து கொடுத்தல் போன்றவை செய்யப்படுவதற்குக் காரணம், அப்பெண்ணின் எதிர்ப்பாற்றலை மிகுதிப் படுத்துவதற்கேயாகும்.

அதுமட்டுமின்றி, அப்பெண்களுக்குச் சில நோய்கள் முன்பே இருந்தால், அந்நோயின் பலம் அதிகப்படும் வாய்ப்பு உள்ளது. அப்படி அதிகப்பட்ட நோய் மற்றவர்களையும் தொற்றாமல் இருக்கவும் அவர்கள் தனிமைப் படுத்தப்படுகிறார்கள்.

மழைக் காலங்களில்

மழைக் காலங்களில் இடிஇடிக்கும்போது, நமது கிராமங்களில் "ஆற்றைப்பற்றி, அரசைப்பற்றி அர்ச்சுனா, அர்ச்சுனா " என்று சொல்லும்படி சொல்வார்கள். ஐதீகப்படி, அர்ச்சுனன் தேரைச் செலுத்தும்போது சாட்டையைச் சுழற்றுவதால் உண்டாகும் ஒளியும் ஒலியும்தான் இடியும் மின்னலும் என்பார்கள்.

அறிவியல்படி இடிஇடிக்கும் போது வாயை மூடிக்கொண்டிருந்தால் செவிப்பறை இடியின் ஒலியால் கிழிந்துவிடும் அபாயம் உள்ளது. எனவே வாய் நிறையக் காற்றை நிரப்புவதற்காக, வாயைத் திறந்திருக்கும்படியாகச் செய்யும் சொற்களை உச்சரிக்க வைத்திருக்கிறார்கள் நம் முன்னோர்கள் என்றால் அவர்கள் அறிவியலை எப்படியெல்லாம் கையாண்டிருக்கிறார்கள் என்று வியக்க வைக்கிறது.

புலால் மறுத்தல்

சைவர்கள் புலாலை மறுப்பார்கள். பொதுவாகப் புலாலை மறுப்பவர்களையும் சைவம் என்றே கூறுவது வழக்கம். சைவத்தில் புலாலை ஏன் மறுத்தார்கள்?

புலாலை உண்ணும் மனிதன் மிருக குணத்தைச் சிறிது சிறிதாகப் பெறுகின்றான். இக்குணத்தால் அவனது ஆணவம் அதிகமாகிறது. அறிவை மறைக்கின்ற தத்துவமாகிய ஆணவத்தினால் உடல், உள்ளம் இரண்டும் பாதிக்கப்படுகின்றன. ஏனெனில் புலால் உணவு, இரசோ குணத்தையும் தமோ குணத்தையும் தர வல்லது.

சத்துவ குணம் தரும் தாவர உணவுகளை உண்பதால் உள்ளத்தில் சத்துவ குணம் பிறக்கிறது. அதனால் உள்ளமும் உடலும் தூய்மை அடைகின்றன என்பதை மறுக்க இயலாது. அதனால்தான் வள்ளுவரும் "கொல்லான் புலாலை மறுத்தானைக் கைகூப்பி எல்லாவுயிரும் தொழும்" என்றார்.

இரசோ குணத்தினால் அதிகமாகக் கோபப்படும் ஒருவனின் இரத்தம் அதிகம் சூடேறுகிறது. அதனால் இரத்தம் நச்சுத்தன்மை அடைகிறது. அத்தோடு குருதி அழுத்த நோயும் உண்டாக வாய்ப்புள்ளது. எனவே புலாலை மறுப்பது அறிவியல் அடிப்படையில் உள்ளம், உடல் இரண்டுக்கும் மிகுந்த நன்மை பயக்கும் என்பது, தொக்கி நிற்கும் உண்மை.

மந்திரம்

நிறைமொழி மாந்தர் ஆணையிற் கிளக்கும்
மறைமொழி தானே மந்திரமென்ப

என்பது ஆன்றோர் வாக்கு.

நிறைமொழி மாந்தர் என்றால், எல்லாவற்றிலும் நிறைவான சிந்தனைகளும் செயல்களும் உடையவர்கள். இவர்களின் உள்ளத்தின் ஆழத்திலிருந்து இயற்கையாக வெளிவருகின்ற சொற்களை மந்திரம் என்பர் பெரியோர். 'எண்ணம், சொல், செயல்' ஆகிய மூன்றிலும் தூய்மையுடைய மனிதரின் சொற்களுக்கு வலிமையுண்டு. அச்சொற்களே மந்திரச் சொற்களாகும். அவற்றால் பலிதமுண்டாகும்.

எனவே மனத்தூய்மை முதற்காரணமாய் அமைந்து, உடலுக்கும் உயிருக்கும் நன்மை பயக்கும் என்பது அறிவியல் உண்மை.

மருந்து வகை

உலக வாழ்வில் திளைத்திருப்பவர்களுக்கு வீர மருந்து, விண்ணோர் மருந்து. நாரி மருந்து என்ற மூன்றைக் கூறிய திருமூலர், ஞானிகளுக்கும் யோகிகளுக்கும் வேறு மருந்தைக் கூறுகிறார். அம்மருந்து எல்லாவற்றிற்கும் முதன்மையானது. அம்மருந்தை அறிவால் மட்டுமே அறியமுடியும். ஆனால் அதைச் சொற்களால் விளக்க இயலாது. ஏனெனில் அறிவாகிய ஆன்மாவால் மட்டுமே அதனை அறிய முடியும் என்பது அவர் கருத்து.

1. நாரி மருந்து : நாரி என்றால் பெண். அது பராசக்தியைக் குறிக்கும். பராசக்தி மலைமகள். அவள் பச்சை நிறமுடையவள். எனவே மலைவாழ் மூலிகைகளைக் கொண்டு செய்யப்படும் மருந்து நாரி மருந்து என்று அழைக்கப்படுகிறது. நாரி மருந்தென்றால், பெண்களுக்கே சிறப்பாகச் செய்யப்படும் மகளிர் மருத்துவம் எனவும் பொருள் கொள்ளலாம்.

2. விண்ணோர் மருந்து : தேவர்களுக்குரிய மருந்து. தேவர்கள் இளமை மாறாதவர்கள் என்பது ஐதீகம். எனவே காயகற்ப மருந்தே விண்ணோர் மருந்து எனக் கொள்ளல் தகும்.

3. வீர மருந்து : அக்காலத்தில் ஆணாகப் பிறந்த ஒவ்வொருவரும் போருக்குச் சென்று மார்பில் வாளும் வேலும் தாங்கி வீரமரணம் எய்த வேண்டும் என்ற கொள்கை இருந்தது. ஆனால், வீட்டிலுள்ள அத்தனை ஆண்களும் போருக்குச் செல்ல இயலாது. எனவே போருக்குச் செல்லாதவர்கள் நிலை என்ன? போருக்குச்

செல்ல வாய்ப்பில்லாத ஆடவர்கள் இறந்தால், வீரத்தின் சின்னமாக அவர்கள் மார்பில் வாள் அல்லது வேலைப் பாய்ச்சிய பின் புதைக்கும் வழக்கம் இருந்து வந்திருக்கின்றது. காலப் போக்கில் அப்பழக்கம் மாறுபட்டு, இறந்தவரின் காது குத்தப்படாமல் இருந்தால், அவர் காதைக் குத்திய பின் புதைப்பது இப்போதைய மரபாகியுள்ளது.

எனவே வீரத்திற்கு அறிகுறியான ஆயுதங்களைக் கொண்டு செய்யப்படும் மருத்துவமே வீரமருந்து எனத் திருமூலரால் குறிப்பிடப் பட்டிருக்கலாம். இதனை அறுவை மருத்துவ முறையாகக் கருதலாம்.

மருத்துவ முறை

மருத்துவ முறைகளையும் திருமூலர் நான்கு வகைகளாகப் பிரித்திருக்கிறார். அவை:

1. உடலைப் பற்றிய நோய்களைத் தீர்க்கும் மருந்துகள்
2. மனத்தைப் பற்றிய நோய்களைத் தீர்க்கும் மருந்துகள்
3. நோய்கள் வராமல் தடுக்கும் மருந்துகள்
4. சாவை மறுத்து மரணமிலாப் பெருவாழ்வு வாழச் செய்யும் மருந்துகள்

என்பனவாகும்.

முதல் மூன்று மருந்துகளும், உலகியல் வாழ்வில் திளைத்திருப்பவர்கள், தங்கள் வாழ்நாள்வரை நலத்தோடு வாழ்வதற்காகக் கூறப்பட்டவை ஆகும்.

ஆனால் நான்காவதாகச் சொல்லப்பட்ட மருந்து ஞானிகளுக்கும் யோகிகளுக்குமாகும். முதல் மூன்று மருந்துகள் ஆயுளை நீட்டிக்குமேயொழிய, சாவைத்தடுக்க இயலாது.

அறிவாகிய ஆன்மா தன் இயற்கை அறிவை அனுபவத்தாலும், பயிற்சிகளாலும் உயர்த்திக் கொள்வதே ஞானமாகும். இந்த ஞானத்தின் வாயிலாகப் பேரண்டம், இவ்வுலகம், இவைகளிலுள்ள ஆக்கப்பாடுகள் அனைத்தையும் அறிந்து, அத்தத்துவங்கள் அனைத்தையும் ஒழுங்குபடுத்தி, மக்கள் பயனடையும் வண்ணம் வெளிப்படுத்தி இருக்கிறார்கள்.

எனவே இயற்கை அறிவை உயர்த்தி ஞானமாக்கியவர்கள் சித்தாந்திகள் என்றழைக்கப்படுகின்றனர். அந்த ஞானத்தினால் கண்ட உண்மைகளை ஒழுங்குபடுத்தி, அறிவுக்கு ஒத்திருக்கும்படிச் செய்து, உலகிற்கு ஈந்தவர்களும் அவர்களே.

நிலை பிறழ்ந்த ஒருவருக்கு மருந்துகள் கொடுத்து, அகக்கருவிகளாகிய இதயம், மூளை ஆகியவற்றைத் தன்னிலைக்குக் கொண்டு வருவது மருத்துவம். இயற்கையாகத் தன்னிலையிலிருக்கின்ற அறிவை, யோகப் பயிற்சிகளின் மூலம் ஞானத்தைப் பெறப் போதிப்பது சித்தாந்தம். இவையிரண்டிலுமே அறிவியல் கலந்துள்ளது.

சமயக் கொள்கைகளில் கடவுட் கொள்கை மேலோங்கிக் காணப்பட்டாலும், அவற்றில் அறிவியல் கலந்திருக்கிறது என்பதை மறுக்க இயலாது. எனினும் இறுதிநிலை இறைவனைக் காண்பதுதான் என்பது சித்தாந்தம்.

பரிணாம வளர்ச்சித் தத்துவம்

உலகில் உயிரினங்களின் தோற்ற-வளர்ச்சியைப் பற்றி ஆராய்ந்த சார்லஸ் டார்வின் (Charles Darwin)என்ற உயிரியல் அறிஞர், குரங்கிலிருந்து பிறந்தவன் மனிதன் என்கிறார். தற்போது அக்கொள்கை தள்ளிவைக்கப்பட்டு, முதல் உயிரினம் நீரிலிருந்துதான் தோன்றியிருக்கக்கூடும் எனக் கூறப்படுகிறது. இக்கொள்கையை நிரூபிக்கும் வகையில் அமைந்திருக்கிறது வைணவ சமயக் கோட்பாடு.

திருமாலின் அவதாரங்கள்

வைணவக்கோட்பாட்டின்படி, திருமால் பத்து அவதாரங்கள் எடுத்ததாகக் கருதப்படுகிறது. இப்பத்து அவதாரங்களை வரிசைப் படுத்திப் பார்த்தால், உயிரினங்களின் பரிணாம வளர்ச்சியை நினைவூட்டுவது போல் அமைந்திருக்கிறது.

1. மச்ச அவதாரம்

திருமாலின் முதல் அவதாரமாகிய மீன் அவதாரம் முதல் உயிரினம் நீரிலிருந்து தோன்றியது என்ற நவீன அறிவியல் கருத்தை மெய்ப்பிக்கின்ற வகையில் அமைந்திருக்கிறது.

2. கூர்ம அவதாரம்

மீனுக்கு அடுத்த பரிணாம வளர்ச்சி, நீரிலும் நிலத்திலும் வாழக்கூடிய ஆமையின் அவதாரம்.

3. வராக அவதாரம்

ஆமைக்கு அடுத்த பரிணாம வளர்ச்சி பன்றி அவதாரம்.

4. நரசிம்ம அவதாரம்

மனிதனும் மிருகமும் கலந்த பிறவி நரசிம்ம அவதாரம். இது நான்காவது பரிணாம வளர்ச்சியைக் காட்டுகிறது.

5. வாமன அவதாரம்

மனிதனும் மிருகமும் என்ற நிலைமாறி, குள்ள மனிதனாகப் பரிணாம வளர்ச்சியடைந்ததை இந்த அவதாரம் சுட்டிக் காட்டுகிறது.

6. பரசுராம அவதாரம்

வீரமும் மூர்க்க குணமும் உள்ள மனிதனாக இப்பரிணாம வளர்ச்சி காட்டுகிறது.

7. பலராம அவதாரம்

காலப்போக்கில், இயற்கையை நன்கு உணர்ந்து, எதிர்காலத்திற்குத் தேவையான அளவு பண்டங்களை உற்பத்தி செய்து சேமித்து வைக்கும் விவசாய அறிவு கொண்ட மனிதனைப் பலராம அவதாரம் சுட்டிக் காட்டுகிறது. பலராமனின் சின்னமாகிய கலப்பை இதனை அறிவுறுத்துகிறது.

8. இராம அவதாரம்

அறிவிலும், வீரத்திலும், பண்பாட்டிலும் மேம்பட்டு, எல்லாக் கலைகளிலும் சிறந்து, எல்லா வளங்களும் பெற்றிருந்த மனிதனின் பரிணாம வளர்ச்சியை இந்த அவதாரம் சுட்டிக் காட்டுகிறது.

9. கிருஷ்ண அவதாரம்

இவர் கலியுகத்திலும் வாழ்ந்ததாகக் கூறப்படுகிறது. மிகுந்த அறிவுக் கூர்மையும், சாதுரியமும், பிறரை வஞ்சித்துப் பழிவாங்கும் குணமுமுள்ள மனிதனின் பரிணாம வளர்ச்சியை இது காட்டுகிறது.

10. கல்கி அவதாரம்

இந்த அவதாரத்தைப் பற்றிச் சித்திரிக்கப்பட்ட ஓவியத்தில், ஒரு மனிதன் குதிரை மீது அமர்ந்து, கையில் வாளும் கேடயமும் வைத்திருப்பது போல் அமைந்திருக்கிறது. எப்போதும் போருக்கு ஆயத்தமான நிலையிலிருக்கும் மனிதனை இந்த அவதாரம் காட்டுகிறது.

தற்போதைய நிலையில், உலகெங்கும் எல்லா நாடுகளிலும் மாறிமாறிப் போர்கள் நடந்து கொண்டிருக்கின்றன. எனவே இது கல்கி அவதார காலம் என்பது சாலப் பொருத்தமாக இருக்கிறது. அதாவது இன்றைய பரிணாம வளர்ச்சி நிலையில், ஒருவருக்கொருவர் போராடும் நிலையில் மனித சமுதாயம் இருக்கிறது என்பது உண்மை.

எனவே மேற்சொன்ன திருமாலின் அவதாரங்கள் உயிர்களின் பரிணாம வளர்ச்சியை நினைவூட்டுவது அறிவுக்கும் பொருத்தமாகத் தெரிகிறது.

முடிவுரை

மானுடத்தின் நாகரிக-பண்பாட்டு வரலாறு என்பது எல்லா நிலைகளிலும் சமயம் அல்லது மதம் என்று சொல்லப்படுகின்ற ஏதோவொரு இறையியல் மார்க்கத்தின் ஆளுகைக்கு உட்பட்டதாகவே இருந்து வருவதைக் காண முடிகின்றது. சமயம் அல்லது மதம் என்ற இறையியல் மார்க்கமானது, காணக்கூடிய இவ்வுலக இருப்பிற்கு மாற்றான வேறோர் இருப்பை முன் வைக்கும் செயல்திட்டத்தை மாத்திரம் கொண்ட ஒருமைவாதக் (Monism) கோட்பாடன்று. அது காணக்கூடிய இவ்வுலகியல் சார்ந்த வாழ்க்கைக்குத் தேவையான அனைத்துக் கூறுகளிலும் அக்கறை கொண்ட பன்மை வாதமே (Pluralism) ஆகும். எனவே சமயமானது மனித ஆன்மாவைப் பரிபக்குவப்படுத்தி, முக்தி அடையச் செய்தலுக்கு வழிகாட்டுவதை எவ்வளவு இன்றியமையாததாகக் கருதுகின்றதோ அதே அளவு, ஆன்மாவுக்கு ஆதாரமான காயம் அல்லது உடம்பை நல்ல முறையில் ஓம்புதலுக்கு வழிகாட்டுவதையும் முக்கியமானதாகவே கருதுகின்றது என்பது வெளிப்படை. அதாவது சமய மார்க்கத்தைப் பொறுத்தவரை மானுடத்தின் உயிரும் உடம்பும் ஒரு நாணயத்தின் இரு பக்கங்களைப் போன்றதே. இதில் ஒன்றில்லாமல் மற்றொன்றால் இருக்கவே முடியாது. எனவே மெய்ஞானமும் விஞ்ஞானமும் கலந்த கலவையாகவே சமயம் செயல்பட்டு வருகிறது என்பதை மேற்கூறிய கருத்துகளின் மூலம் அறிய முடிகிறது.

சமய மார்க்கத்தின் ஒரு பிரிவாகிய சித்த மார்க்கத்தின் ஆதார சுருதியும், "உடம்பார் அழியின் உயிரார் அழிவர்", "உடம்பினை வளர்த்தல் - உயிரை வளர்த்தல்" என்பதேயாகும்.

10

உடல் இலக்கணம்

மரு. கு. கணபதி

முன்னுரை

தேகிகளின் இலக்கணம் பற்றி ஒரு மருத்துவன் அறிவதன் அவசியம் யாதெனில், தன்னிடம் வரும் மனிதனின் தேக இலக்கணத்தைக் கொண்டு அவன் முத்தேகிகளில் எவ்வகை, அவனுக்கு ஏற்ற உணவு முறை, பருவகாலங்களில் அவனின் உடல் பராமரிப்பு, ஏற்ற சுவைகள் என்பதை அவனிடம் எடுத்துக்கூறி நோய்களிலிருந்து அவனைப் பாதுகாக்கவே ஆகும். இவ்விலக்கண முறை நம் சித்த மருத்துவத்தில் மட்டும் இருப்பதால் அதிக சிறப்பு வாய்ந்தது.

தேகம் தோன்றும் விதம்

கருவுற்பத்தியில் தாய்-தந்தையின் உணவு முறை, செயல் முறைகளால் முக்குற்றங்களில் எக்குற்றம் மிகுதிப்பட்டு சுக்கில சுரோணிதத்தில் கலக்கின்றதோ அக்குற்றமே முதல் காரணமாயிருந்து உடலை அமைக்கும். அமைக்கப்பட்ட குற்றமிகுதியின் பெயரால் அத்தேகங்கள் அழைக்கப்படும். வாதம் மிகுந்தால் வாததேகிகள் என்றும், பித்தம் மிகுந்தால் பித்ததேகி என்றும், கபம் மிகுந்தால் கபதேகி என்றும் கூறப்படுகின்றனர்.

முத்தேகிகளின் உடலியல் அட்டவணை

	வாத தேகி	பித்த தேகி	கப தேகி
உடலமைப்பு	மெலிந்து உயர்ந்த உடல், பருத்த அடித் தொடைகள்.	என்புகளும் கீல்களிலும் ஊன் குறைந்து, எப்போதும் உடல் சிறு சூடாயிருக்கும். அற்ப துர்நாற்றம், வியர்வையுடன் தோல் சுருங்கி திரைதல் போன்ற மேனியும் முகத்தில் முகப் பருவுடன் கருத்த மச்சத் துடனும் காணல்.	என்புகளையும், கீல்களையும் தசைகள் நிறைந்து மறைத்து மேடுபள்ளம் இல்லாமல் மென்மையுடன், அழகிய உடல், பரந்த நெற்றி, அகன்று உயர்ந்த மார்பு, முழங்கால் அளவு நீண்ட கைகள் காணும்.
உடல் நிறம்	சிறிது கருமை, வெண்மை கலந்து ஒளிரும் உடல் நிறம்.	மஞ்சளும், சிவப்பும் கலந்து ஒளிரும் உடல் நிறம்.	பாணத்து ஒளி, மஞ்சட் சோளம், கத்தி ஒளி, தாமரைப்பூ, பொன் முதலியவற்றை ஒத்த உடல் நிறம்.
கண்	தடித்த இமையுடன் வட்டமாக விகாரித்து, சிறிது வெண்மை கலந்த கண்கள்.	அதிக இயக்கத்தோடு கூடிய மெல்லிய இமையும் வெயில், சீற்றம், பசி இவற்றால் விரவைில் சிவக்கும் கண்கள்.	அகன்று நீண்டு கடை சிவந்த வெள்விழியும், ஒளியுடைய தெளிவான தூரப்பார்வையும், நெருங்கிய இமைமயிருடன் எண்ணெய் தடவியது போன்ற மினுமினுப்புடன் கூடிய கண்கள்.

தலைமயிர்	கறுத்து, முனை பிளந்த தலைமயிர்.	சிறிது மஞ்சள் நிறத்துடன் கூடிய தலைமயிர்.	கறுத்து, எண்ணெய் தடவினது போன்ற தலைமயிர்.
பேச்சுத்திறன்	தெளிவான வார்த்தை, சில வேளை மனக்கலக்கத்துடன் பட்டும் படாமையுமான தடுமாற்ற வார்த்தையும்.	தெளிவு மிக்க வார்த்தை.	முகில், கடல், அரிமா, முழவு என்பவைகளின் ஒலி போன்ற குரல்.
நடை	கீல்கள் நெட்டியிடும் ஒலியுடன் கூடிய நடை.		கொழுத்த யானை நடை.
உணவு முறை	மிக்க உண்டி, அற்பவன்மை, இனிப்பு, உப்பு, புளிப்பு, சூடுள்ள பொருட்களில் விருப்பும், குளிர்ந்த பொருட்களில் வெறுப்பும் உண்டாகும்.	இனிப்பு, துவர்ப்பு கைப்பு, குளிர்ந்த பொருட்களில் விருப்பும், அற்ப உண்டியும், பசி, நீர் வேட்கை, சூடு இவற்றைப் பொறுக்காத தன்மையும் உண்டாகும்.	கைப்பு, துவர்ப்பு, கார்ப்பு, மிக்க சூடுள்ள பொருட்களில் அதிக விருப்பமும், அற்ப உண்டி, எனினும் மிக்க வன்மையும், பசி, நீர்வேட்கை, சூடு இவைகட்குப் பின்வாங்காத் தன்மையும் உண்டாகும்.

பண்புகள்	பெண்களிடம் அற்பவிருப்பும், வீரிய வளர்ச்சிக் குறைவும், புத்திரப் பெருக்கமும், ஆண்மை, உணர்ச்சி, அறிவு நிலையின்மை, விளையாட்டு, இசை, அவமதிச் சிரிப்பு, தொக்கணம், வேட்டையாடல் இவைகளில் விருப்பும், புலமைத் திறமையும் உண்டு.	அற்ப சுக்கிலமும், அற்ப காமமும், பெண்களிடத்தில் அற்ப விருப்பும், வீரம், பகை, துணிவு, மரியாதை, வல்லமை, தெளிந்த அறிவு மிக்க வார்த்தை, ஒழுக்கம், நற்செய்கை, அடுத்தவரிடம் அன்பு காட்டுதல் போன்ற பண்புகள் காணப்படும்.	சாரம், வெண்ணீர், சந்தானம் பெருக்கமும் சத்துவ குணம், நினைவு வன்மை, மேலான அறிவு, அன்பு, நம்பிக்கை, உண்மை, உறுதி, நன்றி மறவாமை, ஈகை, நற்செய்கை, நன்மதிப்பு போன்ற பண்புகள் காணும்.
தூக்கம்	அரைக்கண் மூடிய சிறு தூக்கம். அத்தூக்கத்தில் விண், மலை, காடு இவைகளில் தான் நடப்பதாகக் காணும் கனவு.	உறக்கத்தில் பூக்கள் நிறைந்த கோங்கு மரம், முருக்கமரம், மின்னல், சூரியன், வாயு, நாற்புரத்திலும் பற்றி எரியும் வெளிச்சம் இவற்றைக் காணுகின்ற கனவு.	நல்ல தூக்கம், அத்தூக்கத்தில் பறவைகள் உள்ள தாமரைக் குளம், குளிர்ச்சி பொருந்திய முகில் இவற்றைக் காணும் கனவு தோன்றும்.

மேலே குறிப்பிட்டுள்ள அட்டவணைப்படி தேகிகளின் உடலமைப்பு, உடல்நிறம், கண், தலைமயிர், பேச்சுத்திறன், நடை, உணவுமுறை, பண்புகள், தூக்கம் இவற்றைக் கொண்டு ஒரு மனிதன் எவ்வகையான தேகத்தைப் பெற்றுள்ளான் என்பதை அறிந்து கொள்ள முடிகிறது. ஆனால் இக்காலத்தில் உருவாகும் தேகிகள் தொந்ததேகிகளாக (கலப்பு உடலினர்) உள்ளனர்.

முக்குணங்களும், முத்தேகிகளும்

வாத தேகி- தமோ குணம்	பித்த தேகி- இரசோ குணம்	கப தேகி -சத்துவ குணம்
இவர்கள் பிறரைப் பழித்தல், வஞ்சனை எண்ணங் கொண்டு பிறருக்குத் தீங்கிழைத்தல், தெய்வ வழிபாடு செய்யாது, அப்படி வழிபடுவோரை தடுத்துப் போராடல், வணக்கமில்லாது ஆணவம் கொண்டலைதல் செய்நன்றி மறத்தல், பொய்பேசுதல், பிறர் மீது வீண்பழிசுமத்தல், கடுகடுத்த முகத்துடன் பேசுதல், அனைவரையும் பகைத்து வாழ்தல், கொலை, திருட்டு முதலியவைகளைத் துணிந்து செய்தல், கண்ட பெண்களைக் காமுறுதல், அதனால் வீண்பழி பாவங்களைச் செய்தல் முதலிய குணங்களை உடையவர்கள்.	இவர்கள் வெகுளியாக பேசாமல் வாய்மைபேசுதல், பலருக்கு வேண்டுவது கொடுத்தல், தன்னைச் சேர்ந்தவர்களைக் காத்து இரட்சித்தல், எல்லா உயிர்களையும் தன்னுயிர் போலெண்ணி அன்பு காட்டுதல், பகைவரை வென்று தண்டித்தலும் பல கலைகளையும் அறிந்து கொள்ளும் ஆற்றலும், அன்போடு நன்மையானவற்றையே செய்து மேன்மையாகிய அழியாத புகழோடு வாழும் குணத்தை உடையவர்கள்.	இவர்கள் மிகுந்த சாந்தமும், தன்னடக்கமும் குளிர்ந்த பார்வையும் நற்குணங்களும், தயையும், அன்பும், நல்லோர்களுக்குப் பொருள் கொடுத்தல், இறைவனை எப்போதும் பணிதலும், தர்மந்தேடல், உறவினர்கள், அகதிகள், துறவிகள் முதலியவர்களுக்குப் பசியாற்றல், தெய்வ வழிபாடுடையோரை தரிசித்தல், தெய்வங்களை மறவாது அதற்குப் பூசை செய்தல், புண்ணியம் தேடும் சிந்தை, யாகம் முதலியவைகளுக்கு ஆகுதிகள் கொடுத்தல் போன்ற நற்பண்புகளை உடையவர்கள்.

மேலே குறிப்பிட்டுள்ள அட்டவணைப்படி வாத, பித்த, கப, தேகிகள் முறையே தமோ, இரசோ, சத்துவ குணத்தை உடையவர்கள். இக்குணத்தைப் பற்றி அறிவதால் நாம் சந்திக்கும் மனிதர்களின் பழக்கவழக்கங்கள், குணாதிசயங்கள், மனோபாவங்களைப் பற்றித் தெரிந்து, அவர்களிடம் நட்பு கொள்வதற்குச் சிறந்ததாக இருக்கும்.

முத்தேகிகளும் ஏற்ற உணவு வகைகளும்

உணவு	வாத தேகி	பித்த தேகி	கப தேகி
தானியம், அரிசி வகைகள்	பட்டாணி, மொச்சை, பயறு, கொள்ளு, புழுங்கலரிசி, வரகு, கேழ்வரகு, கம்பு, சோளம்.	துவரை, கடலை, முந்திரிப் பருப்பு, நிலக்கடலை.	பச்சரிசி, கார்அரிசி, சம்பா அரிசி, கோதுமை, சம்பா கோதுமை, தினை, உளுந்து, பச்சைப் பயறு.
உப்பு	கல்லுப்பு சிறந்தது, இந்துப்புவும் உபயோகிக்கலாம்.	கடலுப்பு சிறந்தது. இந்துப்புவும் உபயோகிக்கலாம்.	இந்துப்பு சிறந்தது.
காய் வகை	சாம்பற்பூசணி,கத்தரி, முருங்கை, வெள்ளவரை, பாகல்பிஞ்சு, கருணை, பீர்க்கங்காய், சுரைக்காய், உருளைக் கிழங்கு, முள்ளங்கி, பனங்கிழங்கு, வெங்காயம், பூண்டு.	வெள்ளரிக்காய், பாகற்காய், புடலங்காய், பீர்க்கங்காய், அவரைக்காய் முள்ளிக்காய், பூசணி, கத்தரிக்காய், முருங்கை, மாங்காய், களா, நெல்லிக்காய், ஈருள்ளி, வாழைத்தண்டு.	கத்தரி, பேய்ப்புடல், அவரை, பாகல், களா, கண்டங் கத்தரி, அத்திக்காய், பலா, மாங்காய், பீர்க்கங்காய், கருணைக் கிழங்கு, வாழைத் தண்டு, முள்ளங்கி.
கீரைகள்	குப்பைமேனி, முன்னைக்கீரை, ஆரைக் கீரை, தூதுவேளை, மணத்தக்காளி,	புளியாரை, கோவை, முருங்கை, வசலை, பொன்னாங்கண்ணி, ஓரிதழ் தாமரை, பாலை, முசுமுசுக்கை,	கோவையிலை, முன்னை, செம்மை, நெருஞ்சில், புளிாரை, முல்லை, மருதம், நெய்தலில்

	யானை நெருஞ்சில், கொடுப்பை, மூக்கிரட்டை, வசலை, சிறுகீரை, முருங்கைக் கீரை, காசினிக் கீரை.	தூதுவேளை, சுரை, வல்லாரை, சிறு கீரை மணத்தக்காளி.	உள்ள குப்பை மேனிக் கீரை, வல்லாரை, பொன்னாங்கண்ணி, முசுமுசுக்கை, முருங்கை, பிண்ணாக்கு கீரை, முளைக் கீரை, பண்ணக்கீரை முசுட்டை, காராமணி, தைவேளை, மணத்தக்காளி, கொடுப்பை, சிறு பீளை, கற்றாழை.
இரச வகை	வெள்ளைச் சாறடை, பாகல், முருங்கையிலை, தூதுவேளை இவற்றை வேகவைத்து எடுத்தச் சாறு வாததேகிக்கு ஆகும்.	கொத்துவசலை, கொடிவசலை, நல்ல கத்தி, பிரமி, வேளை, தராயிலை இவற்றை வேகவைத்து எடுத்தச் சாறு பித்ததேகிக்கு ஆகும்.	ஓமம், செங்கடுகு, சதகுப்பை, தரா, வெந்தயம், கொத்துமல்லி, வேளை, சுக்கு, அகத்தி, பாகல், தும்பை இவற்றை வேகவைத்து எடுத்தச் சாறு.
வற்றல்	சுண்டைக்காய், பேய்ப்புடற்காய், தூதுளங்காய், நெல்லிக்காய், மணத் தக்காளி, அவரை, முள்ளிக்காய், பிரண்டை இவற்றின் வற்றல் வாததேகிக்கு ஆகும்.	முள்ளிக்காய், பேய்ப்புடல், தூதுவேளை, சுண்டைக்காய், கத்தரி, மணத்தக்காளி, வல்லாரை இவைகளின் காய்ந்த வற்றல் பித்ததேகிக்கு ஆகும்	சுண்டைக்காய், மணத்தக்காளி, தூதுவேளை, பிரண்டை, ஆதொண்டை, முள்ளி, பேய்ப்புடல், அவரை, கத்தரி, நெல்லிப்பிஞ்சு, நாரத்தை இவற்றின் பிஞ்சுகளின் வற்றல் ஆகும்.

ஊறுகாய்	நாரத்தை, தான்றி, கடுக்காய், களாக்காய், இஞ்சி, இவற்றின் ஊறுகாய் வாததேகிக்கு ஆகும்.	பச்சை மிளகு, இஞ்சி, தூதுளங்காய், நாரத்தை, தமரத்தங்காய், புன்னைக் காய், நெல்லிக்காய், எலுமிச்சை பித்ததேகிக்கு ஆகும்.	மஞ்சள், மிளகு, சுண்டை, வாழைத் தண்டு, மாம்பிஞ்சு, அத்திப்பிஞ்சு, தூதுவேளைக் காய், பாகற்பிஞ்சு ஐயதேகிக்கு ஆகும்.

மேலே குறிப்பிட்டுள்ள உணவுமுறை அட்டவணைப்படி வாத, பித்த, கப தேகிகளின் உணவுகள் பிரித்துக் கூறப்பட்டுள்ளன. இதன் மூலம் அந்தந்த தேகிகள் அட்டவணையில் குறிப்பிட்ட அந்தந்த உணவுகளை உண்ணும் போது அவர்களின் குற்றம் மிகுதிப்படாமல் நன்னிலையில் இருக்கும். உதாரணமாக வாததேகிக்கு உள்ள உணவுகளைப் பார்க்கும்போது அவ்வுணவுகள் மலமும், நீரும் நன்றாகப் பிரியக்கூடிய உணவாகவும், வாய்வுத் தொல்லை ஏற்படாத உணவு முறையாகவும் இருப்பதால் அத்தேகிக்கு தன்குற்றம் அதிகமாகாமல் நன்னிலையில் இருக்கும். பித்ததேகிக்கு நன்றாகச் செரிமானமாகக் கூடிய உணவுப் பொருளாகவும், பித்தத்தைப் பெருக்காத உணவாகவும் இருப்பதால் அத்தேகிக்குத் தன்குற்றம் அதிகமாகாமல் இருக்கும்.

கபதேகிக்குக் கபம் தன்னளவில் மிகாமல் இருப்பதற்காக மட்டுமின்றி, நன்னிலையில் வைக்கவும் இவ்வுணமுறை சிறந்தது.

முத்தேகிகளும் சுவைகளும்

சுவைகள்	வாத தேகி	பித்த தேகி	கப தேகி
சமன்படுத்தும் சுவைகள்	இனிப்பு, புளிப்பு, உப்பு வாதத்தைச் சமன்படுத்தும் சுவைகள்.	துவர்ப்பு, இனிப்பு, கைப்புச் சுவைகள் பித்தத்தைச் சமன்படுத்தும்.	கார்ப்பு, துவர்ப்பு, கைப்புச் சுவைகள் கபத்தைச் சமன்படுத்தும்.
மிகுதிப்படுத்தும் சுவைகள்	கார்ப்பு, கைப்பு, துவர்ப்பு வாதத்தை மிகுதிப்படுத்தும் சுவைகள் ஆகும்.	புளிப்பு, கார்ப்பு, உப்பு பித்தத்தை மிகுதியாக்கும் சுவைகள்.	இனிப்பு, புளிப்பு, உப்பு மூன்று சுவைகளும் கபத்தை மிகுதியாக்கும்.

உலகத்தில் தோன்றிய அனைத்துப் பொருட்களும் ஐம்பூதமயமானது. ஐம்பூத அமைப்பை அறிவிப்பது சுவைகள். இரண்டிரண்டு பூதங்களின் சேர்க்கையில் உருவானது அறுஞ்சுவைகள். அறுஞ்சுவைகளில் வளிபூதம் சேர்ந்த சுவை வாதத்தை மிகுதியாக்கும், தீபூதம் சேர்ந்த சுவைகள் பித்த மிகுதியையும், நீர்பூதம் சேர்ந்த சுவைகள் கபம் மிகுதியையும் உண்டாக்கும்.

வாததேகிகள் வளிபூதம் சேர்ந்த சுவைகளைத் [கார்ப்பு (காற்று +தீ), கைப்பு (காற்று+ஆகாயம்), துவர்ப்பு (காற்று + மண்)] தவிர்த்து மற்ற சுவையுள்ள பொருட்களை உட்கொள்ளும்போது வாதம் தன்னிலைப்படும்.

இதில் விதிவிலக்காக கார்ப்புச் சுவையுள்ள மிளகு, ஐயத்தைச் சமன்படுத்தும் குணம் உடையது. கார்ப்புச் சுவை பொதுவாக வாதத்தை அதிகமாக்கும். ஆனால் மிளகு வாதத்தையும் சமன்படுத்தும் சக்தி வாய்ந்தது. காரணம் இது அந்த மூலிகையின் மகிமை.

பித்ததேகிகள் தீபூதம் சேர்ந்த சுவைகளைத் [புளிப்பு+(மண்+தீ), கார்ப்பு (காற்று +தீ), உப்பு (நீர்+தீ)] தவிர்த்து மற்ற சுவையுள்ள பொருட்களை உட்கொள்ளும் போது பித்தம் தன்னிலைப்படும்.

இதில் விதிவிலக்காக புளிப்புச் சுவையுள்ள எலுமிச்சை, நெல்லிக்காய் ஆகியவற்றில் பித்தத்தைச் சமன்படுத்தும் சக்தி உள்ளது. இது இம்மூலிகையின் மகிமை.

கபதேகிக்கு நீர்பூதம் சேர்ந்த சுவைகளைத் [இனிப்பு (மண்+நீர்), புளிப்பு (மண்+தீ), உப்பு (நீர்+தீ)] தவிர்த்து மற்ற சுவையுள்ள உணவுகளை உட்கொள்ளும் போது கபம் தன்னிலைப்படும்.

இதற்கு விதிவிலக்காக இனிப்புச் சுவையுடைய அதிமதுரம் என்ற மூலிகை கபத்தைத் தன்னிலைப்படுத்தும். இனிப்புச் சுவையோ பொதுவாக கபத்தை அதிகமாக்கும் தன்மை உடையது. ஆனால் அதிமதுரம் கபத்தைத் தன்னிலைப்படுத்தும். இது இம்மூலிகையின் மகிமை.

முத்தேகிகளும் பருவ காலங்களும்

வாத தேகி	பித்த தேகி	கப தேகி
முதுவேனில் - வாதம் தன்னிலை விருத்தி. கார்காலம்-வாதம் பிறநிலை விருத்தியடையும். கைப்பு, கார்ப்பு, துவர்ப்புச் சுவையுள்ள உணவுளை நீக்கி நெய்ப்பு, திரவம், இனிப்புத் தன்மையுள்ள உணவுகளையும் விரைவில் சீரணமாகும் உணவுகளையும் உண்ண வேண்டும். உடற்பயிற்சி நீக்க வேண்டும். வெயிலில் திரியலாகாது.	கார்காலம் - பித்தம் தன்னிலை விருத்தி. கூதிர்காலம் - பித்தம் பிறநிலை விருத்தியடையும். புளிப்பு, கார்ப்பு, உப்புச் சுவையுள்ள உணவுகளை நீக்கி இனிப்பு, கைப்பு, துவர்ப்புச் சுவையுள்ளதும் இலகு குணமுள்ளதும், சீதவிரியம் உள்ள உணவுகளை, அதிகமாக உபயோகிக்க வேண்டும். இக்காலத்தில் சம்பா அரிசி, பயறு, சர்க்கரை, நெல்லி, தேன் போன்றவை நன்று.	பின்பனிக்காலம் - கபம் தன்னிலை விருத்தியடையும். இளவேனிற்காலம் - கபம் பிறநிலை விருத்தி. இனிப்பு, புளிப்பு, உப்புச் சுவையுள்ள உணவுகளை நீக்கி இலகு,வறட்சிக் குணங்கள் பெற்ற உணவுகளைக் கொள்ள வேண்டும். வெட்டிவேர், சந்தனச் சத்துகள் கலந்த நீர், தேன், கோதுமை, மாம்பழம் போன்றவை நன்று.

முதுவேனிற் காலத்தில் வாதம் தான் வாழும் இடங்களில் அதிகப்படுவது தன்னிலை வளர்ச்சி. அதாவது இடுப்பிலிருந்து கால்வரை வாதம் வாழுமிடம். அவ்விடங்களில் வாதம் அதிகப்படுவது தன்னிலை வளர்ச்சி. இக்காலத்தில் குறிகுணங்கள் வெளியே தெரிய வாய்ப்பில்லை. இக்காலத்தில் குறிகுணங்கள் வெளியே தெரியாததால் அவர்கள் புளிப்பு, துவர்ப்புச் சுவையுள்ள உணவே உட்கொண்டு வருவார்கள்.

கார்காலத்தில் வாதம் தான் வாழும் இடத்தைவிட்டு வேற்றுநிலையில் பரவும் போது குறிகுணங்கள் வாததேகிக்குத் தோன்றும். அந்நிலையில் அவன் வாதத்தைச் சமன்படுத்தும் சுவையுள்ள (இனிப்பு, புளிப்பு, உப்பு) உணவுகளை உட்கொள்கிறான். அப்போது வாதம் தன்னிலை அடைந்து, பித்தத்தை அதிகப்படுத்துகிறது.

இந்நிலையில் கார்காலத்தில் பித்தம் தன்னிலை வளர்ச்சிடைந்து தான் வாழும் இடங்களில் (இடுபிலிருந்து கழுத்துவரை) குறிகுணங்களைத் தோற்றுவிப்பதில்லை. இக்காலத்தில் குறிகுணங்கள் வெளியே தெரியாததால் அவர்கள் புளிப்பு, உப்புச் சுவையுள்ள உணவுகளையே உட்கொண்டு வருவார்கள்.

கூதிர் காலத்தில் பித்தம் தான் வாழும் இடத்தைவிட்டு வேற்றுநிலையில் பரவும்போது குறிகுணங்கள் பித்த தேகிக்குத் தோன்றும். அப்போது பித்ததேகி பித்தத்தைச் சமன்படுத்தும் சுவையுள்ள உணவுகளை (துவர்ப்பு, இனிப்பு, கைப்பு) உட்கொள்ளும்போது பித்தம் தன்னிலை அடையும்.

முன்பனிக் காலத்தில் இயற்கையாகவே முக்குற்றங்களும் தன்னிலையடையும் காலமாதலால், அறுஞ்சுவைகளையும் கூட்டி தேகிகள் உட்கொள்கின்றனர்.

பின்பனிக் காலத்தில் கபம் தன்னிலை வளர்ச்சியடையும். இக்காலத்தில் கபம் தான் வாழும் இடத்தில் (கழுத்திலிருந்து தலை வரை) குறிகுணங்களைத் தோற்றுவிப்பதில்லை.

இளவேனிற் காலத்தில் கபம் தான் வாழும் இடத்தைவிட்டு வேற்றுநிலையில் பரவும்போது குறிகுணங்களைத் தோற்றுவிப்பதால் கபத்தை அதிகப்படுத்தும் சுவைகளை (இனிப்பு,புளிப்பு, உப்பு) விடுத்து, சமன் செய்யும் சுவையுள்ள (கைப்பு, கார்ப்பு, துவர்ப்பு) உணவுகளை உட்கொள்ளும்போது கபம் தன்னிலையடைந்து வாதத்தை வளர்ச்சியடையச் செய்யும்.

தேகிகள் அந்தந்த பருவத்திற்கேற்ற சுவையுள்ள உணவுகளை உட்கொண்டால் உடல்நலம் நன்கு வளரும். பருவத்திற்குத் தகாத உணவுமுறை, செயல்முறைகளால் நோய்கள் தோன்றலாம்.

தேகிகளுக்கு ஏற்படும் பொதுவான உடல் உபாதைகள்

வாத தேகி	பித்த தேகி	கப தேகி
உடல் நோதல், குத்தல், குடைச்சல், பிளத்தல்.	உணவு செரியாமை, வாய் நீருறல், குமட்டல் வாய் கைப்பு.	மூக்கு நீர் பாய்தல்.
நரம்பு முதலியன குன்றல், நடுக்கல், இறுக்கமாதல், நீர்ப்பசையின்மை, நரம்புகள் அசைதல், இளைத்தல், குடைதல், அடிபட்டது போல் வலித்தல்.	புளியேப்பம், குடித்தநீர் எதிர்த்து வெளியாதல், அதில் பித்தநீர் கலந்து வருதல்.	தொண்டையில் கோழை கட்டல். குரல் கம்மல், இருமல்.
உறுப்புகள் தளர்தல், மரத்துப் போதல்.	உடல் யாவும் எரிதல் போன்ற குறிகுணங்கள் காணும்.	வயிறு இரைந்து, கடுகடுத்து வெண்மையாகவும், சீதம் கலந்தும் பேதியாதல் போன்ற குறிகுணங்கள் காணும்.

வாத, பித்த, கப தேகிகளுக்கு ஏற்படும் பொதுவான உடல் உபாதையை நோக்கினோம். ஆனால் தற்போது தொந்த (கலப்பு) தேகிகளாக இருப்பதால் மேலே குறிப்பிட்டுள்ள குறிகுணங்களில் எது மிகுந்து தென்படுகிறதோ அக்குற்றம் கேடடைந்துள்ளது என்று அறிந்து, மருத்துவம் மேற்கொள்ள வேண்டும்.

வாத, பித்த, கப தேகிகளுக்கு ஏற்படும் நோய்கள்

வாத தேகி	பித்த தேகி	கப தேகி
பக்க வாதம், நரித்தலை வாதம், வாத கர்ஷணம், சனவாதம், குடல்வாதம், சூரியாவர்த்தம், சந்திராவர்த்தம், தண்டக வாதம், சந்துவாதம் கீல்வாயு, அழல் கீல்வாயு, வளி அழல் கீல் வாயு.	இரத்தப் பித்தம், உன்மாந்தப் பித்தம், சுவாசப் பித்தம், கபாலப் பித்தம், வாந்தி பித்தம், நீர்வேட்கை பித்தம், விக்கல் பித்தம், க்ஷயப்பித்தம்.	இருமல், காசம், இரைப்பு, சுரஜயம், பெருங் கழிச்சலையம், வெறி ஐயம்.

மேலே குறிப்பிட்டுள்ள நோய்கள் பொதுவாக வரக்கூடிய நோய்கள். இந்நோய்கள் வராமல் தடுப்பது அத்தேகியின் கடமை. அவன் பருவ காலங்களுக்கு ஏற்ற உணவு முறை, செயல் முறைகளை மேற்கொள்ளும் போது நோய்களிலிருந்து பாதுகாக்கப்படுகிறான்.

நோய் ஏற்படும் போது மேற்கொள்ளும் மருத்துவ முறை

வாத தேகி	பித்த தேகி	கப தேகி
வாந்தி, கழிச்சல் தன்னிலை மிகுந்த குற்றத்தைத் தன்னிலைப்படுத்த கழிச்சல் மருந்துகளையும், மேல்பூச்சு மருந்துகளையும், நெய்ப்புத் தன்மையுள்ள மருந்துகளையும் வழங்க வேண்டும்.	தன்னிலை மிகுந்த பித்தத்தை வாந்தி மருந்தாலும் கழிச்சல் மருந்துகளாலும் தன்னிலைப் படுத்தலாம்.	தன்னிலை மிகுந்த கபத்தைத் தன்னிலைப் படுத்த நசியமருந்துகளாலும், நெஞ்சில் உள்ள கோழையை வாந்தி, கழிச்சல் மருந்துகளைக் கொடுத்தும் தன்னிலைப் படுத்தலாம்.

குற்றம் தன்னளவில் மிகும் போது ஏற்படும் குறிகுணம் மலமும் நீரும் கட்டுப்படல். அதைத் தீர்க்க சித்தாதி எண்ணெய், மெருகுள்ளித் தைலம், மேகநாதத் தைலம், வாதநாசத் தைலம் இவற்றில் ஏதேனுமொன்றை உடல் வன்மைக்கும் நோய் வன்மைக்கும் தகுந்தவாறு கொடுக்கலாம்.	இங்கே குற்றத்தைத் தன்னிலைப்படுத்த பேய்ப்பீர்க்கு விதை நெய், மருக்காரை நெய், பேய்புடல் குடிநீர், சிவதைவேர் குடிநீர் இவற்றில் ஏதேனுமொன்றை உடல் வன்மைக்கும் நோய் வன்மைக்கும் தகுந்தவாறு கொடுக்க வாந்தியும் கழிச்சலும் உண்டாகி, தன்னளவில் பெருகிய பித்தநீரைக் குறைக்கும்.	குற்றத்தைக் குறைக்க தும்பைப்பூச்சாறு, துளசிச்சாறு, சுக்குத்தைலம் இவற்றில் ஏதேனுமொன்றை மூக்கிலிட குற்றம் தன்னிலைப் படும்.
நரம்புகளும், எலும்புப்பூட்டும் வன்மையற்று இருப்பதால் அதற்கு மேற்பூச்சு எண்ணெய் அவசியம். வாதகேசரி தைலம், உளுந்து எண்ணெய், சாறணைக் கள்ளி தைலம், இவைகளில் ஒன்றை நோயுள்ள இடத்தில் தடவி, தொக்கணம் செய்து நொச்சி, தழுதாழை கொண்டு ஒற்றடமிட நோய் தன்னிலைப்படும்.	உடல் வன்மை கேடுற்று இருப்பதால் அதற்குச் சீந்தில் நெய், தண்ணீர்விட்டான் நெய், வல்லாரை நெய் இவற்றைத் தனித்தேனும் பற்ப, செந்தூரங்களுக்குத் துணையாகவும் வழங்கலாம்.	இலைக்கள்ளி, காக்கட்டான் வேர் சேர்ந்த மருந்துகளைக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க வாந்தியும், கழிச்சலையும் உண்டாக்கி நோய் வன்மையைக் குறைக்கும்.

செய்மருந்துகள் குற்றத்தால் பிறந்த நோயைப் போக்க இரசம், கந்தகம் சேர்ந்த மெழுகு, வான்மெழுகு, வீரமெழுகு நந்திமை, பஞ்ச சூதமெழுகு, சேராங்கொட்டைமெழுகு இவற்றில் ஏதேனுமொன்றை நோயினன் வன்மைக்கு ஏற்ப காலை, மாலை உட்கொள்ள நோய் நீங்கும்.	நோயைப் போக்க முத்துப் பற்பம், பவழப் பற்பம், முத்துச் சிப்பிப்பற்பம், மாணிக்கப் பற்பம்,சிலாசத்துப் பற்பம், குங்கிலியப் பற்பம் இவைகளில் ஏதேனுமொன்றை நோயினனுக்குத் தக்கபடி கொடுக்கலாம்.	பவழம், முத்து, வெள்ளி, முத்துச்சிப்பி, தாளகம், செம்பு இவற்றாலான பற்பம், செந்தூரம், சுண்ணம் முதலியனவும், கத்தூரிக்கருப்பு, தாளகக் கருப்பு வகைகளையும், சுவாசக் குடோரிமாத்திரை, மகாவசந்தகுசுமாகரம், பூரண சந்திரோதயம், சாம்பிராணிப் பூமாத்திரை இவற்றில் ஏதேனுமொன்றைக் கொடுக்கலாம்.
உணவு இருமுறை வடித்தசோறு, கத்தரிப்பிஞ்சு, அவரைப்பிஞ்சு, அத்திப்பிஞ்சு, வெள்ளாட்டுக்கறி, காடை, கௌதாரி, முடக்கற்றான், அறுகீரை, பொன்னாங்கண்ணி கீரைகள் நன்று.	மணக்கத்தை அரிசி, குறுவை அரிசி, காரரிசி இவைகளில் சமைத்த உணவு. கத்தரிப்பிஞ்சு, முருங்கைப்பிஞ்சு, அத்திப் பிஞ்சு, துவரை, பச்சைப்பயறு, வெந்தயம், கொத்துமல்லி, சோம்பு, நெய், பால், தயிர், மோர் நன்று. காடை, கௌதாரி ஆகும். மீன் ஆகாது.	தனக்கு ஒவ்வாத பொருட்களை ஒதுக்கியும், எளிதில் செரிக்கக்கூடிய உணவை உண்ணவும் வேண்டும். உடல் கட்டு மெலிவடைந்திருந்தால் நெய், பால், ஊன் பொருட்கள், பழவகைகளையும் கொடுத்தல் நலம். செரிப்பு குறைந்துள்ளபோது செரிக்கக் கூடிய காய்கறிகள் நல்லது. நண்டு, முயல் கறிகள் வழங்கலாம்.

படுக்கை		
ஈரமில்லாத தரையிலும் படுக்கையிலும் படுத்தல் வேண்டும். காற்றோட்டமான இடத்திலும் குளிர்காற்று உடலில் படும்படியான இடத்திலும் படுத்தலாகாது.	உடல் எரிச்சலைத் தணிக்கும் இலவம் பஞ்சு படுக்கை நன்று.	ஈரமில்லாத தரையிலும் ஈரமில்லா படுக்கையிலும் படுத்தல் வேண்டும். குளிர்காற்று உடலில் படும்படி படுத்தலாகாது.
ஆசன முறைகள்		
பத்மாசனம், புயங்காசனம், தனுராசனம், மச்சாசனம், மயூராசனம், கருடாசனம் வாததேகிக்கு ஏற்ற ஆசனங்கள்.	பத்மாசனம், மயூராசனம், மச்சாசனம், சலபாசனம், புயங்காசனம், ஹலாசனம், பட்சிமோத்தாசனம் பித்ததேகிக்கு ஏற்ற ஆசனங்கள்.	பத்மாசனம், பிராணாயாமம், மச்சாசனம், ஹலாசனம், மயூராசனம் கபதேகிக்கு ஏற்ற ஆசனங்கள்.

நாம் இதுவரை கொண்ட ஆய்வின் நோக்கம் ஒரு மருத்துவ மாணவனோ அல்லது சாதாரண மனிதனோ இக்கட்டுரையைப் படித்தால் சித்த மருத்துவத்தில் உடல் அமைவது எப்படி, அப்படி அமைந்த உடல் எத்தகைய குணாதிசயங்களைக் கொண்டுள்ளது, அத்தகைய உடலை நாம் பருவகாலத்திற்கேற்ப பாதுகாப்பது எப்படி என்பதைத் தெரிந்து நல்வழியில் வாழ உதவுவது ஆகும்.

ஒருவன் நோயில்லாமல் இருந்தால்தான் அறம், பொருள், இன்பம், வீடு என்னும் நான்கு உறுதிப்பொருட்களைத் தேடிக்கொள்ள முடியும். இதனாலேயே "நோயற்ற வாழ்வு நான் வாழ வேண்டும் என்று வள்ளலார் வேண்டிக் கொண்டார். "நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்" என்பது பழமொழி. ஆகவே நாம் பெற்ற இந்தப் புண்ணிய உடலை நோயில்லாமல் பாதுகாப்பது நம் கடமை ஆகும்.

11

ஐந்திணை நோய்கள்

மரு. கு. கணபதி

முன்னுரை

திணைகளைப் (நிலங்களைப்) பற்றி அறிவது அவசியம். ஏனெனில் உணவு மற்றும் மருந்துகள் செய்யக் கிடைக்கும் பொருள்களைப் பற்றித் தெரிந்துகொள்ளலாம். அந்தந்த நிலங்களில் வசிப்பவர்களுக்கு உண்டாகும் அல்லது நீங்கும் நோய்கள் பற்றி அறியலாம். உடலுக்கு நன்மை அல்லது தீமை பயக்கும் நிலத்து நீர் பற்றியும் தெரிந்து கொள்ளலாம்.

மக்களின் இயல்புகள் அவர்கள் வசிக்கும் நிலங்களைச் சார்ந்தே அமையும். எல்லாவற்றிற்கும் நிலமே ஆதாரமாக உள்ளது.

ஐந்திணைகள்

மலையும், பாலைவனமும், காடும், வயலும், கடலும் இவை சார்ந்த இடங்களும் என நிலப்பகுதிகள் 5.

குறிஞ்சி -மலையும் மலை சார்ந்த இடமும்

முல்லை - காடும் காடு சார்ந்த இடமும்

மருதம்- வயலும் வயல் சார்ந்த இடமும்

நெய்தல் - கடலும் கடல் சார்ந்த இடமும்

பாலை -மணலும் மணல் சார்ந்த இடமும்.

காற்று வேகம் மற்றும் திசை, மழை அளவு, ஈரப்பதம், காற்று அழுத்தம், சூரிய ஒளி ஆகியவற்றை அடிப்படையாகக் கொண்டு ஒவ்வொரு நிலத்தின் தன்மையும் மாறுபடும். அங்கு விளையும் பொருட்களும் அந்த நிலத்தின் குணத்தைப் பெறும்.

ஐந்திணைக் குணம்

குறிஞ்சி

ஊர்: சிறுகுடி

நீர்: அருவிநீர், சுனைநீர்

மக்கள்: பொருப்பன், வெற்பன், சிலம்பன், குறத்தி, கொடிச்சி

உணவு: மலைநெல், தினை, மூங்கிலரிசி

தொழில்: வெறிகோள், ஐவனம் விதைத்தல், தேனழித்தல், கிழங்கு அகழ்தல், அருவியாடல், சுனையாடல்.

குறிஞ்சி நில நோய்கள்

குறிஞ்சி நிலம் கபத்திற்கு இருப்பிடம். இங்கு விளையும் மூலிகைகளுக்கு நோய்களைப் போக்கும் வன்மையுண்டு. இருப்பினும் இங்கு வசிப்பவர்களுக்கு உதிரத்தை முறிக்கும் காய்ச்சல், வயிற்றில் ஆமைக்கட்டி, வழலைக்கட்டி உண்டாகும். கபம் தங்கும் என்று பதார்த்த குண சிந்தாமணி என்னும் நூல் குறிப்பிடுகிறது.

ஐயம், கண்ணெரிவு, சூலையெரிவு, அரோசகம், பித்தம், சுரம், வயிற்றில் வாயு உண்டாகும்.

மலை அருவி நீரின் குணம்

பிரமேகம், இரத்தப் பித்த ரோகத்தை நீக்கும். தேக பலம் தரும். ஆனால் கபம் வரும்.

சுனை நீரின் குணம்

சீதளச்சுரம், இருமலோடுங்கூடிய ஐயவெப்பு, வளிமிகுதி, வாத தோடம், வாத நடுக்கம், பயித்திய தோடம் வரும்.

குறிஞ்சி திணைக்குரிய பொழுது

கூதிர் காலம்

முன்பனிக் காலம்

கூதிர் காலம்: ஐப்பசி, கார்த்திகை-குளிர்காற்று வீசல், மேகம் சூல் கொள்ளுதல் ஆகியவற்றால் பித்தம் தன்னிலை பிறழ்ந்து மிகுதிபட்டு நிற்கும். முன்பனிக் காலம்: மார்கழி, தை - கொண்டல் வீசும். கீழ்க்காற்று குளிர்ச்சியால் உடலின் மயிர்க்கால்களும், மற்ற பாகங்களும் சுருங்கும். பசித்தீ மிகுதிபடும்.

இதிலிருந்து குறிஞ்சித்திணை கபத்திற்கு இருப்பிடமாகவே அறியப்படுகிறது.

முல்லை

ஊர்: பாடி

நீர்: குறுஞ்சுனை, கான்யாறு

மக்கள்: குறும்பொறை நாடன், கிழத்தி, இடையர், இடைச்சியர், ஆயர், ஆய்ச்சியர்

உணவு: வரகு, சாமை, முதிரை

தொழில்: சாமை, வரகு விதைத்தல், அறுத்தல், களை எடுத்தல், ஆவினம் மேய்த்தல்.

முல்லை நில நோய்கள்

இந்நிலத்தில் பித்த நோய் அநேகம். ஆடு, மாடு, பசு, எருமை மிகுதி. வல்லை நோய் உண்டாவதால் அதனோடு வாதநோயும் வந்துறும். வாதம் சார்பான நோய்கள் அனைத்தும் வரும் என்று பாதார்த்த குண சிந்தாமணி கூறுகின்றது.

முல்லை நிலத்தில் பாயும் நீர்-கான்யாற்று நீர்

இந்நிலம் தங்கப்பற்பம் உண்ண ஏற்ற நிலம்

முல்லைத் திணைக்குரிய பொழுது கார் காலம் - ஆவணி, புரட்டாசி.

வாடை வீசும். தாமரை முதலிய நீர் மலர்கள் வாட்டமடையும். குளிரைத் தாங்க உடலின் உட்சூடு தோலில் சென்று ஒழுங்குபடுத்தும் காரணத்தால் உடலைக் காக்கும் ஆக்கனல் குறைவுபடும். வளி, அழல், ஐயம் ஆகிய 3 குற்றங்களும் சீர்கெடும். முல்லைத்திணை பித்தத்திற்கு இருப்பிடாக உள்ளது.

மருதம்

ஊர்: பேரூர், மூதூர்

நீர்: ஆறு, வீட்டுக்கிணறு, குளம்

மக்கள்: ஊரன், மகிழ்நன், கிழத்தி, மனைவி. உழவர், உழத்தியர்

உணவு: செந்நெல், வெண்ணெல்

தொழில்: விழாக் கொள்ளல், களை எடுத்தல், அரிதல்.

மருத நில நோய்கள்

இந்நிலம் நீர்வளம் நிறைந்தது. அனைத்துத் தாது உப்புகளையும் கொண்டது. அனைத்துக் குற்ற நோய்களும் நீங்கும்.

ஆற்று நீரின் குணம்

வாத, பித்தப்பிணி, ஈளை, நீர்வேட்கை போம். ஆண்மை பெருகும்.

வயல் நீரின் குணம்

பிரமேகம், நீர்வேட்கை, வெட்டை, காய்ச்சல், மூர்ச்சை, இரத்தகாசம், சுரவேகம் போம். சப்த தாதுக்களும் குளிர்ச்சியாகி உடல் வலுக்கும்.

அனைத்து மருந்து வகைகளை உண்ணவும், மக்கள் நோயின்றி நீண்ட நெடு ஆயுளோடு வாழவும் சிறந்த நிலம் மருத நிலமாகும்.

தங்கப்பற்பம் உண்பதற்கும் சிறந்த இடம் இது.

மருத நிலத்திலுண்டாகும் சித்திரமூல இலைச் சாற்றைக் கொண்டு புடமிடப்படும் அயப்பற்பம் மிக வீரியத்தைக் கொண்டது.

மருத நிலம் தவிர மற்ற நிலங்கள் மருந்து உண்ண ஏற்ற நிலங்கள் அல்ல எனக் கொங்கணவர் மூவாயிரத் திரட்டில் கூறப்பட்டுள்ளது.

பெரும்பொழுது ஆறும் மருத நிலத்துக்குரியன.

நெய்தல்

ஊர்: பாக்கம், பட்டினம்

நீர்: உவர்நீர் கேணி, கவர்நீர்

மக்கள்: சேர்ப்பன், புலம்பன், பரத்தி, நுளைச்சி, பரதர், பரத்தியர்

உணவு: மீனும், உப்பும் விற்றுப் பெற்ற பொருள்

தொழில்: மீன் பிடித்தல், மீன் உலர்த்தல், கடலாடல்.

நெய்தல் நில நோய்கள்

மிகவும் உப்பு விளையும் இடம். இருப்பினும் கொடிய வாத நோய்கள் உண்டாகும். மெலிந்த உடல் பருக்கும். ஈரல் பெருக்கும். குடல்வாயு உண்டாகும்.

மிகுந்த உவர்ப்பைப் பெற்றிருந்தாலும், அது பித்தவாயு தங்க இடம் அளிக்கும். இங்குவசிப்பவர்களுக்குத் தேகத்திலுள்ள நுட்ப இடங்களில் கபநீரானது பெருகி, தடித்தலை உண்டாக்கும். மேலும் பாதம் முதலிய

வன்மையான உறுப்புகளில் சிலிபாதரோகத்தை (யானைக்கால்) உண்டாக்கும். குண்டல விருத்தி உண்டாகும்.

சமுத்திர நீரின் குணம்

இந்நீரைக் காய்ச்சிக் குடித்தால் பெருநோய், மகோதரம், உதிரசூலை, குட்டம், வாதக் குன்மம், வெப்பம், மலசலபந்தம், கன்மத்தாலாகிய நோய்கள், பல்லிடுக்கு ரத்தம், சந்நி தோஷம் போம்.

பொதுவாக நெய்தல் நிலத்தில் காற்றின் ஈரப்பதமும் வேகமும் அதிகம். அதனால் தோல் நோய்கள் வரக்கூடிய வாய்ப்புகளும் அதிகம்.

நெய்தல் திணைக்குரிய பெரும்பொழுது

பெரும்பொழுது ஆறும் உரியன.

கார் காலம் - ஆவணி, புரட்டாசி:

வாடை வீசும். தாமரை முதலிய நீர் மலர்கள் வாட்டமடைதல் ஏற்படும். குளிரைத் தாங்க உடலின் உட்சூடு தோலில் சென்று உடலைக் காப்பதால் சடராக்கினி குறைவுபடும். முக்குற்றங்களும் கேடடையும்.

கூதிர் காலம் -ஐப்பசி, கார்த்திகை:

குளிர் காற்று வீசும். மேகம் சூல் கொள்ளும். பல பறவைகளும் விலங்குகளும் மக்களும் வருந்துவர். கூதிர் காலத்தில் பித்தம் தன்னிலை பிறழ்ந்து மிகுதிபடும்.

முன்பனிக் காலம்- மார்கழி,தை:

கீழ்க் காற்று வீசும். செந்நெல் விளையும். மானிடர் மிக்க உரம் பெற்றிருப்பர். மயிர்க்கால்கள் சுருங்கி, மயிர்த் துவாரங்கள் மூடப்படும்.

பின்பனிக் காலம் - மாசி, பங்குனி:

தென் கீழ்க் காற்று வீசும். அதிகக் குளிர்ச்சி.

இளவேனில் காலம் - சித்திரை, வைகாசி:

தென்றல் வீசும். பின்பனிக் காலத்தில் மிகுதியான கபம், இக்காலத்தில் மேலும் அதிகப்படும். இதனால் பசித்தீ கெட்டு, பல கோழைப் பிணிகள் உண்டாகும்.

முதுவேனில் காலம் -ஆனி, ஆடி:

கோடைக் காற்று வீசும். கானல் தோன்றும். வெப்பத்தின் கடுமையால் நீர்ப்பாகம் இழக்கப்பட்டு உலரும். வாதம் பெருகி ஒவ்வாத மிகுதியால் வன்மையான வாதப் பிணிகள் உண்டாகும்.

பாலை

ஊர்: குறும்பு

நீர்: நீரில்லாக்குழி, வற்றின கிணறு

மக்கள்: விடலை, காளை, எயினர், மறவர், மறத்தியர்

உணவு: வழிபறித்தவை

தொழில்: பகல் கொள்ளையடித்தல், போர் செய்தல்.

பாலை நில நோய்கள்

இந்நிலம் பல துன்பங்களுக்கு இடம் தரும். வாதம், பித்தம், கபம் ஆகிய முக்குற்றங்களும் உடலில் உண்டாக காரணமாக உள்ளது. மக்கள் வசிப்பதற்கும், மற்ற எந்தச் செயல்களுக்கும் ஏற்ற நிலம் அல்ல.

இங்கு நிலவும் மிகக் கடுமையான வெப்பத்தின் காரணமாக பற்பல கொடிய நோய்கள் உண்டாகின்றன. துயரம், வியர்வை, கபம், பசி, பித்தம், தோன்றும். காந்தி போம்.

பாலைக்குரிய பெரும்பொழுது

வேனில் காலம்

பின்பனிக் காலம்

ஐந்திணைக் குணத்தின் தொகுப்பு

- குறிஞ்சியில் சேத்தும நோயும்
- முல்லையில் பித்த நோயும்
- நெய்தலில் வாத நோயும் உண்டாகும்.
- மருத நிலத்தில் நிலவும் தட்பவெப்பத்தால் எந்நோயும் உண்டாகாது. அங்கு விளையும் மூலிகைகள் சிறந்தவை.
- பாலை நிலத்தில் நீண்ட ஆயுளோடு வாழ்தல் அரிது.
- மக்கள் வாழ சிறந்த நிலம் - மருதம்.
- மக்கள் வாழத் தகாத நிலம் - பாலை.
- மற்றவை மத்திமம்.

பெரும் பொழுதுகளில்

- உத்தமம் - முன்பனி, பின்பனிக் காலம்
- மத்திமம்- இளவேனில், கூதிர் காலம்
- அதமம் - கார்காலம், முதுவேனில் காலம்.

பொழுதுகளுக்கும், நிலங்களுக்கும் தொடர்பு உண்டு. அவை நோய்கள் உண்டாக, நீங்கக் காரணமாக உள்ளன. ஐந்து வகை நிலங்களிலும் அடங்கும் இயற்கை வளங்கள், அங்கு விளையும் பொருட்கள், மனிதனின் உடல், உள நோய்களை நீக்குகின்றன. ஐந்து வகை நிலங்களில் தோன்றும் நோய்களையும் அவற்றை நீக்கும் வழிமுறைகளையும் நில இயல்பு மூலம் அறியலாம்.

12

நோய் நாடல்

மரு. கு. கணபதி

முன்னுரை

சித்த மருத்துவம் தனக்கெனத் தனித்துவமான அறிவியல் தன்மையைக் கொண்டது. மண்ணுக்கு மேலேயும் உள்ளேயும் கிடக்கும், வாழும் பெரும்பாலான உயிருள்ள, உயிரற்ற பொருட்களைக் கொண்டு 32 அகமும், 32 புறமுமாக 64 வகை மருந்துகளை நோய் அவிழ்க்கப் பயன்படுத்திய சித்தர்கள், நோய்நாடுதலில் மிகவும் நுட்பமான தத்துவங்களை அடிப்படையாகக் கொண்டு, தெளிந்த நடைமுறைகளைக் கையாண்டனர்.

நோய்நாடி நோய்முத னாடியது தணிக்கும்
வாய்நாடி வாய்ப்பச் செயல்

என்ற திருவள்ளுவரின் வரிகள் சித்தர்களின் செயல்களைக் கண்டு வழிமொழியப்பட்டனவாகத் தோன்றுகின்றன.

நோய் நாடுதல் மருத்துவனின் முக்கிய கட்டம் என்பதையும் கீழ்வரும் பாடலால் நம்முன்னோர் உணர்த்தினர்:

மதித்திடற்கருமை வாய்ந்த
மாண்பரிகாரமெல்லாந்
துதித்திட வுணர்ந்தானேனுந்
துகளறப் பிணியின்தன்மை
பதித்திட வுணரானாகிற்
பயனுறா னாகலானே

விதித்திடு பிணித்திறத்தை
விளம்புது முதற்கண் மன்னோ

-சிகிச்சா ரத்ன தீபம்

நோய் வரும் வழி

"பேறு, இளமை, இன்பம், பிணி, மூப்பு, சாக்காடு" என ஆறும் கருவின் அமைப்பு என்றாலும் மனிதன் பிறந்த பின்பு பல்வேறு சூழலால் கைது செய்யப்பட்டுப் பிணிக்கு ஆளாகின்றான். அவ்வகையில் குழந்தைகள் பிறந்து மூன்று மாதங்களுக்குள் ஏற்படக்கூடிய நோய்கள் இரு வகைப்படும். அவை:

அகக்காரண நோய்கள்

அவ்விதம் நோய்கள் ஏற்படுவதற்கு அதனுடைய வெளிச் சூழ்நிலைகள் மட்டும் காரணமல்ல. அக்குழந்தைக்கு உண்டாகும் சில நோய்கள் அதன் பெற்றோரின் உடல்நிலை காரணமாகவும் ஏற்படுவதுண்டு. அவற்றில் முக்கியமானவை மாந்தம், கணம், கரப்பான், தோடம், அக்கரம், கிரந்தி என்பனவாம்.

புறக்காரணங்கள்

குழந்தை பிறந்தவுடன் இதுவரை இருந்த சூழ்நிலைக்குப் புறம்பான, முற்றிலும் மாறுபட்ட சூழ்நிலையில் வாழத் துவங்குகிறது. இவ்வேறுபட்ட சூழ்நிலை காரணமாகவும், கருவில் இருந்து வெளிவந்த வருத்தத்தின் காரணமாகவும் குழந்தைகளுக்குப் பல நோய்கள் ஏற்படுவது உண்டு. இவ்வாறு புறக்காரணங்களால் வரும் நோய்களில் சில: பிள்ளை பிறந்தவுடன் சீறிச் சீறி அழுதல், விக்கல், பொருமல், வயிறு வீங்கல், பால் எதிரெடுத்தல், கொட்டாவி, பால் குடியாமை, மலக்கட்டு, நீர்க்கட்டு, தோடம் முதலியன.

இவ்வாறு மனிதன் பிறப்பில் இருந்து இறப்பு வரை தக்க காரணங்களால் நோய் பிணிக்கப்பட்டு அல்லலுறுகின்றான். இந்நோய்க்கான முதற்காரணங்களைத் தேரையர் தெளிவாக வகைப்படுத்தியுள்ளார். அவற்றைப் பற்றி விரிவாகக் காண்போம்:

பிணிகளின் முதற்காரணம்

வாதமலாது மேனிகெடாது-வளர்பித்த
தீதலாது சத்தியடாது -சேத்துமத்தின்

கோதமலாது விக்கலடாது - குடற்தன்னில்
சீதமலாது சுரம் வராது - தீரமாமே.

மந்தமலாது வாயு வராது - அனிலபித்தத்
தொந்தமலாது மூலம் வராது - தொடர்வாத
பந்தமலாது குன்மம் வராது - பகர்பித்த
விந்தையலாது மேகம் வராது - தீரமாமே.

அசீரணமின்றிச் சுரம் வராது - திரிதோடக்
காரணமின்றிச் சந்நி வராது - கபமான
நீரதுவுமின்றிச் சோபை வராது - நெடுவாதச்
சார்வதுவுமின்றிச் சூலை வராது - தவறாதே.

அபத்தியமின்றிச் சுரம் வராது - திரிதோடக்
காரணமின்றி ஔடதின்னமு - மணுகாது
கபத்தினையன்றிக் காசசுவாசங் - காணாது
விபத்தினையன்றி வியர்வை குளிர்ச்சி - வராதே.

இவற்றின் விளக்கத்தைத் தனித்தனியே விரிவாகக் காணலாம்.

வளர்பித்த தீதலாது சத்தியடாது

வாந்தி என்பது உண்ட உணவு, குடித்த நீர் இவை செரித்தேனும் செரியாமலேனும் விரைவாக மேல்நோக்கி வெளியாவது.

நோய் வரும் வழி - அகக்காரணம்

- ❖ மேல்நோக்குங்காலான உதானன் பாதிப்படையும் போதும் வாந்தியாகும்.
- ❖ பித்தப் பெருக்கமே வாந்திக்குக் காரணம்.

புறக்காரணம்

- ❖ மாப்பண்டம், ஊசிய பொருட்கள், கொழுப்பு நிறைந்த ஊண் பொருட்கள், நண்டு, மீன் முதலிய செரியாப் பொருட்களை உண்பதால் உண்டாகும்.

- நஞ்சுப் பொருட்களாகிய வெள்ளைப் பாடாணம், மருக்காரை, எட்டி ஆகியவற்றை உண்பதால் உண்டாகும்.
- குன்மம் போன்ற வயிற்றிலுண்டாகும் நோய்களில் உண்ட உணவு செரிக்கும் தன்மை இழந்து, வயிற்றில் தங்கிப் புளித்து வாந்தியை உண்டாக்கும்.
- சூழ்கொண்ட காலத்திலும், ஒற்றைத் தலைவலி, வெறிநோய், மூப்பு நோயிலும் வாந்தி உண்டாகும்.
- சுற்றிச் சுழன்று ஓடல், கப்பல் பிரயாணம், விரும்பத்தகாத பொருளைத் தொடல் அல்லது பார்த்தாலும் வாந்தி உண்டாகும்.
- ஊழி என்னும் வாந்திபேதி நோயிலும் வாந்தி மிகுதியாக உண்டாகும்.
- சுரம், இருமல், குடற்பிடிப்பு, கல்லடைப்பு, வயிற்றில் உண்டாகும் கழலைகள் ஆகிய பலவகைப்பட்ட நோய்களுக்குக் குறியாகவும் வாந்தி வரும்.

முதற் காரணம்

உணவின் வேற்றுமையாலும், நடத்தையின் வேறுபாட்டாலும் பித்தம் தன்னளவில் குன்றி ஐயத்தை வயிற்றிலும் பெருக்கிப் பசித்தீயைக் கெடுக்கும். கேடடைந்த குற்றத்தினளவாய் மேல் நோக்குங்காலும் (உதானன்), கீழ்நோக்குங் காலும் (அபானன்) கேடடைந்து உண்ட உணவைச் செரிப்பிக்காதபடி புளிக்கச் செய்யும்.

செரிக்காததும் புளித்ததுமான இவ்வுணவு எதிர்த்து மேல் நோக்கி புளியேப்பத்தோடு வெளியாதல், வயிற்றைப் புரட்டி எடுத்து வலித்தல் போன்ற பண்புகளை உண்டாக்கும்.

நோய் வராதிருக்க உடல் அடைந்த வேறுபாடுகளையும் தட்ப, வெப்ப வேறுபாடுகளையும் நன்கு அறிந்து அதற்குத் தகுந்தவாறு உணவு கொள்ள வேண்டும்.

எனவே பித்த மிகுதியால் மேல்நோக்குங்கால் தூண்டப்பெற்று வாந்தி உண்டாகிறது. அதனால் வாந்தி உண்டாவதற்குப் பித்தமே முதற்காரணம்.

மந்தமலாது வாயு வராது

உடலில் ஏற்படும் அசீரணம் காரணமாகவும், மலக்கட்டின் காரண்மாகவும், உணவுப் பொருள் முறையாக திசுக்களைச் சென்றடையாமல் குடலில் தங்குவதன் காரணமாகவும் மந்தம் உண்டாகிறது.

கீல்களில் வளிக்குற்றம் கூடி நோயுண்டாவதால் கீல்வாயு எனவும், மூட்டுகளில் நோயுண்டாவதால் மூட்டுவலி எனவும், மூட்டுகளில் நோயுண்டாவதால் மூட்டுவலி ஏற்பட்டுப் பூட்டுகளை முடக்கி வைப்பதால் முடக்கு வாயு எனவும், வயிற்றில் மந்தமுண்டாகிப் புளித்து ஐயத்தைப் பெருக்கி இந்நோய் உண்டாவதால் ஆமவாதம் எனவும் பெயர் பெறும்.

நோய் வரும் வழி - புறக்காரணம்

- உணவாதிச் செயல்களால் வாயு அதிகரிக்கிறது. அவை: கைப்பு, கார்ப்பு, துவர்ப்பு, புளிப்புச் சுவையுள்ள பொருட்கள், பழைய சாதம், கேழ்வரகு, தினை இவற்றை மிகுதியாக உண்பது
- அதிக அளவில் நெய்யை உண்ணல்
- பகலில் தூங்கி இரவில் கண் விழித்தல்
- அதிகமாக உண்ணுதல் அல்லது பட்டினி கிடத்தல்.

அகக்காரணம்

- உடலில் ஏற்படும் அசீரணம் காரணமாகவும், மலக்கட்டின் காரணமாகவும் உணவுப் பொருட்கள் முறையாக திசுக்களுக்குச் சென்றடையாமல் குடலில் தங்குவதன் காரணமாக மந்தம் உண்டாகிறது.
- குடலில் தங்கிய உணவுப் பொருள்களில் நொதித்தல் செயல்பட்டு வாயு உண்டாகிறது.
- வாயு உடலில் அதிகரிப்பதால் பரவுகால், கீழ்நோக்குங்கால், மேல்நோக்குங்கால், நடுக்கால் ஆகியவை பாதிப்படைகின்றன.
- பரவுகால் பாதிப்படைவதால் உணவின் சாரம் சரியாக உடலில் நிருப்பிக்கப்படாமல் தடுக்கப்படுகின்றது.
- கீழ்நோகுங்கால் பாதிப்படைவதால் மலசலங்கள் வெளியேற்றப் படாமல் மந்தம் உண்டாகிறது.

- மேல்நோக்குங்கால் பாதிப்படைவதால் அசீரணம் உண்டாகி வாந்தி, ஏப்பம் உண்டாகிறது.
- நடுக்கால் பாதிப்படைவதன் காரணமாக உண்ட உணவு சரியாகச் சேர வேண்டிய பகுதிகளுக்குச் சேராமல் தடுக்கப்படுகிறது.
- இவ்வாறு மிகுதியான வாயு கீல்களில் சேர்வதால், கீல்களில் வாயுவின் குணமாகிய தளர்ச்சி, வறட்சி, ஊறு ஆகியவை உண்டாகின்றன.

அனில பித்த தொந்தமல்லாது மூலம் வராது

மூலநோய் உண்டாவதற்கு முக்கிய காரணம் வாதமும், பித்தமும் பாதிப்படைவதேயாகும்.

நோய் வரும் வழி-புறக்காரணங்கள்

- கீழ்வாயுவை வறுத்தும் படி (கேடடையும் படி) செய்யக்கூடியதான எப்போதும் உட்கார்ந்திருத்தல்
- மிகுதியாக குதிரை, யானை, ஒட்டகம் இவற்றில் சவாரி செய்தல்
- யோகநிலையில் தன் வன்மைக்கு மிகுதியாக நிலைத்திருத்தல்
- மூச்சடக்கல்
- மிகுதியான மலக்கட்டு - போன்ற காரணங்களால் கீழ்வாயு கேடடைகிறது. மேலும்
- மிகு புணர்ச்சி
- மிகு கோபம்
- மிகு மனச் சலிப்பு இவைகளாலும் மூலம் உண்டாகும்.

அகக் காரணங்கள்

கந்தத்தில் கருணையொழிய
வேறொன்றும் புசியோம்

என்ற கூற்றின் படி கருணைக்கிழங்கு தவிர மற்ற கிழங்கு வகைகளைப் புசிக்கின் அவை கீழ்நோக்குங்காலைக் கெடுத்து இந்நோயினை உண்டாக்கும்.

- வறட்சி உண்டாவதால் கீல்களை நீட்ட, மடக்க முடியாமை ஏற்படுகிறது.
- ஐயம் அதிகமாவதன் காரணமாக அக்கினி மந்தம் உண்டாகிறது. இதனாலும் வாயு அதிகமாகிறது.
- ஐயம் குறைவதன் காரணமாக கீல்களில் பசை முற்றும் நீங்கி அவை தளர்ச்சியடைதல், கீல் எலும்புகள் நன்றாக வெளியில் தோன்றுதல் ஆகியவை உண்டாகின்றன.
- வாதமும் ஐயமும் சேர்வதன் காரணமாக கீல்களில் வீக்கம், நீர்கோர்த்தல், வலி முதலியவை உண்டாகின்றன.
- பசித்தீயை அறியாமல் அதிகமாக உண்பதன் காரணமாக வயிற்றில் மந்தம் உண்டாகி வாயு அதிகரிக்கிறது.
- காரப் பொருட்களை மிகுதியாகப் புசித்தல், பசியை அடக்கல், பட்டினி கிடத்தல் இவைகளால் கீழ்நோக்குங்கால் கட்டுப்பட்டு, மூலச்சூடு அதிகரித்து, எருவை வெளியில் போகாதபடி அடக்கிக் கீழ் வாய்க் கனலை மேலும் தூண்டி இந்நோயைப் பிறப்பிக்கும்.

காரப்பு - வாயு + தேயு

கார்ப்புச் சுவை அதிகம் உண்டால், அதன் கூறுகளான வாயுவும் தேயுவும் (பித்தம்) உடலில் அதிகரித்து அனில பித்த தொந்தத்தை உண்டாக்கி, மூலத்தை உண்டாக்கும்.

முதற் காரணம்

உணவு, செயல் முதலியவற்றால் எழுந்த கீழ்வாயுக்கனல் தன் அளவில் மிகுந்து வளிக்குற்றத்தைத் தூண்டி அதன் காரணமாக கீழ்நோக்குங்கால் கேடடையும். இவ்விரண்டின் காரணமாக அழல் தூண்டப்பட்டு குற்றமடையும்.

இக்குற்றத்தைத் தடுக்காவிடின் அக்கனல் தூண்டப்பட்டு எருவினைத் தீயவைத்து வறண்டு, உருண்டு, கெட்டியாகி எளிதில் வெளியாகாமல் மூலநோய் உற்பத்திக்கு ஈடுபடுத்தும்.

இதனால் பசித்தீ கெடும், உடல் மெலியும் இரசம், இரத்தம் இரண்டும் தத்தம் வன்மை இழக்கும்.

எனவே வாதத்தில் கீழ்நோக்குங்காலின் பாதிப்பும், பித்ததில் அனற் பித்தத்தின் பாதிப்பும் ஒன்று கூடி, அனில பித்த தொந்தம் ஏற்பட்டு மூலம் உண்டாகிறது.

தொடர்வாத பந்தமலாது குன்மம் வராது

குன்மம் என்பது முத்தாதுக்களில் முதன்மையான வாதத்தின் தன்னிலை பிறழ்ச்சியால் வருவது ஆகும்.

வாதத்தின் கெடுதியல்லாது குன்மநோய் வராது. இந்நோய் வரும்போது மனம் குன்றும் காரணத்தினாலும், வலி வரும்போது நோயினனை முன்பக்கமாகக் குன்றவைக்கும் காரணத்தாலும் இதனைக் குன்ம நோய் எனக் கூறுவர்.

நோய் வரும் வழி-புறக்காரணங்கள்

- வளிக்குற்றத்தைப் பெருக்கக்கூடிய துவர்ப்புச் சுவையுள்ள உணவுப் பொருட்கள்,கிழங்கு வகைகள் ஆகியவற்றை அதிகமாக உண்ணுதல்
- கார்ப்புச் சுவையை அதிகமாக உண்ணல்
- பசியை அடக்குதல்
- கிருமிகளினால் வரும்
- அடிக்கடி சினம் கொள்ளல், மனச்சலிப்பு, துக்கம்
- மந்தமான பொருட்களை மிகுதியாக உண்ணுதல்.

அகக்காரணங்கள்

உடலின் முத்தாதுக்களில் ஒன்றான வாதத்தின் பாதிப்பால் இந்நோய் வரும். தசவாயுக்களில் அபானன்,உதானன், சமானன் ஆகிய பாதிப்பால் குன்மநோய் உண்டாகும்.

அபானன் பாதித்தால்: உடலில் அன்னசாரங்கள் சேர வேண்டிய இடங்களில் சேர்ப்பிக்காது, மலக்கட்டை உண்டாக்கும்.

உதானன் பாதிப்படைந்தால்: வாய்குமட்டல், புளியேப்பம், வயிறு புரண்டு நோதல், வாந்தி, உடல் வன்மை குன்றல் போன்ற குறிகுணங்கள் உண்டாகும்.

சமானன் பாதிப்படைதல்: உண்ட உணவுப் பொருட்களைச் செரிப்பதற்குரிய தீயைக் கெடுக்கும். சாரத்தையும், திப்பியையும் வெவ்வேறாகப் பிரிக்காமல், சாரத்தை உடலின் எல்லா இடத்திற்கும் பகிர்ந்து கொடுக்காமல் மற்ற வாயுக்களைக் கெடுக்கும்.

குன்ம நோய் அகக்காரணங்களை விட புறக்காரணங்களாலேயே உண்டாகிறது. அகக்காரணங்கள் யாவும் புறக்காரணங்களாலேயே உண்டாகின்றன. புறக்காரணங்களில் முக்கிய பண்பு வகிப்பது நம் உணவு முறையே ஆகும்.

கார்ப்பு + வளி +தீ

துவர்ப்பு + மண் + வளி

இங்கு இந்த இரு சுவையிலும் வளித் தாது இருப்பதால் இந்தச் சுவையை மிகுதியாக உட்கொள்ளும்போது நம் உடலில் வளி குற்றமடைகின்றது.

கிழங்கு வகையான தமோ குணப் பொருட்களால் வாதம் அதிகப்பட்டுக் கோபம், துக்கம், மனச் சலிப்பு ஆயின ஏற்பட்டுப் பசி இன்மை ஏற்படுகிறது.

பசி பாதிக்கப்படுவதால் அபானன் பாதிக்கப்பட்டு, மலக்கட்டு உண்டாகிறது. மேலும் உதானன், சமானன் பாதிக்கப்பட்டு வாய்குமட்டல், வாந்தி முதலியன ஏற்பட்டு, உணவு செரிக்காமல் செய்கிறது.

இதனால் உடலுக்குத் தேவையான சத்து கிடைக்காமல், உடலைக் குன்றச் செய்வதால் மனமும் குன்றும். அது உண்டாவதற்கு முக்கியமான அல்லது முதன்மையான காரணம் தொடர்வாதம் ஆகும். எனவே "தொடர்வாத பந்தமலாது குன்மம் வராது" என்று கூறப்பட்டுள்ளது.

பகற்பித்த விந்தையலாது மேகம் வராது

அழல் (பித்தம்) நாடி மிகுதியால் உடலில் வறட்சி மிகுந்து, உடல் உலர்ந்து, உள்ளம் நைந்து வரும் நோய், மேகம் ஆகும்.

நோய் வரும் வழி-புறக்காரணம்

- அளவு கடந்த கலவி
- சோம்பித் திரிதல்
- மனக் கலக்கம்
- பொருளின் மீது இச்சை மிகுதியாக கொள்தல்.

அகக்காரணம்

- நெய், பால், கள், இறைச்சி, சுவையுள்ள மீன்களை உண்ணல்
- இனிப்புச் சுவையுள்ள உணவு உண்ணல்

- ❖ வேகாப் பொருள், ஈரப்பொருளை உண்ணல்
- ❖ வெறுப்பைத் தரக்கூடிய பொருளை உண்ணல்
- ❖ முதன்மையாக அழல் குற்றம் மிகுந்து வாயு பெருகி, ஐயமும் வளியும் கேடடைந்து உடற்தாதுக்களின் வேலை கெடும். அவ்வாறு கெட்ட நிலையில்:
- ❖ கீழ்க்கால் கெட்டு மிகுதியாக நீரிழியும்.
- ❖ மேல்கால் பாதித்து மிகுதாகம், மிகுபசி ஏற்படும்.
- ❖ பரவுகால் பாதிப்பால் உடலில் அன்னம் சரியாகச் சேராமல், உடல் தாதுக்கள் உலரும்.
- ❖ நடுக்கால் பாதிப்பில் மற்ற வாயுக்களும் கெடும்.
- ❖ உடற்கட்டுகளில் ஒன்றான விந்து பாதிப்படைவதால் மேகம் உண்டாகிறது.

கபமான நீரதுவன்றிச் சோபை வராது

சோபை என்பது வீக்கத்தைக் குறிக்கும். இந்நோயில் குருதியின் வன்மை குறைந்து, முறிந்து அல்லது நீர்த்து உடலில் ஐய மிகுதியை விளைவித்து, நீரைப் பெருக்கி (குருதியின் நீர்பாகத்தை அதிகமாக்கி), உடல் முழுமையும் நீர்மையாக்கி, நீர் கோர்த்து ஊதச் செய்யும்

நோய் வரும் வழி-அகக்காரணம்

- ❖ வெளுப்பு நோயைத் தொடர்ந்து உண்டாகும்.
- ❖ குருதி கேடடைந்து முக்குற்றம் தூண்டப்பட்டு, பரவுகால் தன் தொழிலில் பிறழ்ந்து ஊதல் நோயை உண்டாக்கும்.

புறக்காரணம்

- ❖ நஞ்சு உட்கொள்வது
- ❖ உணவு வேறுபாடு
- ❖ குளிர்ந்த காற்று
- ❖ சாம்பல், மண், மா, தவிடு, உண்பதால் உண்டாகும்.

- வெளுப்பு நோயில் குருதி நீர்த்து, ஐய மிகுதியை ஏற்படுத்துவதனால் கபத்தின் கூறான நீர் உடலில் முழுமையும் கோர்த்து ஊதல் நோயை உண்டு பண்ணும்.
- பரவுகாலின் செயல் உண்ட உணவின் சாரத்தை அவ்வவ்விடங்களில் நிரைத்து, உடலைக் காப்பது. இதன் பாதிப்பால் குருதி கேடடைந்து, உணவின் சாரம் ஆங்காங்கே தேங்கி சோபை நோயை உண்டாக்கும்.
- நஞ்சு உண்ணுவதால் உடலின் மூன்று தாதுக்களுள் முதன்மையாக கபம் பாதிப்படைந்து, நீர்க்கூறு அதிகமடைந்து சோபை நோய் உண்டாகும். மேலும் நஞ்சினால் குருதியின் செவ்விலங்கள் சிதையும். அதனால் குருதியின் நீர்ப்பொருள் அதிகப்பட்டு, கபக்குற்றம் மிகுதியாகி சோபை உண்டாகும்.
- இனிப்பு, உப்பு, புளிப்பு இச்சுவைகளில் நீர்க்கூறு இருப்பதால் கபம் அதிகப்பட்டு சோபை உண்டாகும்.
- சோபை நோயில் கீழ்நோக்குங் காலும், பரவுகாலும் பாதிக்கப்படுவதால் சிறுநீர், மலம் சரியாக இறங்காமலும், அன்ன சாரம் சேர வேண்டிய இடங்களில் சரியாகச் சென்றடையாமலும் இருப்பதால் உடலில் கபத்தின் கூறான நீர் கூடி, சோபை உண்டாகிறது.

திரிதோடக் காரணமின்றி சன்னி வராது

ஏதேனுமோர் நோயால் பீடிக்கப்பட்டிருக்கும் நோயினனுக்கு வளி, அழல், ஐயம் ஆகிய மூன்று நாடிகளும் ஏகோபித்து, தத்தம் அளவில் மிகுந்தெழுந்தால் பலவித குறிகுணங்களையும் துன்பங்களையும் விளைவிக்கும். இதனையே சன்னி அல்லது முக்குற்ற நோய் என்பர்.

நோய் வரும் வழி-புறக்காரணம்

- சுரம் தோன்றிய காலத்து ஒழுங்கான பத்தியம் அனுசரிக்காமை
- ஆண், பெண் தகாத கலவி
- மந்தத்துடன் எண்ணெய் தேய்த்துத் தலை முழுகல்
- பிரசவத்திற்குப் பின் ஏற்படும் சுரம்

அகக்காரணம்

- ❖ இனிப்பைத் தவிர மற்ற சுவைகளை மிகுதியாக உண்ணல்
- ❖ குளிர்ச்சியான பொருட்களை எடுத்துக் கொள்ளல்.

முதற்காரணம்

- ❖ முக்குற்ற நோய் வளி, அழல், ஐயம் ஆகிய மூன்றும் ஒரே காலத்தில் மிகுவதாலும், குறைவதாலும் உண்டாகும்.
- ❖ சுரநோயில் வளி, அழல் இரண்டுமே பாதிப்படைந்து அதனைத் தொடர்ந்து ஐயம் பாதிப்படைவதால் அது சன்னி நோயாக மாறும்.
- ❖ இதில் மேல்நோக்குங்கால், பரவுகால், நடுக்கால், உயிர்க்கால் ஆகிய நான்கும் பாதிப்படையும். உயிர்க்கால் பாதிப்படைவதால் உடல் வன்மை இழந்து அழியும்.

கபத்தினையன்றி சுவாசகாசம் வராது

சுவாசகாசம் என்பது மூச்சுத் திணறி, மூச்சு வெளியிடுவதில் சிரமத்தை உண்டாக்கும் நோய். இதன் முதன்மைக் காரணம் கபம்.

நோய் வரும் வழி-புறக்காரணம்

- ❖ கபத்தை உண்டாக்கக்கூடிய உணவுப் பொருட்களை, உடல் வன்மை குறைந்த நிலையில் எடுத்துக் கொள்ளல்.
- ❖ உடலுக்கு ஒவ்வாத உணவு, செயல் முதலியவற்றால்
- ❖ புல், பூண்டு, நெல், அரிசி, கேழ்வரகு இவற்றின் சுணையாலும்
- ❖ தனக்கு ஒவ்வாத நாற்றப் பொருள்களை முகர்வது
- ❖ மழை, முன்பனி, பின்பனியில் உடலைப் பாதுகாக்காமல் இருப்பதால் சுவாசகாசம் உண்டாகும்.

அகக்காரணம்

- ❖ ஐயம் தன்னிலையில் இருந்து பிறழ்வதாலும்
- ❖ வாதத்தினால் தூண்டப்பட்ட ஐயத்தாலும் உண்டாகும்.

முதற்காரணம்

- பல்வேறு காரணங்களால் மிகுதியான ஐயம், மூச்சு உறுப்புகளின் உள்ளிடங்களில் அடைத்துக் கொண்டு காற்றை இயற்கையாக இயங்கவொட்டாமல் தடுப்பதால் மூச்சுத் திணறல் உண்டாகிறது.
- கபத்தினால் அடைபட்ட நாளங்களின் வழியாக வாயு இயங்க முற்படும் போது இயலாது போகவே, வாயு மாறாகச் சென்று ஐயத்தைத் தூண்டி அதன் தொழிலை ஓங்கச் செய்து, தலையையும் தொண்டையையும் தன்வசப்படுத்தித் துன்பத்தை விளைவிக்கும்.
- வாயுவையும் ஐயத்தையும் மிகுதிப்படுத்தக்கூடிய உணவாதி செயல்களால் மிகுதிப்பட்ட வாயு கபாசயத்தை அனுசரித்தலால், அங்கு தங்கிய ஆவி வடிவமான நீர் கபமாக மாறி, வாயு இயங்க முடியாமல் இரைப்பு உண்டாகிறது.

வாதமலாது மேனி கெடாது

மேனியில் உண்டாகும் நோய்க்கு முதன்மையான காரணம் வாதம். பெருநோய், உடல் மினுமினுத்தல், படைகள் போன்ற குறிகுணங்களைத் தோற்றுவிக்கும் இயல்புடைய நோய் இது.

புறக்காரணம்

- அழுகிய மீன், நண்டு, நத்தை, சிப்பி இவற்றை மிகுதியாக உட்கொள்ளல், வேகாப் பொருள்கள், மந்தப் பொருள்களை உட்கொள்ளல்
- நோயுற்றவருடன் நெருங்கியிருத்தல்
- உணவுப் பொருள்களை அளவு கடந்து உண்ணுதல் அல்லது உடற்கு வேண்டிய அளவு கொள்ளாது குறைத்து உண்ணல்.

அகக்காரணம்

- உணவாதிச் செயல்களால் வளிக் குற்றம் கேடடைந்து இரசம், குருதி இவ்விரண்டு தாதுக்களையும் கேடடையச் செய்யும். பின்னர் மற்ற தாதுக்களும் கேடடையும்.

- இரசத்தாது கேடடைவதால் தோல் வறளும், நிறம் மாறுபாடாகும்.
- குருதியின் கேட்டால் உடல் வியர்க்கும், உடல் ஊதும்.
- ஊண் கேட்டால் கொப்புளம் உண்டாகும்.
- கொழுப்பின் கேட்டால் உடல் வெடித்துப் புண்ணாதல், கை, கால் அசைக்க முடியாமை ஆகியவை உண்டாகும்.
- என்பு, மூளை இவற்றின் கேட்டால் மூக்குத் தண்டு, என்பு இவற்றைத் தாக்கி, அங்கு வீக்கத்தை உண்டாக்கும்.
- தவளம் என்னும் விந்துவினைச் சார்ந்து, கரு உற்பத்தியில் இந்நோய் தொடரும்.
- வாதம் அதிகமாவதால் தளர்ச்சி, வறட்சி, எளிமை ஆகிய குறிகுணங்கள் மேனியில் உண்டாகும்.
- மேனியில் உண்டாகும் மலினங்களுக்குக் காரணமாக அமையும் உடற்தாதுக்களின் கேட்டிற்கு வாதமே முதன்மையான காரணமாக அமைகிறது.

அசீரணம் இன்றிச் சுரம் வராது

சுரம் என்பது உடலின் இயற்கைச் சூடு தன்னளவில் மிகுந்து இருப்பது. இதற்கு முதற்காரணம் இரைப்பையில் ஆமம் என்னும் சீதம் பெருகி, அதன் காரணமாகக் கபம் அதிகரித்து, ஆங்குள்ள குக்கியனல் என்னும் உயிரக்கினியைத் தன்னிலை விட்டு மாறி மிகுதிப்படுத்தி, நரம்பின் வழியாக புறஉடலிற் பரவித் தோன்றும்.

முதற்காரணம்

- அறுசுவை உண்டியின் வேற்றுமையாலும் தகாத நடவடிக்கையாலும் சுரம் வருவதற்கு முன் அசீரணம் என்னும் மந்தம் இரைப்பையில் உண்டாயப் புளித்து, அடை போன்று ஆமம் என்னும் ஐயம் வடிவமாக உண்டாகிறது. இதன் காரணமாக வளி, அழல், ஐயம் என்ற முக்குற்றங்களும் தனித்தும் கலப்புற்றும் ஏகோபித்து இரைப்பையைப் பற்றி அங்குள்ள ஆமத்தைத் தங்களாலியன்ற மட்டும் இளக்கி உப்பச் செய்யும்.

- இதனால் உடற்கு வன்மை தரக்கூடிய உணவு சரியாகச் செரிக்கப்படமாட்டா.
- இரைப்பையில் இளகிப் பெருத்த ஐய அடையானது குக்கி அனலை வெளிப்படுத்தி, சடராக்கினி குறைந்து பசியின்மை ஏற்படும்.
- செரியாத உணவுக் குழம்புகள் இரசத்தைச் செலுத்துகின்ற நாளங்களையும் மற்றுமுள்ள மயிர்த்துளைகளையும் அடைக்கும். ஆதலால் வியர்ப்பதில்லை. அதன்பின் அக்குழம்புகள் பக்குவாசயம் சென்று அங்கு இயற்கையாய் இருக்கும் உடற்தீயை மேலெழுப்பி உடல் முற்றும் அனலைப் பரவச் செய்யும்.
- மேலும் அசீரணத்தால் மந்தம், புளிப்பு ஏற்பட்டு அதன் காரணமாக வெப்பம் அதிகரித்து, சுரமாகத் தோன்றும்.

நெடுவாதச் சார்வதுவின்றிச் சூலை வராது

சூலை நோய் என்பது சூலாயுதத்தில் குத்துவது போன்ற வலி. இதற்கு முக்கிய காரணம் வாதமே ஆகும்.

புறக்காரணங்கள்

- மனஅழுத்தத்தினாலும் சரியான உணவு இல்லாததாலும் உடல் வன்மை குறைவதாலும் முத்தாது பாதிக்கப்படுகிறது. அதில் முதல் தாதுவான வாதம் பாதிப்படைவதால் சூலை நோய் தோன்றுகிறது.
- மிகுதியான ஓட்டம்
- மிகுதியாக சண்டையிடுதல்
- புகை பிடித்தல்
- ஏழைகளுக்கு உணவு வழங்காமல் அடித்தோட்டியவர்
- வழிப்பறி செய்தவர்
- பயன்தரக்கூடிய பச்சை மரங்களை வெட்டி வீழ்த்தியவர் ஆகியோருக்கு மேற்கூறிய காரணங்களால் மனவருத்தம் ஏற்பட்டு, தன் குற்றத்தை எண்ணி வருந்தி அதனால் வாதம் பாதிக்கப்படலாம்.

அகக்காரணங்கள்

- துவர்ப்புப் பொருட்களை அதிகமாக உண்ணல்
- துவர்ப்பு - மண்+வளி. இதில் உள்ள வளிக்குற்றம் மிகுதியாகி சூலை உண்டாகும்.
- மிகச் சூடான உணவுப் பொருட்களை உண்ணல்.

முதற்காரணம்

- வாயுக்களில் கீழ்நோக்குங்கால், மேல்நோக்குங்கால், நடுக்கால், பரவுகால் ஆகியவை பாதிப்படைகின்றன. இவ்வாயுக்கள் துவர்ப்புச் சுவையுள்ள பொருட்களை அதிகமாக உண்பதாலும் பாதிக்கப்படும்.
- மேலும் இச்சுவையின் மிகுதியால் மலக்கட்டு, வயிற்றுப் பொருமல் உண்டாகி, வாயு உடலில் அதிகரிக்கின்றது. இவ்வாறு பாதிப்படைந்த வாயு உடலில் தங்கி, வாயுவின் இயற்கைத் தன்மையான நோதல், வலி போன்றவற்றை உண்டாக்கும்.
- கீழ்நோக்குங்கால் பாதிக்கப்படுவதால் மேல்நோக்குங்காலும் பாதிப்படையும். இவ்விரண்டு காலின் பாதிப்பால் நடுக்காலும் பரவுகாலும் பாதிக்கப்படும்.
- பரவுகால் பாதிக்கப்படுவதால் வாதம் உடலில் பாதிக்கப்பட்டு ஆங்காங்கு தேங்கி சூலை நோய் உண்டாகும்.

சேத்துமத்தின் கோதமலாது விக்கலெடாது

இந்நோய் "விக்" "விக்" என்ற ஒலியுடன் எழும். இதற்கு முதன்மையான காரணம் சேத்துமக் (ஐயம்) குற்றம்.

புறக்காரணங்கள்

- குளிர்ந்த நீரில் தலை முழுகுவதாலும்
- மிகுதியான காரம், இனிப்பு, கைப்புப் பொருட்களை உண்ணல்
- மாப்பண்டத்தை மிகுதியாகப் புசித்தல்
- விடாமல் காயும் கனவெட்டையினாலும் விக்கல் உண்டாகும்

அகக்காரணம்

- ❖ குளிர்ச்சியான பொருட்களை உண்பதால் ஐயம் மிகுதியாகி, மேல் நோக்குங் காலைத் தூண்டச் செய்து விக்கல் நோயைப் பிறப்பிக்கிறது.
- ❖ பத்து வாயுக்களில் ஒன்றான நாகன் எழுப்பப்பட, அது தன்னுடைய இயற்கை பண்பாகிய தண்மையுறுதல், வெம்மையுறுதல் என்னுமிரண்டில் தண்மையினால் ஐயத்தை மிகுதிப்படுத்தியும், வெம்மைத் தன்மையால் ஐயத்தை இளக்கிக் கொதிப்பித்தும், தன் இயற்கை குணமான வறட்சி தன்மையினால் உள்ளிடத்தை வளரச் செய்து "விக்" "விக்" என்ற ஒலியை உண்டாக்கும். எனவே கபமே இதன் முதற்காரணம்.

கிருமிகளாலும் நோய் உண்டாகும்

கிருமிகள் உடலில் அகம் மற்றும் புறக் காரணங்களால் உண்டாகும்.

கிருமியால் வந்த தோடம் பெருகவுண்டு
கேட்கலத்தின் பிரிவதனைக் கிரமமாக
பொருமி வரும் வாயுவெல்லாங் கிருமியாலே
புழுக்கடி போல் காணுமது கிருமியாலே
செருமிவரும் பவுத்திரங்கள் கிருமியாலே
தேகமதில் சோகைக் குட்டங் கிருமியாலே
துருவி வருஞ் சுரோணிதங் கிருமியாலே
சூட்சமுடனே கிரிசைப்பால் தொழில் செய்வீரே

என்பதால் பொருமல், வாய்வு, புழுக்கடி, பவுத்திரம், சோகை, குட்டம், சுக்கிலப் பிரமேகம் ஆகிய ரோகங்கள் கிருமியால் ஏற்படுவதுண்டு. சோகை எனக்கூறியதால் வெளுப்பு நோயையும் குறிக்கும். அன்றியும் குன்மம், சயநோய், சுரம், பாண்டு, மலடு, பெருவயிறு, விடகரப்பான், விடநீர்ச்சூலை, சுக்கில நட்டம் ஆகியவற்றால் தாதுக்கள் கெட்டுத் தடிப்புண்டாகும். அதில் கிருமி உண்டாகி நச்சுநீர் தேகமெல்லாம் பரவி, குழி குழியாய், புள்ளி புள்ளியாய்த் தோன்றும். கிருமியின் நச்சுநீரால் குட்டம், விடகரப்பான் முதலியனவும் உற்பத்தியாகும்.

நோய்நாடல், நோய்முதல் நாடல் ஆகிய இவ்விரண்டும் பிணியை அறிவதற்கு இன்றியமையாதன. அதன் பிறகுதான் மருந்தைப் பற்றிக் குறிப்பிடல் வேண்டும் என்பதே மருத்துவரின் கடமை. எனவே ஒவ்வொரு மருத்துவரும் முதற்கட்டமாக 'நோய் நாடல்' பற்றிய கருத்துகளை மிகவும் கவனத்துடன் கற்றறிய வேண்டியது அவசியமாகும்.

13

எண்வகைத் தேர்வில் நாடி

மரு. ஜே.ஆர். கிருஷ்ணமூர்த்தி, மரு. கு. கணபதி

முன்னுரை

மனித இனத்திற்குத் தோன்றும் நோய்களை 4448 வகைகளாக சித்தமருத்துவத்தில் வகைப்படுத்தியுள்ளனர். இந் நோய்களைக் கண்டறிந்து தகுந்த மருத்துவம் செய்ய நோய்க்கணிப்பு அல்லது பிணியறிமுறைமையாக எண்வகைத் தேர்வுகள் கூறப்பட்டுள்ளன. அவை: நா, நிறம், மொழி, விழி, ஸ்பரிசம், மலம், மூத்திரம், நாடி என்பனவாகும்.

இவற்றில் நாடியை இரத்தக் குழாய்களில் பார்க்கிறோம். இரத்தக் குழாய்கள் யாவும் இருதயத்துடன் தொடர்புடையன. எனவே இருதயத்தின் தொழில் வேறுபாடுகளை நாடியின் மூலம் அறியலாம். இருதயத்தின் செயல், உடல் செயல்பாடுகளுடன் ஒத்திருக்கும். எனவே உடலின் நோய்களை நாடியின் மூலம் அறியலாம். இவ்வாறே நாடி கணிப்பில் தேர்ச்சி பெற்ற மருத்துவர், பிணியாளர் அல்லது உறவினரின் உதவியின்றியே நாடியின் மூலம் நோய்களைக் கணிக்கலாம். நாடியின் மூலம் நோயைக் கணிப்பதன்றி, நோயின் தீரும் தீரா நிலையையும் அறிய வாய்ப்புண்டு. இனி நாடி என்றால் என்ன? என்பதைப் பார்ப்போம்.

நாடி என்றால் என்ன

மனித உடலின் 96 தத்துவங்களில் நாடி என்பது 10 வகையாகக் கூறப்பட்டுள்ளன. இது தசநாடிகள் என்றும் உணரப்படுகின்றன. அவை: இடகலை, பிங்கலை, சுழுமுனை, சிகுவை, புருடன், காந்தாரி, அத்தி, அலம்புடை, சங்கினி, குகு ஆகியனவாகும்.

ஆனால் இங்கு நாடி என்பது வாதம், பித்தம், கபம் என்ற உயிர்த் தாதுவையே குறிப்பதாகும். ஏனென்றால் உடலில் உயிர்த் தரித்திருப்பதற்குக் காரணமான சக்தியாக இந்நாடிகள் அல்லது மூன்று உயிர்த்தாதுக்கள் இருக்கின்றன. அதாவது உடலில் உயிர் தரித்திருப்பதற்குக் காரணமான சக்தி எதுவோ அதுவே நாடி எனப்படும்.

உறுபொருள் தாங்குமுடலு முயிரும்
உடற்காதார மொன் பஞ்ச பூதப்
பஞ்சீகரணப் பான்மையா மெனவும்
உயிர்க்காதார முயிர்த் தாதெனவும்
முப்பிரிவாகி முக்குண மணுகி
உடலையு முயிரையு மோம்பிக் காத்து
வருமென முது மறைவகுக் குந்துணிபே.

என்பது யூகி முனிவரின் கூற்று.

நாடி என்றால் நாடியல்ல நரம்பில் தானே
நலமாகத்துடிக்கின்ற துடிதானுமல்ல
நாடி என்றால் வாத பித்த சிலேத்பனமுமல்ல
நாடி எழுபத்தீராயிரத்தானுமல்ல
நாடி என்றால் அண்ட ரெண்டமல்லாம்
நாடி எழுவகைத் தோற்றத்துள்ளாய் நின்ற
நாடியது யாராய்த்து பார்த்தாரானால்
நாடியுறும் பொருள் தெரிந்துநாடுயரே

என்பது சதகநாடி தரும் விளக்கமாகும்.

இவ்வுடல் நன்னிலையில் இயங்கி வருவதையும் தாதுக்களின் மிகு, குறை குணங்களையும் நாடி நடை உணர்த்துகிறது. இவைகள் வாதம், பித்தம், கபம் என்ற மூன்று நிலைகளில் தொழில் புரிந்து வருகின்றன. வாதம் ஆக்கல் தொழிலையும், பித்தம் காத்தல் தொழிலையும், கபம் அழித்தல் தொழிலையும் செய்து வருகின்றன. இவைகளை இரத்தக்குழாயில் அதன் துடிப்பைக் கொண்டு 'மாத்திரை' என்ற அளவு கோலோடு அறிய முடியும். இவைகள் வாதம் 1, பித்தம் 1/2, கபம் 1/4 என்ற மாத்திரை இயல்பானது. இந்த முத்தாதுக்களின் (நாடி) ஏற்றத் தாழ்வுகளால் அந்நோய் எந்தத் தாதுவின் குற்றத்தால் ஏற்பட்டுள்ளது என அறிய முடியும். இவைகள் ஒன்றோடொன்று தொந்திப்பதுமுண்டு. அதன் குறிகுணங்களையும் யூகிமுனிவர் விளக்கி உள்ளார்.

வழங்கிய வாதம் மாத்திரை யொன்றாகில்
தழங்கிய பித்தம் தன்னிலரைவாசி
அழங்குங் கபந்தானடங்கியே காலோடில்
பிழங்கிய சீவர்க்குப் பிசகொன்று மில்லையே

என்ற பாடலில் உறுதி செய்துள்ளார்.

நாடி நடை மாத்திரையின் இலக்கணம்

குருதிக் குழலில் நாடி பார்க்கும் போது ஒருமாத்திரை என்கிற துடிப்பானது ஒரு கோதுமை அளவு மேலெழும்பி மீண்டும் தன்னிலை அடைவது ஆகும்.

அரைந்தார் முனிவர் யாளவுகேள் தோற்றம்
வரை கோதுமையாம் வியந்து

-கண்ணுசாமியம்

அகத்திய முனிவர் நாடி நூலில் வாத நாடியின் நடை அன்னம், கோழி, மயில் முதலியவற்றின் நடைக்கும், பித்த நாடியின் நடை ஆமை, அட்டை இவற்றின் நடைக்கும், கப நாடியின் நடை தவளை, பாம்பு இவற்றின் குதித்தல், சீறல் என்னும் செயல்களுடனும் ஒப்பிட்டுக் கூறப்பட்டுள்ளன.

நாடி நூல்கள்

நாடிகளைப் பற்றிய குறிப்புகள் விரிவாக "பதினெண் சித்தர் நாடி சாஸ்திரம்" என்னும் நூலில் தொகையாகக் கூறப்பட்டுள்ளன.

1. அகத்திய முனிவர் நாடி
2. திருமூல நாயனார் நாடி
3. தன்வந்திரி நாடி
4. சிவவாக்கியார் நாடி
5. வியாசபகவான் நாடி
6. யூகிமுனி நாடி
7. தேரையர் நாடி
8. புண்ணாக்கீசர் நாடி
9. சூதமுனி நாடி
10. வால்மீகர் நாடி
11. மச்சமுனி நாடி

12. புலிப்பாணி நாடி
13. சட்ட முனி நாடி
14. போகர் நாடி
15. வரரிஷி நாடி
16. இராமதேவர் நாடி
17. இடைக்காடர் நாடி
18. கொங்கணர் நாடி

இவற்றின் தொகுப்பே பதினெண் சித்தர் நாடி சாஸ்திரம் ஆகும்.

நாடி நடை உண்டாகும் விதம்

உடலிலுள்ள எல்லா உறுப்புகளிலும் சிறந்தது இதயம். இதன் மூலமாகத்தான் தாதுக்கள் யாவும் அனைத்து சத்துக்களையும் பெறுகின்றன. அதுவும் இரத்தக் குழாயின் மூலமாகத்தான் நடைபெறுகிறது. இதில் ஏற்படும் மாறுபாடுகளே உடல் நன்னிலையில் இருப்பதற்கும் சுகமின்மைக்கும் காரணம் ஆகும். சப்த தாதுக்களுக்கும் நாடி, நரம்பு, தசை, இரத்தக் குழாய் மூலம் இதயம் தனது ஆக்கல், காத்தல், அழித்தல் தொழில்களைச் செய்து வருகிறது. எனவே இவ்வுடல் எந்நிலையில் இயங்கிக் கொண்டிருக்கிறது என்பதனை நாடி நடை மூலம் நமக்கு உணர்த்துகிறது.

மூலாதார நாடிகள் என வழங்கப்படும் இடகலை, பிங்கலை, சுழுமுனை ஆகிய மூன்றும் முறையே தசவாயுக்களில் அபானன் பிராணன், சமானன் எனும் வாயுக்களின் உதவியால் தொழில் புரியும் போது இடகலையும் அபான வாயுவும் கூட்டுறவால் வாதமும்; பிங்கலையும் பிராணவாயுவும் கூட்டுறவால் பித்தமும், சுழுமுனையும் சமானவாயுவும் தொழில் புரியும் போது கபமுமாகிய மூன்று நாடிகள் தோன்றுவதாக கண்ணுசாமியம் நூலால் அறிகிறோம். ஏழு உடற்கட்டுகள், அறிவு மற்றும் முக்குணங்களின் ஆற்றல் நிலையை நாடி நடை மூலம் அறிந்து கொள்ளலாம். வாயுக்கள் மூன்றும் நாடிகள் மூன்றும் ஐம்பூதங்களில் வாயு, தீ, நீர் ஆகியவற்றின் கூட்டுறவின் சக்தியின் அளவாக 1, 1/2, 1/4 மாத்திரை அளவில் இயல்பாக உடலை நன்னிலையில் இயக்குகின்றன.

மேலும் நாடி நடைகளில் குரு நாடி, பூத நாடி என்ற அரிய பிரிவுகளும் உண்டு. நாடி பார்க்கும் புலமையில் மிகுந்த அனுபவமும் பாண்டித்தியமும் பெற்ற சித்த மருத்துவர்கள், அந்நாடி நடையைக் கண்டறிந்து நோயின் தீவிரத்

தன்மையை அறிந்து அதற்கேற்றாற் போல் மருத்துவம் செய்து நோயைக் குணப்படுத்துவர். நாடி நடையை அறிந்து, பிணியாளரின் மனோநிலையையும் அறிந்துகொள்ளும் ஆற்றல் உடையோரும் இருக்கின்றனர்.

ஊணப்பா உடலாச்சு உயிருமாச்சு
உயிர்போனால் பிணமாச்சு - உயிர் போமுன்னே
பூணப்பா வாத பித்த சேத்துமத்தாற்
பூண்டெடுத்த தேகவளம் புகலுவனே

என்பது தேரன் வாக்கு.

இடகலை, பிங்கலை, சுழுமுனை என்னும் மூன்று மூலாதார நாடிகளாகி முறையே அபானன், பிராணன், சமானன் என்னும் மூன்று வாயுக்களுடன் கூட்டுறவு ரேசித்தலால் (தூண்டப்படுவதால்) வாதம், பித்தம், கபம் என்ற பெயர்களைப் பெற்று விளங்குகின்றன. இந்த உயிர்த் தாதுக்கள் இயல்பாக இயங்காவிட்டால் இவ்வுடலின் செயல்கள் அல்லது தொழில்கள் முறையாக இயங்காது. அதாவது வாத, பித்த, கபத்தின் இயற்கையளவு மாத்திரைகளாகிய முறையே 1, 1/2, 1/4 என்கிற அளவு மாறுபடும் பொழுது மனிதர்கள் நோய்வாய்ப்பட்டவர்களாகிறார்கள்.

இதனை

வாத பித்த மைய மூன்றும்
வன்பலத்துடனே தத்தம்
பேத மொன்றில்லா வண்ணம்
பேசிய தானந்தன்னில்
நீதியாய் நிலைத்து நிற்கில்
நெடும் பிணி சிக்கலில்லை
தாதுவு மொன்றோடொன்று
தாவிடிற் பிணிகள் தானே

என்பதன் மூலம் அறியலாம்.

நாடி பார்க்கும் முறைமை

ஆண்களுக்கு வலது கரத்திலும், பெண்களுக்கு இடது கரத்திலும் பெருவிரலுக்கு ஒரு அங்குலம் கீழே உள்ள இரத்தக் குழாயில் ஆள்காட்டி, நடுவிரல், மோதிர விரல்களைக் கொண்டு மெதுவாக அழுத்திப் பார்க்க நாடித் துடிப்பை உணர முடியும். நீண்ட கால அனுபவரீதியில் உடனே வாத, பித்த, கப நாடிகளின் மாத்திரை அளவுகளை அறிய இயலும். இதனை,

கரிமுகனடியை வாழ்த்திக் கைதனில் நாடிபார்க்கில்
பெருவிரல் அங்குலத்தில் பிடித்தடி நடுவே தொட்டால்
ஒருவிரலோடில் வாதம் உயர் நடுவிரலிற் பித்தம்
திருவிரல் மூன்றி லோடில் சிலேத்தும நாடி தானே

என்று அகத்தியர் நாடி என்ற நூல் தெளிவுபடுத்துகின்றது.

நாடி பார்க்கும் இடங்கள்

கையில் நாடி நடையைப் பார்ப்பதுதான் சிறந்தது. பிரமமுனி கைநாடியே சிறப்புடைத்து என்று கூறியிருந்தாலும் திருமூலர் நாடி நூல், தவிர்க்க முடியாத சில நிலைகளில் (உறுப்புகள் சேதமடைந்த அல்லது குறைபாடு உள்ள நிலையில்) மேலும் பத்து இடங்களிலும் பார்க்கலாம் என்கிறது. அவை:

குதிங் காலின் உட்புறம்

மர்மத் தானம் (காமியம்)

உந்தி

மார்பு

காது

மூக்கு

கண்டம் (கழுத்து)

கரம்

புருவம்

உச்சி

இருப்பினும் கை நாடி கணிப்பே பிணிகளைக் கணிப்பதற்குச் சிறந்ததென்பது சித்தர்களின் கருத்தாகும்.

ஆண், பெண்களுக்கு நாடி பார்க்க வேண்டிய கைகள் கூறப்பட்டுள்ளன. இதனைக் கீழ்க்கண்ட வரிகளில் தெளியலாம்.

செப்ப வாண்மக்களுக்குச்
சேர வலக்கையாகும்
ஒப்ப வரிவையர்க் கோதவிடம்

-கண்ணுசாமியம்

நானெனும் புருடர்க் கெல்லாம்
நாடி தான் வலக்கையாகும்
தேனெனும் மடவார்க் கெல்லாந்
திடம் பெற விடக்கை சித்தே

-வைத்திய சாரசங்கிரகம்

எனவே ஆண்களுக்கு வலக்கையிலும் பெண்களுக்கு இடக்கையிலும் நாடி பார்ப்பது நல்லது எனத் தெளியலாம்.

நாழிக் கூர்மமானது பெண்களுக்கு மேல் நோக்கியும் ஆண்களுக்குக் கீழ்நோக்கியும் இருக்கிறபடியால் ஆண்,பெண்களுக்கு முறையே வலது, இடது கரங்களில் பார்க்க வேண்டுமென நூல்களில் கூறப்படுகிறது.

நாடிகளை ஆராய்ந்து அறிதல்

முதலில் மருத்துவன் ஆண் நோயாளியின் வலது கையைத் தனது இடதுகையால் நன்றாகப் பிடித்து, வலது கையால் நோயாளியின் வலது உள்ளங்கையைச் சேர்த்துப் பிடித்து நெட்டைவாங்கி அனல் பறக்கத் தேய்த்து, பின் மருத்துவனின் இடதுகை விரல்களால் நோயாளியின் பெருவிரல் பக்கமாக ஆரைஎன்பின் மேலோடும் நாடி நரம்பு ரத்தக் குழாயின்மேல் மணிக்கட்டுக்கு ஒரு அங்குலம் தள்ளி மேலாக மூன்று விரல்களால் சமமாக மெல்லென அழுத்தியும், தளர்த்தியும் ஆராய்ந்து கணித்தல் வேண்டும். இம்முறையில் பெண்களுக்கு இடதுகையில் நாடிபார்க்கும் போது மருத்துவன் தனது கைகளை மாற்றி உபயோகித்து நாடியை ஆராய்ந்து அறிதல் வேண்டும்.

நோய் நிலையில் நாடி நடை மாத்திரையின் மாறுபாடு

வாதம், பித்தம், கபம் ஆகிய மூன்றும் தன்னிலையில் மாறுபடும்போது உதாரணமாக வாத நாடி நடை இருக்க வேண்டிய மாத்திரையளவிற்கு இரண்டு பங்கிருந்தால் வாத மிகுதி, வாதம் கதித்தல், வாதம் மீறி நடத்தல், வாதத்தில் வாதம் எனக் கூறப்படுகிறது.

பித்த நாடி நடை தன் மாத்திரையளவில் இரண்டு பங்கு இருக்குமானால் பித்த மிகுதி, பித்தம் கதித்தல், பித்தம் மீறி நடத்தல், பித்தத்தில் பித்தம் எனக் கூறப்படுகிறது.

இதே போன்று கப நாடி தன் மாத்திரையளவில் இரண்டு பங்கு இருக்குமாகில் கபமிகுதி, கபம் கதித்தல், கபம் மீறிநடத்தல், கபத்தில் கபம் எனக் கூறப்படுகிறது.

நோய் நிலையில் தனி நாடி கேடு அடைவதும், ஏதேனும் இருநாடிகள் கேடடைவதும் இயல்பாகும். இரண்டு நாடிகள் கேடடைவதைத் "தொந்த நாடி" எனக் கூறப்படுகிறது.

வாதப்பித்தத் தொந்தம்

வாத நாடி தன்னளவில் இரண்டு மாத்திரைக்கு மேலும், பித்த நாடி தன்னளவாகிய அரை மாத்திரைக்கு மேலும், இதற்கு இரட்டிப்பாகிய ஒரு மாத்திரைக்கு உள்ளடங்கியும் நடைபெறும் என்பதாகும்.

வாதக்கபத் தொந்தம்

வாத நாடி தன்னளவில் இரண்டு மாத்திரையும், கப நாடி தன் கால் மாத்திரைக்கு மேலும், இரட்டிப்பாகிய அரை மாத்திரைக்குள்ளடங்கியும் நடைபெறும்.

இதே போன்று பித்தவாதத் தொந்தம், பித்தஐயத் தொந்தம், ஐயவாதத் தொந்தம், ஐயப்பித்தத் தொந்தம் ஆகிய தொந்த நாடிநிலைகளிலும் முதலில் கூறப்பட்டிருக்கின்ற நாடி தன்னளவில் இரண்டு பங்கும், அதனைத் தொடரும் நாடி தன்னளவில் அதிகப்பட்டும், தன்னளவில் இரண்டு பங்கிங்கிற்கு உட்பட்டும் மீறி நடக்கும் என அறிய வேண்டும்.

நோய் நிலையில் நாடி கேடு அடைவதைப் பொருத்து தனிநாடி, தொந்தநாடி, முக்குற்றநாடி என்றும், தீராநிலையறிதலைத் தோடநாடி எனவும் கூறப்பட்டுள்ளன. தனிநாடியாகக் கேடடையும் போது எந்தெந்த நோய்கள் உண்டாகலாம் எனச் சதகநாடி என்னும் நூல் கூறுவதை முதலில் பார்க்கலாம். பாடல் எளிமையானவை ஆதலால் பொழிப்புரை இன்றி அப்படியே தரப்பட்டுள்ளன.

வாதம் மிகுதியால் வரும் நோய்கள்

வாதமெனும் நாடியது தோன்றில்
சீதமந்த மொடு வயிறு பொருமல் திரட்சிவாய்
சீமுறுங்கிராணி மகோதரம் நீராமை
திரள்வாய்வு சூலை வளகடுப்புத் தீரை
நீதமுருங்கிருமிகுன்மம் அண்டவாதம்
நிலையும் நீர்க்கிரிச்சரங்கள் தந்துமேகம்
பேதகமா முதரபிணி மூலரோகம்
பேசலெரு பிணிகளுமே பொருளதாமே.

பித்தம் மிகுதியால் வரும் நோய்கள்

உறுதியுள்ள பித்த மது தோன்றில் வெப்பு
உஷ்ணவாயுவத்தி சுரமதிசாரங்கள்
மறதியுடன் கிறுகிறுப்பு பயித்திய ரோகம்
வளர் சோகையழுலெரியு காந்தல் கைப்பு
இருதயத்தில் கலக்கமது மறப்பு தாகம்
எழுங்களை மேயனையு மயக்க மூர்ச்சை
சிறிது பெரும்பாடு ரத்தப் பிர மேகங்கள்
சேர்ந்து மிகு பிணி பலவுஞ் சிறக்குந்தானே.

கபம் மிகுதியால் வரும் நோய்கள்

தானமுள்ள சேத்துமந்தானிளகில் வெப்பு
சய மீளை யிருமல் மந்தார காசம்
ஈனமுறுஞ்சந்நி விடதோடம் விக்கல்
யிரத்தரோகங்கரப்பான் விரண தோடம்
மாளையிர் சூலை திரள் வியாதி வீக்கம்
வருஞ்சத்தி சுவாசம் நெஞ்சடைப்பு தூக்கம்
ஏனமுறுங் காமாலை பாண்டு சோபை
ஏழு சுரங்கள் பல துக்கம் விடமுண்டாமே.

இனித் தொந்தநாடி நிலையில் எந்தெந்த நோய்கள் உண்டாகலாம் என்பதைப் பார்க்கலாம்:

வாதப்பித்தத் தொந்த நாடியால் வரும் நோய்கள்

பொருளான வாதத்தில் பித்தஞ் சேர்ந்து
பொருந்து குணங்களா முஷ்ணவாயுசத்தி
செரியாமை புளித்தேப்பம், பொருமல், நீரிற்
சிவப்பு மலம் பிடித்தலுருந்தாது நட்டம்
கருபான தேகமதிலுளைச்சல் சோம்பல்
கைகால் தெறிப்பு நாக்கசக்கு மன்னம்
பரிவான வூண்குறைதல் ருசி கேடாதல்
பல நோயும் வருத்திலைக்கும் பாங்குதானே.

வாதக்கபத் தொந்தநாடியில் வரும் நோய்கள்

பாங்கான வாதத்தில் சேத்தும நாடிப்
பரிசித்தால் திமிர் மேவு முளைச்சலாகும்
தீங்கான இருமலுடன் சந்நி தோடம்
சேர்ந்த விடம் வெடி சூலை யிருத்தோகம்
வாங்காத ஈளை மந்தாரகாசம்
வலியுடனே புறவீச்சு யுள்வீச்சுவீக்கம்
ஓங்காணுஞ்சுர முடனே சுவாசகாசம்
உண்டாகும் வெகு நோய்க்கு முறுதிதானே.

பித்தவாதத் தொந்தநாடியில் வரும் நோய்கள்

சிறப்பான பித்தத்தில் வாத நாடி
சேரிலுறுதாது நட்டமுதர பீடை
உறைப்பாகச் செரியாமைக்குன் மஞ்சூலை
யுற்ற சுரங்கிராணி வயிற்றிரைச்சல் மந்தம்
அரைப்பான ஓங்காரபுற நீர்க்கோவை
ஆயாசமிரக்க மொடு மயக்க மூர்ச்சை
முறைக்காய்வு விஷவீக்கம் மூலவாய்வு
முரடான நோய்பலவு முடுகும் பண்பே.

பித்தக்கபத் தொந்தநாடியில் வரும் நோய்கள்

பண்பான பித்தத்தில் சேத்தும நாடி
பரிசித்தாலத்தி சுர மிளைப்பு ஈளை
கண்காது நயனமலம் நீரு மஞ்சள்
கலையிறு பொருமல் மஞ்சள் நோய் கண்ணோவு
உண்போது மறுத்தல் ரத்த விப்புருதி தானும்
உளைமாந்தை பீனசமும் ரத்த வீக்கம்
நண்பான காமாலை சோகை வெப்பு
நணுகி வந்த பலபிணியும் நண்ணுந்தானே.

கபவாதத் தொந்தநாடியில் வரும் நோய்கள்

கண்டாயோ சிலேற்பனத்தில் வாதநாடி
கலந்திடுகில் வயிறு பொருமல் கனத்த வீக்கம்
உண்டாலோ ஓங்காரஞ்சத்தி விக்கல்

உறுதிராட்சை வாய்வுவலி சந்நி தோடம்
விண்டாலே யிளைப்பிருமல் சோபை பாண்டு
விடபாகம் விடசூலை பக்கவாதம்
திண்டாடு நாசி காபீடங் கக்கல்
சீதநோய்கள் பலவும் வந்து சிக்குந்தானே.

கபப்பித்தத் தொந்தநாடியில் வரும் நோய்கள்

இடமான சேத்துமத்தில் பித்தநாடி
எழுந்தணுகில் விடமுடனே வீக்கமுண்டாம்
திடமான குளிர்காய்ச்சல் மஞ்சள் நோவுந்
தேகத்திலுளைச் சலிளைப் பிருமல் வாந்தி
விடமான நெஞ்சடைப்பு சுவாசம் விக்கல்
வெகு சுரமும் நாவறட்சி பாண்டு ரோகம்
அடமான குவளை ரத்த மதிசாரந்தான்
அணுகி வெகுபல நோய்க்குத் தடங்கண்டாயே.

மேற்குறிப்பிட்ட தனிநாடி நிலை -3, தொந்தநாடி நிலை -6 ஆக மொத்தம் 9 நாடி நிலைகள் போக இன்னும் வாதம், பித்தம், கபம் ஆகிய மூன்று நாடி நிலைகளின் மிகுதியுடன் தனித்தனியே உஷ்ணமும், வாயுவும், சீதளமும் சேர்ந்தாலுண்டாகும் குறிகுணங்களும் சதகநாடி நூலில் விளக்கிக் கூறப்பட்டுள்ளன. அவை வருமாறு:

வாதத்தில் உட்டிணம்

சிறப்பான வாதத்திலுட்டிணந்தானே
சேர்ந்திடு கிலதிசார முளைச்சல் வாயு
உரைப்பான பொருமலோடு அக்கினி மந்தம்
உண்டாகும் நீர்ச்சிறுப்பு பிரமேகங்கள்
பிறப்பாடு மதகரிநீர் கரப்பான் ரத்தம்
பிரமேகம் பெரும்பாடு புறநீர்க்கோவை
அறப்பான வாயுசூலை சேத்துமரோகம்
ஆனபல பிணி களுமே வந்தடருந்தானே.

பித்தத்தில் உட்டிணம்

தழைப்பான பித்தத்திலுட்டிணங் கொண்டால்
சயமத்தி சுரம் வெதுப்பு சத்தி குன்மம்
களைப்பான பொருத்து ளைவுவதிசாரங்கள்
கடுப்புடனே வயிற்றுவலிமூல வாயு
இளைப்பாகி யூண்மறுத்தல் நாக்கசப்பு
இரவில் கனவுடனே சங்கார தோடம்
பிழைப்பான பயித்திய நோயெரிவு தாகம்
வந்தணுகிப் பல பிணிக்கும் வகையதாமே.

கபத்தில் உட்டிணம்

கதிப்பான சேத்துமத்திலுட்டிணங் கூடில்
கலந்த குணஞ் சயமிருமல் சுவாசகாசம்
மதிப்பான கோழை ரத்தம் விப்புருதியுடனே
வளர்நாசிகா பீடமிருத்தோகங்
கொதிப்பான சில்லுலையாக் கிராணவாயு
கொட்டாவி விக்கல் மந்தாரகாசம்
துதிப்பான வீரலத்திக் காய்வுரத்தம்
தோன்று மிகு பிணி பலவுந் தொந்திப்பாமே.

வாதத்தில் வாயு

அடர்கின்ற வாதத்தில் வாய்வு வந்து
யணுகினால் வலுவீச்சித்திமிர் வியாதி
சுரக்கின்ற வானந்த வாயு பக்க சூலை
துடைக்குறுக்குவலிவிலா பிடரி நெஞ்சு
படர்கின்ற நரம்பிசிப்பு யிடங்கடோறும்
பரந்து குத்திக் கொழுவித்து நெஞ்சடைப்பு மாகும்
இடருறலே சீத முண்டாங்கபம் பெந்திக்கும்
யிதினாலே பல பிணிகள் வந்திருக்கும் பாரே.

பித்தத்தில் வாயு

வகையான பித்தத்தில் வாயு கூடில்
வசமானால் வலிகுன்மம் சூலை வாய்வு
பகையான வாந்தி விக்கல் அருவருப்பு

பயித்தியங்கள் செரியாமை புளித்த ஏப்பம்
தகையாத ஈரல்வலி நெஞ்சில் நோதல்
தலைகிறுக்கு யசதி யாந்தாது நட்டம்
தகை மூலவாயுற்றா லுஷ்ணஞ் சோகை
தொடர்ந்து வரும் பல்பிணிக்குத் தொகுப்புகாணே.

கபத்தில் வாயு

தொந்தித்த சேத்துமத்தில் வாயு கூடித் தொடர்ந்த
குன்மம் நெஞ்சடைப்பு சுவாசகாசம்
வந்தித்த குரல்தனிலே உறுத்தலீளை
வழுவழுப்பு நீரூறல் மலத்தில் சீதம்
வெந்தித்தல் கொழுத்தல் குத்துந்திமிர் வியாதி
வீச்சுடனே வலியெட்டுந்திரட்சி பாண்டு
அந்தித்த கிறுகிறுப்பு மயக்கம் விக்கல்
ஆனபல பிணிகளுமே வந்தடருந்தானே.

வாதத்தில் சீதளம்

இருக்குமந்த வாதத்தில் சீதஞ் சேர்ந்தால்
யிளைப்பிருமல் விடசந்நி தோடம் வீச்சு
மருக்கின்ற குளிர் காய்ச்சல் விரண தோடம்
வாந்தி எடுத்திடு முளைவும யக்கஞ் சோர்வு
ஒருக்கின்ற மலபந்தம் பொருமல் வீக்கம்
உள் வீச்சு சூலையோடு பாண்டு ரோகம்
தருக்கின்ற தனுர்வாதம் பக்கவாதம்
சார்ந்துவெகு பிணி பலவுந்தழைக்கும் பாரே.

பித்தத்தில் சீதளம்

தொனிப்பான பித்தத்தில் சீதளங் கூடில்
தொந்தித்தால் பசி மந்தமிரைச்சல் வாயு
இனிப்பான கபம் வாய்வுவாத கோபம்
எழும் மூலக் கடுப்புடனே யிருமல் சத்தி
பனிப்பான குளிர்காய்ச்சல் விடபாரூடம்

பாங்குடனே காமாலை சோபை வீக்கம்
கனிப்பான நாக்கு வழுவழுப்பு தோடம்
கலந்துவரும் பிணிபலவுங் கதிக்குந்தானே.

கபத்தில் சீதளம்

அடைவான சேத்துமத்தில் சீதளம் பற்றில்
அணுகினால் சுவாசமடைப்பு யிளைப்பு மூர்ச்சை
திடமான வாயாசமயக்கம் வியர்வை
சேர்ந்த விக்கல் சந்நிவிடதோடம் வீச்சு
இடமான வயிறு பொருமல் குளிர்நடுக்கல்
யிரத்த சுரமோங்காரம் பெருத்த வீக்கம்
கடலான அவகுறி வந்தணுகு மென்றே
சார்ந்த பெரியோ ருரைத்த தயவுதானே.

இவையன்றி வாதம், பித்தம், கபம் ஆகிய மூன்று நாடி நிலைகளும் ஒரே காலத்தில் மீறி நடந்தாலும், உள்ளடங்கிக் குறைவாக நடந்தாலும், சந்நியைக் குறிக்கும் அவகுணம் தோன்றினாலும் கபவாதம், வாதக்கபம் இவ்விரண்டு தொந்தநாடிகளால் ஏற்படும் நோய்கள் குணமாக வெகு நாட்கள் ஆகுமென்றும் கூறப்பட்டுள்ளது.

எனவே கேடடைந்த நாடியைத் தனிநாடி, தொந்தநாடி, முக்குற்றநாடி, சாத்தியாசாத்தியத் தொந்த நாடி எனப் பிரித்தறிய வேண்டும்.

நாடி நூல்களில் வாத, பித்த, கபம் ஆகிய நாடிகளை முறையே வளி, அழல், ஐயம் என்றும் கபத்தை மேலும் சிலேட்பம் எனவும் குறிப்பிட்டுப் பாடல்களில் எழுதப்பட்டுள்ளன.

நாடியைப் பற்றி இங்கு விவரிக்கப்பட்டுள்ள கருத்துகளேயன்றி இன்னும் நாடி பார்க்கும் காலங்கள், நாட்கள், நேரம், உத்தமம், மத்திமம் நாடிகள் வாரந்தோறும், மாதங்கள் தோறும் சிறப்புறும் காலங்கள், நாடிநடை சரியாகத் தோன்றாத சில காரணங்கள் போன்று அநேக கருத்துகளும் உள்ளன. நாடியைப் பற்றிய அனைத்துக் கொள்கைகளையும் மனதில் கொண்டு நாடியைக் கணிக்க வேண்டும் என்று நாடி சாத்திர நூற்கள் விரிவாகக் கூறுகின்றன.

1. சித்திரை, வைகாசியில் சூரியோதயத்திலும்

2. ஆனி, ஆடி, ஐப்பசி, கார்த்திகையில் மத்தியானத்திலும்

3. மார்கழி, தை, மாசியில் சூரியன் மறையும் நேரத்திலும்

4. பங்குனி, ஆவணி, புரட்டாசியில் இராத்திரியிலும் நாடிகளைக் கணிக்க, நாடி நடை தெளிவாகத் தோன்றும் எனக் கூறப்பட்டிருக்கிறது. என்றாலும் நோயாளியின் அவசர காலத் தேவையைப் பொருத்து, நாடியை அறியலாம். நோய்களை உண்டாக்குவதற்கான அடிப்படையாயிருக்கின்ற வாத, பித்த, கப நாடிகளின் மாறுபட்ட மாத்திரை அளவுகளைக் கண்டறிய வேண்டும் மிகினும் குறையினும் நோய் செய்யும் என்பதனை மனதில் கொண்டு அந்நாடிகளைத் தன்நிலைக்குக் கொண்டுவருவதற்கான தகுந்த மருத்துவம் செய்து நோயைக் குணப்படுத்த வேண்டும் என்பதே எண்வதைத் தேர்வில் நாடியின் முக்கிய கருத்தாகும்.

14

நாள் ஒழுக்கம்

மரு.வி. நடராஜசொக்கலிங்கம்

முன்னுரை

நாள் ஒழுக்கம் என்பது ஒவ்வொரு மனிதனும் தினந்தோறும் வைகறையில் துயில் எழுதல் முதல் பல் துலக்கல், குளித்தல், ஆடை, அணிகலன்கள், உணவு, உடை ஆகியவற்றின் முறைகள், அறம் செய்தல் முதலான செயல்கள், உறக்கம், படுக்கை வகைகள் ஆகியவற்றை எவ்வாறு கடைப்பிடிக்க வேண்டும் என்பனவற்றை விரிவாகக் கூறுவதாகும். சித்தர்கள் கூறியவாறு அவற்றை ஒவ்வொன்றாகப் பார்ப்போம்.

நாளின் துவக்கத்தில் நாம் அனைவரும் தினந்தோறும் அதிகாலையில் 4 மணி முதல் ஆறு மணிக்குள்ளாக தூக்கத்தில் இருந்து எழுந்து சிறிது நேரம் உட்கார்ந்து கடவுளை வணங்க வேண்டும்.

அதிகாலை விழிப்பின் குணம்

வைகறையில் துயிலினின்றும் விழித்து எழுபவர்களுக்கு அறிவின் தெளிவை உயர்த்துகின்ற சுத்த நரம்பு, என்றும் சோர்வு இல்லாமல் தெளிவாய் இருக்கும். பயித்திய கோபம் நீங்கும். வளி, அழல், ஐயங்கள் தத்தம் நிலையில் பொருந்தி நிற்கும் என்பனவாம்.

விழித்தவுடன் பார்க்கத்தக்க பொருட்கள்

உறக்கம் நீங்கி விழித்தவுடன் தாமரை, தங்கம், விளக்கு, கண்ணாடி, சூரியன், அக்கினி, செஞ்சந்தனம், கடல், வயல், சிவலிங்கம், முகில் சூழ்ந்தமலை,

கன்றையுடைய பசு, தமது வலக்கை, தமது மனைவி, மிருதங்கம் என்பவனவற்றுள் ஏதேனும் ஒன்றைப் பார்த்தல் உத்தமம், அதாவது மிகச் சிறப்பானதாகும்.

கண்ணாடியைப் பார்ப்பதன் சிறப்பு

தூங்கி எழுந்தவுடன் கண்ணாடியைப் பார்ப்பதனால் வீரியப் பெருக்கமும், மன மகிழ்ச்சியும், எல்லா வசியமும், ஞானமும் அதிகரிக்கும்.

விழித்தவுடன் பார்க்கத்தகாத பொருட்கள்

தூங்கி விழித்தவுடன் உடல் உறுப்புக்குறை, உடையின் குறை, பாவி, காவித்துணி, கிரகதோடமுள்ளவன், ஊமையன், மொட்டைத்தலை, செவிடன், வருந்தல், சடை, மனிதனிடத்து விருப்பமில்லாதவர், கூன், அழுக்கு மேனி, விரிந்த மயிர்த்தலை, எப்பொழுதும் தூங்குபவன், குட்டமுடையவன், கொலைத்தொழில் செய்பவன், எண்ணெய்த்தலை, மனத்துன்ப முடையவன், உன்மத்தன், தரித்திரன், இளைப்புநோயாளி, யானைக்காலன், தீட்டுடையவன், அழுகை, விதவை இவர்கள் முகத்தையும், பாம்பு, பூனை, சாம்பல், எருமை, விளக்குமாறு, கயிறு, உலக்கை, முறம் என்னும் இவைகளையும் பார்த்தல் கூடாது. பார்க்க நேரிட்டால் அன்றைக்குக் கெடுதி ஏற்படும் என்பனவாம்.

காலையில் எழுந்தவுடன் தெளிந்த நீர் அருந்துதலின் பயன்

காலை எழுந்தவுடன் சுத்த நீர் சிறிது அருந்தி வந்தால் பித்த மிகுதி அடங்கும். மல நீர்கள் சிக்குப்படாமல் கழியும். வளி, அழல், ஐயங்கள் தத்தம் நிலையை எய்தி நலம் பெறும்.

மலநீர் கழித்தலின் குணம்

நாள்தோறும் இருவேளையும் மலம், நீரை வெளிப்படுத்துதல் மிகவும் அவசியம். அவைகளைக் கழிப்பதனால் மும்மலங்களாகிய வளி, அழல், ஐயங்கள் தத்தம் நிலையைப் பெறுவதன்றி, செரிப்புத் தீயும் அதிகரிக்கும். நோய்க் கூட்டங்கள் சிறிதும் அணுகா. இயமன் ஆணை செல்லாது. சுகமுறலாம்.

மலநீர்க் கழிக்கும்போது செய்யவேண்டிய உபாயம்

நீரைக் கழிக்கும்போது இடக்கையால் வலப்பக்க அடிவயிற்றைப் பிடித்திருத்தல் வேண்டும். மலம் கழிக்கும் போது வலக்கையால் இடப்பக்கம் அடிவயிற்றைப் பிடித்திருத்தல் வேண்டும்.

மலமாவது, நீராவது பற்றறக் கழியும்வரை வேறுவிடயங்களில் சிறிதும் மனதைச் செலுத்தாமல் இருத்தல் இன்றியமையாதது.

மலம் தடைப்பட்டால் இடப்பக்கம் சற்றே படுத்து, பிராணவாயுவை வல நாசியில் வரும்படி செய்து, மல சங்கற்பத்தோடு மலவுபாதியைக் கழித்தல் வேண்டும்.

நீர் தடைப்பட்டால் வலப்பக்கம் சற்றே படுத்து, பிராணவாயுவை இடதுநாசியில் வரும்படி செய்து, சல சங்கற்பத்தோடு சலவுபாதியைக் கழித்தல் வேண்டும்.

அதன் பின் கண், நாசி, வாய், தொப்புள் இவைகளிலுள்ள மலினங்களையும், பீளை, சளி, ஊத்தை என்கிற அசுத்தங்களையும், கை, கால் முதலிய உறுப்புகளில் உள்ள அழக்குகளையும் வெந்நீரால் பற்றறத் துடைத்தல் வேண்டும்.

காலையில் தாம்பூலம் தரிக்கும் விதி

காலையில் வெற்றிலை தரிக்கும் பழக்கம் உள்ளவர்கள் களிப்பாக்கு மிகுதியாகவும் வெற்றிலையும் சுண்ணாம்பும் குறைவாகவும் போட்டுக் கொண்டு முன் ஊறுகின்ற நீரை உமிழ்ந்து, பின் ஊறுகின்ற நீரை இனிப்புச் சுவை உள்ள வரையில் உட்கொண்டு, சுவை மாறும் தருணத்தில் உமிழ்ந்து விடல் வேண்டும்.

சீரண அசீரணப் பக்குவ காலம்

அதிகாலையில் எழுந்த உடனே உடல் இலேசத்துவமும் அறிவுக்கூர்மையும், சுறுசுறுப்புமுடையதாய் இருந்தால் சீரணம் பக்குவமடைந்தது என்றும், உடல் கனதியும் அறிவு மந்தமும், மனச்சோர்வும் உண்டாகில் சீரணம் சரியாய் நடைபெறவில்லை என்றும் உணரலாம்.

அசீரணப் பொதுக்குறிகள்

மலக்கட்டு அல்லது அதிக மலப்போக்கு, உடல் வாட்டம், அபானவாயு குடலிலேயே தடைப்பட்டு வெளிவர முடியாமை, வயிற்றில் இரைச்சல், வயிற்றுப் பொருமல் உடல் பாரமாய் இருப்பது போன்ற உணர்ச்சி, தலைசுற்றல் முதலியன.

பல் துலக்கல்

இல்லறவாசிகளாயின் துவர்ப்பு, கைப்பு அல்லது கார்ப்புச் சுவை, புன்னை, அசோகு, வேம்பு, அத்தி, ஆல், இத்தி, எருக்கு, கடம்பு, கருங்காலி, குருக்கத்தி, செண்பகம், நாவல், நாயுருவி, பூலாறு, மகிழ், மருது, மா, விளா, வேல் இவற்றுள் ஏதேனும் ஒரு குச்சியைக்கொண்டு துலக்க வேண்டும். துறவிகளாயின் கருங்காலி, நொச்சி, பெருங்குமிழ், பெருவாகை, புங்கு, மருது இவைகளில் ஏதேனும் ஒன்றின் குச்சியைக்கொண்டு அதன் முனையை மிருதுவாய் நசுக்கிப் பற்கள், ஈறுகள் துன்புறாவண்ணம் விடியற்காலத்தில் பற்களைத் துலக்கவேண்டும்.

பல் துலக்கலின் குணம்

தூள், இலை, கொம்பு இவைகளால் பல் விளக்கினால் பற்களுக்குக் குற்றமில்லை. முக்குற்றங்களால் பற்களிடத்தும், அவற்றின் வேரினிடத்தும் உண்டாகின்ற நோய்கள் பிறவாது. மேலும் அத்தூள், இலை, கொம்புகள் இயல்பாகவே துவர்ப்புள்ளவைகளாயின் இறுதி நாள் வரைக்கும் பற்கள் மலையைப்போல் அசைவற்று நிற்கும்.

பல் துலக்கத்தக்க கொம்புகளின் மருத்துவ குணம்

'ஆலும் வேலும் பல்லுக்குறுதி' என்பது பழமொழி.

- வேல்-பல் இறுகும்
- வேம்பு-பல் துலக்கமுறும்
- பூல்- போக சக்தியைப் பெருக்கும்
- ஆல்-இலட்சுமீகரத்தை உண்டாக்கும்
- நாயுருவி-வசிய சக்தியை ஏற்படுத்தும்.

பல் துலக்கியபின் செய்ய வேண்டியவை

பல் துலக்கியபின் கரிசாலையை மென்று அதன் சாரம் சிறிது உள்ளே போகும்படி பல்லில் தேய்த்து, வாய் அலம்பிக் கொள்ளவேண்டும். பதினாறுமுறை வாய் கொப்புளித்து, பற்களின் இடுக்குகளிலுள்ள மலினங்களைப் போக்க வேண்டும். பிறகு கரிசாலை இலை அல்லது பொற்றலைக் கையான் இலை 1 பங்கு, தூதுளை இலை, முசுமுசுக்கை இலை, சீரகம் வகைக்கு $^1/_4$ பங்கு. இவைகளை ஒன்றாகச் சேர்த்துச் சூரணமாக்கியதில் ஒரு வராகன் எடையைத் தண்ணீர் 1 சேர்,

பசுவின்பால் 1 சேர் கூட்டிக்கலந்து அதில் இட்டு, ஒரு சேராய்ச் சுண்டக்காய்ச்சி அத்துடன் நாட்டுச் சர்க்கரை சிறிது சேர்த்துச் சாப்பிடல் வேண்டும்.

இவ்வாறு சாப்பிட்டால் உண்டாகும் நற்குணங்கள்

- ❖ ஐயத்தைக் கண்டிக்கும்
- ❖ நரம்புத்தளர்ச்சியைப் போக்கும்
- ❖ செந்நீரின் வீரியம் கெடாது
- ❖ உடல் காந்தியடையும்
- ❖ பாண்டு, சோபை முதலியன சாரா
- ❖ வளி, தீ, ஐயக் குற்றங்களாலுண்டாம் பிணிகளுக்கு இடம் தராது
- ❖ நுரையீரல் சம்பந்தமான நோய் நீங்கும்
- ❖ ஆயுள் நீடிக்கும்.

பல் துலக்கத் தாகத பொருட்கள்

செங்கல் தூள், மணல், அடுப்புக்கரி, பாளை, வைக்கோல். ஆகியவைகளின் சாம்பல், கைவிரல், பட்டுப்போன மரங்களின் குச்சி, மேல்பட்டை ஆகியவைகளும் பல் துலக்க ஆகாதாம்.

குச்சியால் பல் துலக்கத் தகாதவர்கள்

அசீரணம், வாந்தி , இரைப்பு, காசம், வெப்புநோய், நாவறட்சி, வாய்ப்புண், மார்புவலி, தலைவலி, காதுநோய், கண்ணோய், பக்கவாதம் முதலிய நோய்களை உடையவர்கள் குச்சியால் பல் துலக்கத் தகாதவர்கள் ஆவார்கள்.

ஆனால் மேற்கண்ட நோய்களால் பீடிக்கப்பட்டவர் அந்தந்த நோய்களைச் சமனப்படுத்தும் வீரியமுள்ளதும் நா, பல் இவைகளில் உண்டாகும் அழுக்கைப் போக்கக் கூடியதுமான பொருளைச் சேர்த்துச் செய்யப்பட்ட பற்பொடிகளால் பற்களைச் சுத்தம் செய்யலாம்.

- ❖ கரிசலாங்கண்ணி, பிரப்பங்கிழங்கு, குப்பைமேனி, நொச்சி இலை, எருக்கிலை, கருங்காலிப்பட்டை இவைகளின் சூரணங்கள் இரைப்பு, காசநோய், உடையவர்களுக்கும்

- ❖ வேம்பு, மருது, கருவேல், மாவிலங்கு இவைகளின் பட்டையும் பல்லிப்பூண்டு, அரசிலை, எருக்கிலை, நொச்சி இவைகளின் பொடியும் வெப்புப் பிணியுடையவர்களுக்கும்
- ❖ குடியோட்டிப்பூண்டு, குப்பைமேனி, கருவேலம்பட்டை, நாவல்பட்டை, அரசவேர்ப்பட்டை இவைகளின் பொடி நாப்புண், வாய்ப்புண் உள்ளவர்களுக்கும்
- ❖ மருதும் எருக்கிலையும் அசீரணமுள்ளவர்களுக்கும்
- ❖ கல்நார் எப்பிணி உடையவர்களுக்கும் பயன்தரும்.

கண்களுக்கு அஞ்சனம்

பற்களைத் துலக்கிய பின் சுருமா என்று வழங்கும் சவ்வீராஞ்சனம் அல்லது இதைப் போல் கண்களுக்குச் சுகத்தைத் தருகின்ற அஞ்சனங்களுள் ஒன்றை நாள்தோறும் கண்களுக்குப் பயன்படுத்தி வருவது நலம்.

ஐம்பொறியிற் சிறந்ததும், ஒளிமயமாயுள்ளதுமான கண் மிகுதியாக ஐயத்தினால் துன்பப்படக் கூடுமாகையால் அத்துன்ப நீக்கத்தின்பொருட்டு மரமஞ்சள் ஆதியாகக்கொண்ட குடிநீரால் செய்யப்படும் இரசாஞ்சனம் அல்லது கரிசாலையில் செய்யப்பட்ட மை போன்றவற்றுள் ஒன்றை வாரத்திற்கு ஒருமுறை கண்களுக்கு உபயோகித்துவரல் வேண்டும். பின்பு நாசியில் உபயோகிக்கக்கூடிய நசியமிடல், வாய் கொப்பளிக்கத் தகுந்த குடிநீர்களை உபயோகித்தல், புகையூட்டல், வெற்றிலை போடல் ஆகியவைகளைப் பயன்படுத்துவது உத்தமம்.

எண்ணெயிடல்

எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிப்பதால் மெய், வாய், கண், மூக்கு, செவி ஆகிய ஐந்து இந்திரியங்களுக்கும் வன்மை உண்டாகும். தலை, முழங்கால், கால் ஆகியவற்றிற்குப் பலமும் நற்றொனியும் உண்டாம். மயிர் வளரும். தலைவலி நீங்கும். உடலில் வறட்சி, சொறி, தினவு, அழுக்கு இவை மிகுதிப்படுகிற காலங்களில் எண்ணெய் முழுக்கைக் கையாளலாம். நாடோறும் எண்ணெயிட்டு முழுகல் உத்தமம். இதனால் உடல் வலி நீங்கும். கிழத் தன்மை சீக்கிரத்தில் நேரிடாது. கண்கள் தெளிவுபெறும், உடல் வன்மையடையும். ஆயுள் விருத்தியுண்டாம். நல்ல தூக்கம் உண்டாகும். தோல் மிருதுத்தன்மையடையும். உடற்சோர்வு, கபம், முக்குற்றம், பல்நோய், சுவைமாறல் ஆகியவை விலகும்.

நிரம்ப எண்ணெயைப் பயன்படுத்த வேண்டிய இடங்கள்

தலை, கால், காதுகளில் தைலத்தை மிகுதியாக உபயோகிக்க வேண்டும். நல்ல தைலங்களை மூக்கில் நான்கு துளிகளும், காதில் ஆறு துளிகளும் விடலாம். தலை, உடம்பு, பாதத்தின் அடி இவைகளில் இட்டு சுடுகை பிறவாமல் தேய்த்து, வெந்நீரில் மூழ்கி, நீரும் வியர்வையும் நீங்கும்படி உலர்ந்த துணியால் துவட்டி யுலர்த்த வேண்டும்.

சிலர் கால்களுக்கும், சிலர் காதுகளுக்கும், சிலர் கண்களுக்கும், எண்ணெயை அதிகமாய் உபயோகிப்பது வழக்கம். ஆனால் எவரெவர் எந்தெந்த உறுப்புகளில் உபயோகிப்பதால் நற்பலனை அடையக்கூடுமோ, அந்தந்த உறுப்புகளில் எண்ணெயை உபயோகித்தல் மிகவும் உத்தமம்.

மருந்து நெய்களுள் தகுதியானவைகளை உள்ளங்கால்களில் தேய்க்க, கண்களின் துன்பம் நீங்கும். கண்களில் கட்டினால் காதுகளின் துன்பம் போம். காதுகளில் துளியளவாக விடின் தலையினது துன்பம் ஒழியும். தலையிலிட்டுத் தேய்த்து முழுகினால் உடம்பிலுள்ள எல்லா நோயும் தொலையும்.

மருந்து நெய் பரிகாரத்தில் கூறிய முறைப்படி முடித்த தைலங்களைக் கொண்டு நான்கு நாளைக்கு ஒருமுறையேனும் வாரத்திற்கு இருமுறையேனும் மூழ்கி வருகின்றவர்களிடத்தில் நோய்களின் துன்பம் சிறிதும் செல்லாதாம்.

மாதங்களுக்குத் தக்கவாறு மருந்து நெய்யிட்டு முழுகும் நேரம்

- சித்திரை வைகாசித் திங்கள்களில் காலை நாழிகை 5
- ஆனி, ஆடித் திங்கள்களில் காலை நாழிகை 8
- ஆவணி, புரட்டாசி, ஐப்பசி, கார்த்திகை திங்களில் காலை நாழிகை 4
- மார்கழி, தைத் திங்கள்களில் காலை நாழிகை 7
- மாசி, பங்குனித் திங்கள்களில் காலை நாழிகை 3

இந்நாழிகைக்குள் மருந்து நெய் முழக்குச் செய்யின் நோயில்லாத உடலைப் பெறலாம்.

பகநெய் முழுக்கு

குழந்தை, சிறுவர், நடுவயதினர், முதியோர் ஆகியவர்களுக்கும் நன்மையைத் தருவதாகும். இது இரசத்தாதுவின் கொதிப்பிற் கண்ட எரிச்சல்,

உன்மாதம்,மூர்ச்சை, மூளையைப் பற்றிய கபநோய், இரத்தப் பித்த ரோகம், மிகுதாகம் ஆகியவைகளை நீக்கி நன்மை பயக்கும் குணம் உடையது.

எண்ணெய், முக்கூட்டுநெய், பசுவின்நெய் முதலியவைகளினால் ஏழு தினங்களுக்கு இரண்டுமுறை தலை முழுகினால் உடலை வருத்துகின்ற பிணிகள் வாரா.

பஞ்சகற்ப முழுக்கின் குணம்

பஞ்சகற்பத்தைத் தலையில் தேய்த்து முழுகி வந்தால் அது எந்நாளும் உடற்குக் கனத்தலையும், இளைத்தலையும் செயகின்ற பிணிக்கு இடந்தராது.

அரைப்பு வகை

விரண உடலினர்க்கு உசிலந்தூளும்; சொறி, சிரங்கு உடையவர்களுக்கு இலுப்பைப்பிண்ணாக்கும்; எண்ணெய் முதலிய தைலங்களுக்குப் பொன்னாங்காயும், சிகைக்காயும்; பசுவின் நெய்க்குப் பச்சைப்பயிறும்; பன்றி, காக்கை முதலியவற்றின் நெய்களுக்குக் காரைச்செடிசமூலப் பொடியும் அரைப்பாகும்.

எண்ணெய் முழுக்கின் போது ஆகும் பொருள்

அவரைப் பிஞ்சு, முருங்கைப் பிஞ்சு, தூதுளங்காய், மணத்தக்காளி வத்தல், சுண்டை, பொன்னாங்கண்ணி, சிறுபயறு, மிளகு, சீரகம், வெந்தயம், இலவங்கப்பட்டை, ஏலம், சாதிக்காய், சருக்கரை, பசுநெய், கௌதாரி, காடை, உடும்பு இவை எண்ணெய் தேய்த்து மூழ்கிய நாளில் கொள்ளத் தக்கவை. இவற்றுடன் பீர்க்கு, புடல், கத்தரி இவைகளின் பிஞ்சு, நெல்லிக்காய், முளைக்கீரை, பெருங்காயம், உப்பு வறுத்துக்கொட்டிய சட்டியில் ஊற்றி முறித்த மோர், சிறுபுளிப்பு, தாம்பூலம், முயல், ஏரிமீன், அயிரை, தேளி, வெப்பமுள்ள சுறா, கருவாலி, காட்டெலி, வெள்ளாடு இவைகளும் ஆகும் எனச் சிலர் கூறுவர்.

ஆகாப் பதார்த்தங்கள்

வெண்பூசனி, பறங்கி, மா, தெங்கு இவற்றின்காய்; கீரைத்தண்டு, சேம்பு, அறுகீரை, அகத்தி, பாகல், கத்தரி, கொத்தவரை, கனிவகை, மாப்பண்டம், மொச்சை, எள், கொள், கடலை, உளுந்து, கடுகு, புளி, வெங்காயம், பால், தயிர், கைப்புப்பொருட்கள், புகையிலை, வெல்லம், குளிர்ந்த நீர், பகல்தூக்கம், வெயில், புணர்ச்சி, மிகுகாற்று, நண்டு, மீன், கோழி, ஆடு, பன்றி, கடமான் ஆகியன.

சில தைலங்களைக்கொண்டு தலை மூழகுபவர்களுக்கு அவர் தம் நோய்க்குத் தக்கவாறு பத்தியம் விதிப்பது உண்டு. அது இச்சாபத்தியம் என்றும் உப்பில்லாப் பத்தியம் என்றும் இரு வகைப்படும்.

இச்சா பத்தியம்

முள்ளுள்ள பாகல், மா, கத்தரி, கொத்தவரை, வெண்பூசணி இவற்றின் காய்கள்; அகத்திக்கீரை, மந்த குணமுள்ள பொருள்கள், கடுகு ஆகிய இவற்றை நீக்க வேண்டும். சிற்றின்பச்செயல் கூடாது.

உப்பில்லாப் பத்தியம்

பாதரசத்திற்கும் அது சேர்ந்த தைலாதி மருந்துகளுக்கும் உப்பில்லாப் பத்தியம் வைத்த நாட்கள் எத்தனையோ அத்தனை நாட்கள் மறுபத்தியம் இருந்து, பின்னாட்களில் முறையே ஓமப்பால், பசுவின்நெய் இவற்றைத் தேய்த்து முழுகவேண்டும். அதுவரை உப்பில்லை. அதன் பிறகே உப்புச் சேர்த்து உண்ணவேண்டும்.

தைல முழுக்கிற்குத் தகாதவர்கள்

ஐய நோயினர்களும், தோட நிவர்த்தியின் பொருட்டு வாந்தியுண்டாகவோ, பேதியாகவோ, மூத்திரப்பை சுத்தியாகவோ பீச்சுக்கொண்டவர்களும், அசீரணமுடையவர்களும் தைலத்தால் தலை முழுகுவதை விலக்கவேண்டும். ஆனால் பிணி நீக்கத்தின் பொருட்டுச் செய்யப்படும் தைல முழுக்கு நலம் தரும்.

அறம்

நாம் புரியும் எல்லாக் கருமங்களும் நல்வினையையோ அல்லது தீவினையையோ பயக்கக்கூடும். தீவினை துன்பத்தையும், நல்வினை இன்பத்தையும் பயக்கும் என்பது வெளிப்படை. ஆகையால் நாம் செய்யும் செயல்கள் யாவும் நல்வினைப்பயன் அளிப்பனவாய் இருப்பின், உயிர்களுக்கு இன்பத்தையே நல்கும். இவ்விதி யாவருக்கும் உடன்பாடாயினும், உயிர்களைக் காத்தல் தொழிலை மேற்கொண்ட மருத்துவர்களின் செயல்களுள் ஒவ்வொன்றும்உயிர்களின் இன்பத்தை நாடியதாகவே இருத்தல் முக்கியத்திலும் முக்கியமாகும். இன்பம் தரும் செயல்கள் யாவும் அறத்தின் பாற்பட்டன வாகையால் நாம் அறத்தையே கடைப்பிடித்து ஒழுகல் இன்றியமையாதது ஆகும்.

உத்தமர் உறவு

தீயவருடன் கலவாமல் அவர்களிடமிருந்து விலகி இருப்பதுடன், உத்தம குணம் உள்ள நல்லவருடன் இணங்கி நேசித்து, அவர்களுடன் கூடிவாழ்தல் நலம்.

விலக்கவேண்டிய தீக்குணம்

பொய் சொல்லல், கோள் சொல்லல், சினந்து பேசல், பயனல்ல சொல்லல் ஆகிய இந்நான்கும் வாக்கின் தீக்குணங்கள். களவாடுதல், வீணான தொழில் புரிதல், கொலை செய்தல் இம்மூன்றும் உடலின் துர்க்குணங்கள். கொலை செய்ய நினைத்தல், காமப்பற்று, எதையும் விரும்புதல் இம்மூன்றும் மனதின் தீக்குணங்கள். மனம், மொழி, மெய் ஆகிய இம்மூன்றால் உண்டாகும் தீயகுணங்கள் பத்தினையும் அறவே நீக்கவேண்டும்.

துன்புறுவோரை ஆதரித்தல்

நாம் நமது வருவாய்க்கு ஏற்றவாறு வறுமை, பிணி, மனத்துயரம் இவற்றால் வருந்துவோரை ஆதரிக்கவேண்டும்.

அஃறிணை உயிர்களிடத்தும் கருணை வைத்தல்

அ.்.றிணை உயிர்களாகிய எறும்பு, ஈ, புழு முதலியவைகளையும் நாம் நம் உயிர் போலவே எண்ணிப் பாதுகாத்தல் வேண்டும்.

வழிபாட்டுக்குரியவர்கள்

தேவதைகள், பசுக்கள், அந்தணர், வயதாலும், அறிவாலும் ஆசாரத்திலும் மேம்பட்டவர்கள், வைத்தியர், அரசர், விருந்தினர் ஆகிய இவர்களை வழிபடல் வேண்டும்.

இரப்பவரை ஆதரித்தல்

இரப்பவரின் விருப்பத்தை நிறைவேற்றாமல் அவர்களை வீணாகத் திரும்பிப் போகும்படி செய்வதும், அவமதிப்பாகப் பேசி அலட்சியம் செய்து அனுப்புவதும் கூடாது.

தீயவருக்கும் நன்மையே செயல்

நமக்குத் தீங்கையே இழைத்த பகைவருக்கும் நாம் நன்மை செய்ய விருப்பம் கொண்டவர்களாக இருக்கவேண்டும்.

மனத்திட்பம்

செல்வமுற்ற காலத்தும், வறுமை எய்திய காலத்தும் மனம் கலங்குதல் இன்றி, ஒரே நிலையான மன உறுதியைக் கொள்ளவேண்டும்.

பொறாமை

எக்காரணத்தினால் ஆயினும் உயர்நிலை அடைந்தவர்களைப் பார்த்து அவரிடத்தும், அந்நிலையினால் அவர்களடையும் உயர்நலங்களிடத்தும் பொறாமை கொள்ளாது, அந்நிலைக்கு முதற்காரணமாய் அவர்களிடம் காணப்பட்ட முயற்சி நம்பாலில்லையே என ஆற்றாமை கொள்ளல் வேண்டும்.

இனியவை கூறல்

காலம் நேர்ந்தவிட்டது அளவாயும், முன்பின் முரண் இன்றியும் பேசுதல் மட்டுமின்றி, மனத்தின்கண் உள்ள உவகையை வெளிப்படுத்துவனவாகிய இனிய சொற்களையே வழங்குதல் வேண்டும்.

உறங்கும் வகை

மலர் அணை

முல்லை, மல்லிகை முதலிய மலரணையில் தூங்குபவர்களுக்குப் பசி, சுக்கிலப் பெருக்கம், புணர்ச்சியிலிச்சை, உடற்செழிப்பு இவைகளுண்டாகும். மருந்து உண்பதனால் உண்டான வெப்பம் தீரும்.

இலவம் பஞ்சணை

இம் மெத்தையில் துயிலின் உட் சூடு நீங்கும்.

பருத்திப் பஞ்சணை

இம்மெத்தையில் துயில்பவர்களுக்கு விந்து, இரத்தம், விருப்பம், வெப்பம் இவை அதிகப்படும்.

இரத்தினக் கம்பள அணை

வெள்ளை, சிவப்பு, மஞ்சள், கறுப்பு நிறமுடைய கம்பளப் படுக்கையால் சீதளதோடம், குளிர், ஐயப்பெருக்கம், பாண்டு, வீக்கம், பற்பல நஞ்சு இவை நீங்கும். பித்தமும் சுக்கிலத் தாதும் மிகுதிப்படும்.

சகலாத்துப் படுக்கை

சகலாத்து என்னும் உரோமத்துகில் நடுக்கல் சுரத்தைத் தடுப்பதற்கு உபயோகப்படும். குளிர். பனி, பெரும்பாடு இவைகளைப் போக்கும். வெண்மை, பசுமை, நீலம், ஊதா என்னும் நிறங்களுள்ளவை அற்பச் சூட்டைத் தரும்.

தாழம் பாய்ப் படுக்கை

இது வாந்தி, தலைசுற்றல், பாண்டு, பித்தத் தோடம், நீராமைக்கட்டி, அதிமூத்திரம் இவைகளை விலக்கும்.

கோரைப்பாய்ப் படுக்கை

இது அக்கினிமந்தம், சுரவேகம் இவற்றை நீக்கும். உடற்குளிர்ச்சியையும் நல்ல தூக்கத்தையும் உண்டாக்கும்.

பிரப்பம்பாய்ப் படுக்கை

இது மூலரோகம், சீதமலபேதி, சீதசுரம், தலைப்பாரம், சீதளம் இவைகளை உண்டாக்கும்.

பேரீச்சம்பாய்

இது வாதகுன்மம், சோபை இவைகளை நீக்கும். பசியையும், உடல் வெளுப்பையும் உண்டாக்கும். மிகச் சூட்டைத் தரும்.

சிற்றீச்சம்பாய்

இதனால் உடல் உலரும். சூடு, ஆவிருதவாதம், அதிபித்தம், கபமிகுதி ஆகியவை நீங்கும்.

மூங்கிற்பாய்ப் படுக்கை

இது சொட்டு மூத்திரம், பித்த மிகுதி, மிகு சூடு இவைகளை அதிகரிக்கச் செய்யும்.

தலையணை

தலையணை கழுத்துக்கும் தோளுக்கும் மத்தியிலிருப்பதற்கு அளவான உயரமுள்ளதாகவும் வேண்டிய மட்டும் நீளமாகவும் இருக்கலாம்.

இளவம்பஞ்சினால் தைத்த இதன் மீது தலையை வைத்துப் படுத்துக்கொண்டால் கால்முதல் தலைவரை நன்மை பெறும். தலையைப் பற்றிய ஆவர்த்த நோய்களும் நீங்கும்.

விசிறி வகை

மயில் இறகு விசிறி

மயில் இறகினால் செய்யப்பட்ட விசிறியினால் வீசினால் சந்நிவாதம், வயிற்றுவலி, தலைசுழல், பித்தகோபம், விக்கல், வேர்வை, வாதகோபம் ஆகியவை நீங்கும். அறிவு விளங்கும்.

வெட்டிவேர் விசிறி

இது பயித்தியதோடம், உடல் எரிவு, நீர்வேட்கை இவைகளை நீக்கும். மனக்களிப்பை உண்டாக்கும்.

பனையோலை விசிறி

இது வாததோடம், சிலேத்துமநோய், பித்தாதிக்கம், சுவைமாறல் ஆகிய இவற்றை நீக்கும்.

வெண்சாமரை

இது வியர்வை, களைப்பு, மயக்கம், மூர்ச்சையால் உண்டாகும் ஞாபக மறதி, வறட்சி, உஷ்ணம் ஆகிய இவைகளைப் போக்கும். புணர்ச்சியில் இச்சை, அழகு இவைகைள உண்டாக்கும்.

ஒழுக்கம் (தற்காப்பு)

ஒருவர் தமக்குப் பகைவர் இன்னார் என்பதையும், தாம் இன்னாருக்குப் பகைவர் என்பதையும், தமக்கும் பிறருக்கும் நேர்ந்த பழிப்பின் தன்மையையும், செல்வருக்குத் தம்மிடம் அருவருப்பு உண்டாயிருக்கும் போக்கையும் பிறர் அறிய வெளிப்படுத்துதல் கூடாது. இதனால் தற்காப்புக் கெடும்.

குறிப்பறிந்து செயல்

ஒருவருக்கு மனமகிழ்வை உண்டாக்கக் கருதின், அவர்களின் உட்கருத்தை உண்மையாய் அறிந்து, அவ்வழியே மகிழ்விக்கும் ஆற்றலை

அடைந்து, அவர்களைக் களிக்கச் செய்வதற்குத் தக்க செயல்களை மேற்கொள்ளுதல் வேண்டும்.

புலனாட்சி

புலன்களைத் தத்தம் வழியே அளவு கடந்து செல்லவிடாமலும், மிகுதியாய் அடக்காமலும் சமநிலையில் வைத்து ஆளுதல் வேண்டும்.

அறம், பொருள், இன்பம், என்னும் இவற்றிற்குச் சம்பந்தமில்லாத எக்கருமத்தையும் செய்தல் நல்லதல்ல. இயற்றும் கருமம், ஒன்றிற்கு நன்மை பயப்பதாகவும் மற்ற ஒன்றிற்குத் தீமை பயப்பதாகவும் இருத்தல் கூடாது. எக்காரியங்களிலும் நடுவு நிலைமையுடன் இருத்தல் வேண்டும்.

மயிர், நகம், மீசை இவைகளை அதிகமாய் வளர விடக்கூடாது. எருவாய், கருவாய் முதலியவற்றையும் இன்னும் அழுக்கு அதிகமாகச் சேரக் கூடிய இடங்களையும் சுத்தமாய் வைத்திருத்தலும் அவசியம்.

தினந்தோறும் குளித்தல், நறுமணப்பூச்சு ஊட்டிக் கொள்ளல், ஆடம்பரமற்ற சுத்தமான உடைகளை உடுத்துக் கொள்ளல், மணிகளையும், பெருமை வாய்ந்த சில மூலிகைகளையும் வைத்திருத்தல் நலம் பயக்கும். பயன் தரத்தக்க மந்திரங்களை ஓதுதல் நல்லது.

நடக்கும்போது குடை, தாள்காப்பு (செருப்பு) ஆகியவற்றை வைத்திருத்தல் நல்லது. நுகத்தடியளவுக்குப் பார்வையைச் செலுத்துதல் அவசியம். தவிர்க்க முடியாத கருமம் நேரிட்டாலொழிய இரவில் வீட்டை விட்டு வெளியில் செல்லுதல் கூடாது. செல்ல நேரிட்டால் தலைக்கவசமும் கைத்தடியும் ஒரு துணையும் பெற்று வெளியே போக வேண்டும் . கிராம தேவதைகளுக்கு அதிஷ்டானமான மரங்கள், வழிபடத்தக்க பெரியோர்கள், கொடிகள், தூய்மை இல்லாத மனிதர்கள், சாம்பல், உமி, அழுக்கடைந்த பதார்த்தங்கள், பருக்கைக் கற்கள் அடர்ந்த ஊர், ஓடுகள் நிறைந்த இடம், பூசை செய்யுமிடம், இடுகாடு இவைகளைத் தாண்டுதல், நதியை நீந்திச் செல்ல முயலுதல் ஆகிய இவைகள் ஆகாவாகும்.

15

மருந்து

மரு. கு. கணபதி

முன்னுரை

மறுப்ப துடல்நோய் மருந்தென லாகும்
மறுப்ப துளநோய் மருந்தெனச் சாலும்
மறுப்ப தினிநோய் வாரா திருக்க
மறுப்பது சாவையு மருந்தென லாமே

என்பது திருமூலர் வாக்கு. திருமூலரின் கொள்கைப்படி உடல் - உள்ளம் சார்ந்து வந்த நோய்களைப் போக்குவதற்கும்; உடல்-உள்ளம் சார்ந்து வரவிருக்கும் நோய்களைத் தடுப்பதற்கும்; உடல்-உள்ளத்தைச் சாவிலிருந்து காப்பதற்கும் பயன்படும் பொருள் எதுவோ அதுவே மருந்து ஆகும். இதன் மூலம் சித்தர்கள் மருந்து என்றால் என்ன என்பதற்கு மிகத் தெளிவான கொள்கை விளக்கத்தைக் கொண்டிருந்தனர் என்பது தெளிவாகிறது.

நோய் என்பது உடல்-உள்ளம் ஆகிய இரண்டையும் பற்றக் கூடியது. மருந்தென்பது நோய் வந்த பிறகு அதனைப் போக்குவதற்கும், நோயை வாராமலே தடுப்பதற்கும் பயன்படுத்தப்படுவது. அதுமட்டுமல்லாது மனிதரை மரணத்திலிருந்து காப்பதற்கும் உரியது மருந்தே என்பது சித்த மருத்துவத்தின் அடிப்படைத் தத்துவமாம்.

சித்த மருத்துவ நூல்கள் மருந்தை 'அவிழ்தம்' என்றும் அழைக்கின்றன. உடல்-உள்ளத்தை, அவற்றைப் பிடித்த நோயினின்றும் அவிழ்த்து விடுவிப்பதால் இவ்வாறு அழைக்கப்படுகின்றது.

மருந்து வகை

திருமூலர் வீர மருந்து, விண்ணோர் மருந்து, நாரி மருந்து என மூன்று வகையாகக் கூறுவர். இதையே அசுர மருந்து, தேவ மருந்து, மக்கள் மருந்து என்றும் சில நூல்கள் அழைக்கின்றன. இரசம், கந்தகம் முதலிய தாதுப்பொருட்களின் பற்பம், செந்தூரம் ஆகியவைகளைக் கொண்டு செய்யப்படும் மருந்துகள் விண்ணோர் அல்லது தேவ மருந்துகள் ஆகும்.

மூலிகைகளைக் கொண்டு செய்யப்படும் சூரணம், குடிநீர், வடகம் முதலியன நாரி அல்லது மக்கள் மருந்து ஆகும். காரம், அறுவை, கட்டுதல், சுட்டிகை முதலியன வீர மருந்து அல்லது அசுர மருந்து ஆகும்.

இவ்வகைப்பாடு ஒருபுறம் இருக்க, சித்த மருத்துவ மரபில் பெரு வழக்காக நடைமுறையில் இருக்கும் வகைப்பாடு ஒன்று உண்டு. அது மருந்தை அக மருந்து அல்லது உள் மருந்து, புற மருந்து அல்லது வெளி மருந்து என்று வகைப்படுத்தப்படும் முறையாகும். மேற்கூறிய விண்ணோர் (தேவர்) மருந்தும் மக்கள் (நாரி) மருந்தும் அக மருந்து வகையில் அடங்கும். அசுரர் (வீர) மருந்து புற மருந்து வகையில் அடங்கும். சித்த மருத்துவ நூல்கள் அக மருந்தை 32 வகையாகவும், புற மருந்தை 32 வகையாகவும் தொகுத்து வகைப்படுத்திக் கூறியுள்ளன. இனி அவற்றின் விரிவைத் தனித்தனியே காணலாம்.

அக (உள்) மருந்துகள்

1. சுரசம்

இலை, வேர், பட்டை, பூ, காய், இஞ்சி, இஞ்சியைப் போன்ற சரக்குகள் ஆகிய இவற்றில் ஒன்றை இடித்தேனும் கல்வத்திலிட்டு அரைத்தேனும் பிழிந்து வடிகட்டி எடுத்துச் சாற்றை ஒரு மண் சட்டியில் இட்டுக் கொதிக்கவைத்து முரித்து எடுத்துக்கொள்வது சுரசம் ஆகும்.

2. சாறு

இலை, வேர், பட்டை, பூ, காய் ஆகியவற்றில் ஏதாவது ஒன்றையோ அல்லது அனைத்தையும் சேர்த்தோ இடித்து அல்லது அரைத்துப் பிழிந்து வடிகட்டி எடுப்பது சாறு ஆகும்.

3. குடிநீர்

உலர்ந்த சரக்குகளையோ அல்லது ஈரமான சரக்குகளையோ இடித்து, அதற்குச் சொல்லப்பட்ட அளவுப்படி தண்ணீர் விட்டு இரண்டில் ஒரு பங்காகவோ,

நான்கில் ஒரு பங்காகவோ, ஆறில் ஒரு பங்காகவோ, எட்டில் ஒரு பங்காகவோ, பதினாறில் ஒரு பங்காகவோ, இருபத்துநான்கில் ஒரு பங்காகவோ சுண்டக் காய்ச்சி வடித்துக்கொள்வது குடிநீர் ஆகும்.

இது மருந்துநீர், உண்ணீர், வாய்குடித்திடும்புனல், கஷாயம் என்ற வேறு பெயர்களாலும் அழைக்கப்படுகின்றது.

4. கற்கம்

தூய்மை செய்த இரும்புத்தூள், இரும்புச் சிட்டத்தூள் என்னும் இவற்றுள் ஏதாவது ஒன்றுடன், ஈரமாகவுள்ள சரக்குகளையோ அல்லது உலர்ந்த சரக்குகளையோ சேர்த்துக் கல்வத்திலிட்டு அரைத்துக் கட்டியாய் எடுத்துக்கொள்வது கற்கம் ஆகும்.

5. களி

பச்சரிசி அல்லது புழுங்கலரிசி அல்லது உளுந்தை வறுத்து அரைத்த மாவு; அல்லது விதைகளைப் பொடித்து இடித்து எடுத்த மாவு ஆகிய இவைகளில் ஏதேனும் ஒன்றை எடுத்து நீர்விட்டு, தக்க அளவு சர்க்கரை அல்லது வெல்லத்தைச் சேர்த்து ஒரு மண் சட்டியில் ஊற்றி, அடுப்பேற்றி களிப்பதம் வரும் வரை வேகவிட்டுக் கிளறி, சிறிது நெய் விட்டுக் கையில் ஒட்டாத பக்குவத்தில் செய்தெடுப்பது களி ஆகும்.

இது மேலே சிறிது வறட்சியாகவும் உள்ளே களிப்பாகவும் இருப்பதால் உட்களி என்றும் அழைக்கப்படுகிறது.

6. அடை

அரிசி மாவுடன் சில இலைகளைக் கூட்டி அரைத்து அடையாகத் தட்டி, சட்டியில் இட்டு நெய் தடவி சுட்டு எடுப்பது அடையாகும்.

7. சூரணம்

உலர்ந்த சரக்குகளைப் புதியனவாகவும் தூய்மையாகவும் எடுத்து, வறுக்க வேண்டியவைகளை வறுத்து, தனித்தனியே இடித்துச் சலித்துத் தக்க அளவு எடுத்துக் கொள்வது சூரணம் ஆகும்.

8. பிட்டு

தூய்மை செய்த சரக்குகளைத் தனித்தனியே இடித்து எடுத்தப் பொடிகளைச் சரியளவு தண்ணீரும் பசுவின் பாலும் விட்டுக் கலந்துகொண்டு, ஒரு குடைவான

மண் சட்டியில் தண்ணீரும் பசுவின் பாலும் சரி அளவு ஊற்றி, சட்டியின் வாய்க்குத் துணி கட்டி, அத்துணியின் மேல் மேற்படி பொடியைப் பிட்டு மாவைப் போல் வைத்து மேற்சட்டி மூடி, ஓர் ஆவி வெளிக் கிளம்பும் வரை எரித்து எடுப்பது பிட்டு ஆகும். அந்தப் பிட்டை ஒரு சட்டியில் இட்டுத் தேவையான அளவு வெல்லம் சேர்த்துப் பிசைந்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

9. வடகம்

சரக்குகளைத் தனித்தனியே இடித்துச் சலித்து, தக்க அளவு எடுத்து வெல்லம் சேர்த்துக் கலந்து, ஒரு குடைவான மண் சட்டியில் பசுவின் பாலும் தண்ணீரும் சரியளவு ஊற்றி, சட்டி வாய்க்குத் துணி கட்டி, அத்துணியின் மேல் மேற்படி பொடியைப் பிட்டு மா வைப்பது போல் வைத்து, மேற்சட்டி மூடி அடுப்பேற்றி, பால் வற்றும் வரை எரித்து எடுத்துப் பிரித்து, பிட்டு சூடாறுவதற்குள் உரலில் இட்டு இடித்து, தேவையான அளவு உருட்டி உலர்த்திக் கொள்வது வடகம் ஆகும்.

10. வெண்ணெய்

சரக்குகளை அளவுப்படி எடுத்துப் பொடி செய்து ஓர் இரும்புக் கரண்டியில் போட்டு, பொடியின் எடைக்கு இரண்டு பங்கு பசு நெய் சேர்த்து எரித்து, சரக்குகள் வெந்து நெய்யுடன் கலக்கும் பொழுது, அதைத் தண்ணீர் உள்ள சட்டியில் கொட்டி, மத்திட்டுக் கடைய வெண்ணெய்த் திரண்டு வரும்.

11. மணப்பாகு

சரக்கு, வேர், பூ, பழம், கொடி ஆகிய இவற்றில் ஏதாவது ஒன்றில் செய்த குடிநீர் அல்லது ஏதாவது ஒரு பழச்சாறு எடுத்து மண் சட்டியில் விட்டுத் தேவையான அளவு கற்கண்டு அல்லது சர்க்கரை சேர்த்து அடுப்பில் வைத்து எரித்து மணம் வரும் பக்குவத்தில் இறக்கி, அதில் தேவையான சரக்குப் பொடிகளைத் தூவிக் கிளறினால் கிடைப்பது மணப்பாகு ஆகும்.

12. நெய்

பசு நெய்யுடன் தேவையான இலை அல்லது கிழங்குச் சாறு, குடிநீர், கற்கம் ஆகிய ஏதாவது ஒன்றையோ அல்லது பலவற்றையோ சேர்த்து மண் சட்டியில் ஊற்றி, அடுப்பேற்றி எரித்து, நெய் பதத்தில் காய்ச்சி இறக்கி வடிகட்டிக் கொள்வது நெய் ஆகும்.

13. இரசாயனம் (சுவைப்பு)

சரக்குகளைச் சூரணம் செய்து, சர்க்கரை, நெய் ஆகிய இரண்டையும் அளவுப்படி சேர்த்து இளக்கமாகப் பிசைந்து வைத்துக் கொள்வது இரசாயனம் ஆகும்.

14. இளகம் (இலேகியம்)

குடிநீர் வகைகள், சாறு வகைகள் ஆகிய இவைகளைத் தனித்தனியாகவோ அல்லது கலந்தோ, அதில் தேவையான அளவு சர்க்கரை சேர்த்து அடுப்பேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்துச் சாறு சுருங்கி மணம் வரும்போது, தேவையான சரக்குப் பொடியை அதில் சிறுகச் சிறுகத் தூவி முதலில் நெய்யையும் பின்பு தேனையும் விட்டுக் கிளறி, பக்குவத்தில் எடுத்துக் கொள்வது இளகம் ஆகும்.

15. எண்ணெய்

எள்ளில் இருந்து எடுக்கப்படும் நெய் எண்ணெய் (எள்+நெய்) ஆகும். நடைமுறை வழக்கில் விதை, கொட்டை, பட்டை, கிழங்கு முதலிய பொருட்களில் இருந்து எடுக்கப்படும் நெய்ப்புப் பொருளும் எண்ணெய் என்ற வகையினைச் சேர்ந்ததாகவே கூறப்பட்டு வருகின்றன. என்றாலும் மருந்துகளுக்குப் பெயரிடுங்கால் எள் நெய் சேர்ந்ததை எண்ணெய் என்றும் ஏனைய தனிச்சரக்குடன் சேர்ந்ததை வல்லாரை நெய் என அத்தனிச் சரக்கின் பெயராகவும், மருந்தில் சேரும் சிறப்புச் சரக்கின் பெயராலும் (கந்தகச் சுடர் நெய்), சிறப்புச் சரக்கையும் செய்யும் வகையையும் குறிப்பதாகவும் (சிவனார் வேம்புக் குழி நெய்), பயன்படுத்தப்படும் நோயின் பெயராலும் (மேக நெய்), சேர்க்கப்படும் சரக்குகளின் எண்ணிக்கையாலும் (ஐங்கூட்டு நெய்) பெயரிட்டழைக்க வேண்டும் என்பது சித்த மருத்துவக் கோட்பாடாகும். இவ்வகையில் தயாரிக்கப்படும் எண்ணெய் அல்லது நெய்யானது பனிரண்டு வகைப்பட்டதாகக் கூறப்பட்டுள்ளன. அவை:

15.1 கொதி நெய்

ஆமணக்கு முத்து முதலியவற்றை வறுத்து இடித்துத் தண்ணீரில் கலந்து அடுப்பேற்றிக் கொதிக்க வைத்தால் கிடைக்கும்.

15.2 உருக்கு நெய்

வெண்ணெய், கோழிமுட்டைக் கரு முதலியவற்றை உருக்குவதால் உண்டாகும்.

15.3 குழிப்புட நெய்

அடியில் சிறுசிறு துளைகள் இட்ட ஒரு குடத்தில் சேங்கொட்டை, சிவனார்வேம்பு முதலியவற்றை நிரப்பி, மேல் மூடி, வாய்க்குச் சீலைமண் செய்து, ஒரு குழி தோண்டி, அடியில் ஒரு சட்டியை வைத்து, அதன் மேல் மேற்படி குடத்தை வைத்துப் புடம் இட்டு இறக்குவது குழிப்புட நெய்.

15.4 தீநீர் நெய்

சந்தனக் கட்டை முதலிய மணமுள்ள பொருட்களைத் தூளாக்கி, பானையில் போட்டுத் தண்ணீர் விட்டு, பட்டி கட்டி இறக்குவது தீநீர் நெய்யாகும்.

15.5 சூரியப்புட நெய்

எள்ளுடன் சில சரக்குகளைச் சேர்த்து அரைத்த கற்க மருந்தை, கடும் வெயிலில் வைக்க இந்த நெய் கிடைக்கும். இது ஆதவ நெய் என்றும் அழைக்கப்படும்.

15.6 மண் நெய்

ஈரமில்லாத பூமியில் இருந்து கொப்பளித்துத் தானே தோன்றுவது.

15.7 மரநெய்

மரத்தில் வெட்டப்பட்ட இடத்திலிருந்து பிறப்பது.

15.8 சிலைநெய்

உயர்ந்த மலையிலிருந்து வழிவது. இது மலை நெய் என்றும் அழைக்கப்படும்.

15.9 நீர் நெய்

புனுகுச் சட்டம் முதலியவைகளை நன்றாக நசுக்கித் தண்ணீரில் ஊறவைத்தால் கிடைக்கும்.

15.10 ஆவி நெய்

சாம்பிராணி, மட்டுப்பால் முதலியவற்றைச் சூடான மண் சட்டியில் போட்டு. அதன்மேல் தண்ணீர் நிறைந்த தட்டு ஒன்றை வைக்கப் பிறக்கும்.

15.11 சுடர் நெய்

கந்தகம் முதலிய சரக்குகளை உரிய நெய் விட்டு அரைத்து, தண்ணீரில் நனைத்துப் பிழிந்து ஒரு புதுத் துணியில் அதனைத் தடவி, அத்துணியை ஒரு

இரும்புக் கம்பியில் சுற்றிக் கட்டி, ஒரு முனையில் கொளுத்தினால் மறு முனையில் நெய் வடியும்.

15.12 பொறி நெய்

எள் முதலியவற்றைச் செக்கு (காணம்) என்னும் இயந்திரத்தில் இட்டு அரைத்துப் பிழிந்து எடுப்பது. இது இயந்திர நெய் என்றும் அழைக்கப்படும்.

மேற்கூறிய நெய் வகைகள் மருத்துவப் பயன்பாட்டில் ஐந்து வழிகளில் கையாளப்படுகின்றன. அவை வருமாறு:

- ❖ முடி நெய் : தலைக்கிடும் எண்ணெய்
- ❖ குடி நெய் : உள்ளிற்குக் குடிக்கப் பயன்படுவது
- ❖ பிடி நெய் : உடல் மீது தடவிப் பிடிக்கப் பயன்படும் நெய்
- ❖ துளை நெய் : உடலில் உள்ள ஒன்பது துளைகளின் வழியாகச் செலுத்தப்படுவது.
- ❖ சிலை நெய் : புண்களின் புரை வழியாய் செலுத்தப்படுவது.

16. மாத்திரை

சரக்குகளைச் சேர்த்துத் தேவையான இலைச்சாறு அல்லது இஞ்சிச் சாறு அல்லது ஏதேனுமோர் குடிநீர் அல்லது தாய்ப்பாலை விட்டு அரைதுத் தேவையான அளவில் உருட்டி உலர்த்தினால் கிடைப்பது மாத்திரை ஆகும். மாத்திரை என்றால் அளவு. ஒரு குறிப்பிட்ட அளவில் இம் மருந்து இருப்பதால் இதற்கு மாத்திரை என்ற பெயர் எற்பட்டது. இது உருண்டை, குளிகை என்றும் அழைக்கப்படுகிறது.

17. கடுகு

சரக்குகளை நெய் முதலிய தைலப் பொருட்களுடன் சேர்த்துக் காய்ச்சி, திரண்டு வரும் பக்குவத்தில் இறக்கினால் கிடைப்பது கடுகு ஆகும்.

18. பக்குவம்

பக்குவம் செய்ய வேண்டிய கடுக்காய் போன்றவற்றைப் பச்சரிசி கழுநீரில் ஊறப்போட்டு, அது ஊறிய பின் மோர், எலுமிச்சம் பழச்சாறு, இஞ்சிச்சாறு, ஏதேனுமோர் இலைச்சாறு முதலியவற்றில், தேவையான சரக்கின் பொடியைச் சேர்த்துப் பக்குவம் செய்வது ஒரு முறை.

எலுமிச்சங்காய் போன்றவற்றை ஐந்துப்பு முதலியவற்றுடன் சேர்த்து வேகவைத்துப் பக்குவம் செய்வது மற்றொரு முறை.

19. தேனூறல்

இஞ்சி, கடுக்காய், நெல்லிக்காய் முதலியவற்றை நீரில் ஊறவைத்துப் பின், அவற்றை ஊசியால் குத்திப் பல துளைகள் இட்டு, சர்க்கரைப் பாகு அல்லது தேனில் ஊரவைத்துக் கொள்வது தேனூறல் ஆகும்.

20. தீநீர்

இது இரண்டு வகைப்படும். சரக்குகளைச் சேர்த்து வாலையில் இட்டுத் தண்ணீர் சேர்த்து, அடுப்பேற்றி இறக்குவது ஒரு வகை. இது தீநீர் எனப்படும்.

உப்பு வகைகளை வாலையில் இட்டு எரித்து இறக்குவது மற்றொரு வகை. இது புகை நீர் எனவும் திராவகம் எனவும் சொல்லப்படும். இவ்விரண்டும் சேர்த்து சத்திநீர் என்றழைக்கப்படுகிறது.

21. மெழுகு

இது அரைப்பு மெழுகு, சுருக்கு மெழுகு என இருவகைப்படும்.

சில இரசக் கலப்புள்ள சரக்குகளைத் தனியாகவோ அல்லது சில கடைச் சரக்குகளுடன் சேர்த்தோ; சில உப்புகளைத் தனியாகவோ அல்லது கடைச்சரக்குகளுடன் சேர்த்தோ சில சாறுகள் அல்லது தேனினால் அரைத்து; மெழுகு பதத்தில் செய்து கொள்வது அரைப்பு மெழுகு ஆகும்.

சில இரசக் கலப்புள்ள சரக்குகளைத் தனியாகவோ அல்லது பாடாணங்களையோ எடுத்து ஏதேனுமோர் மூலிகைச் சாறு அல்லது நெய்ப்புப் பசையுள்ள தைலத்தினால் சுருக்குக் கொடுத்து, அது இளகி வரும்போது எடுத்து குழிக்கல்லில் இட்டுப் பக்குவமாய் அரைத்து எடுத்துக் கொள்வது சுருக்கு மெழுகு எனப்படும்.

22. குழம்பு

சில சாறுகளையோ அல்லது தனிச்சாற்றையோ எடுத்துச் சர்க்கரை சேர்த்து, சில சரக்குப் பொடிகளையும் கூட்டி, சட்டியில் இட்டுக் காய்ச்சி, குழம்பு பதத்தில் இறக்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

இதுவல்லாமல் சில சரக்குகளை நெய்ப் பசையுள்ள பொருட்களுடன் சேர்த்து அரைத்தும் குழம்பு செய்யப்படுகிறது.

23. பதங்கம்

தனி இரசத்தையோ அல்லது இரசக் கலப்புள்ள மருந்தையோ எடுத்து, ஒரு மண் சட்டியில் உப்பும் செங்கல் தூளும் போட்டு, அதன் மேல் மேற்கூறியதை ஒரு மூசையில் போட்டு வைத்து, அதன் மேலே உப்பு போட்டு, மேல் சட்டி மூடிச் சீலைமண் செய்து அடுப்பேற்றி, உரிய தீயின் அளவாக, உரிய காலம் வரை எரித்துப் பின் அசையாமல் கீழிறக்கிப் பிரித்து, மேற்சட்டியில் ஏறி இருக்கும் மருந்துகளைப் பக்குவமாய் வழித்தெடுப்பது ஒரு முறை.

சில பாடாணங்களைச் சில இலைச்சாறுகளால் அரைத்து, மூசையும் நடுவில் துளைவைத்த மேல் மூடியும் செய்து, அம் மூசைக்குள் இரசம் விட்டு, ஒரு சட்டியில் தேவையான அளவு உப்பிட்டு, அதன் மேல் அம்மூசையை வைத்து மேல் சட்டி மூடி, நாள் ஒன்றுக்கு ஒரு சீலையாய் ஏழு நாட்களுக்கு ஏழு சீலைமண் செய்து, உரிய தீயின் அளவாக, உரிய காலம் வரை எரித்துச் சிறிது ஆறியபின் அதனை அசையாமல் எடுத்து மெதுவாகப் பிரித்து, மேற் சட்டியில் ஏறியிருக்கின்ற மருந்தைத் துடைத்து எடுத்துக் கொள்வது மற்றொரு முறையாகும்.

24. செந்தூரம்

உலோகங்களையோ அல்லது பாடாணங்களையோ ஏதேனுமொரு இலைச்சாறு அல்லது உப்புப்புகை நீர் அல்லது செய்நீரில் அரைத்து; புடம் போட்டாவது, எரித்தாவது, வறுத்தாவது எடுத்து அரைத்து, சிவக்கும்வரை வெயிலில் வைத்தெடுப்பது செந்தூரமாகும்.

25. நீறு (வெண்ணீறு அல்லது பற்பம்)

உலோகம், பாடாணம், உபரசம் ஆகிய இவற்றை இலைச்சாறு, உப்புப்புகை நீர், செய்நீர் ஆகிய இவை ஏதாவது ஒன்றினால் அரைத்து, எரித்தேனும் வறுத்தேனும் ஊதியேனும் புடமிட்டேனும் வெளுக்கும்படிச் செய்யக் கிடைப்பது பற்பம் ஆகும்.

26. கட்டு (மாத்திரைக்கல்)

பாடாணங்களைப் புகைநீர், செய்நீர், இலைச்சாறு, குடிநீர், தேன், தாய்ப்பால், குழிப்புட நெய் ஆகிய ஏதாவது ஒன்றில் சுருக்குக் கொடுத்துக் கட்டிக்கொள்வது கட்டு மருந்து ஆகும். இவ்வாறன்றி சில சரக்குகளின் பற்பம் அல்லது செந்தூரத்தை ஏதேனுமொரு சாறு அல்லது தாய்ப்பாலால் அரைத்து உருட்டிக் கொள்வதுமுண்டு.

27. உருக்கு

பாடாணம் அல்லது உலோகத்துடன் நட்பு அல்லது பகைச் சரக்குகளைக் கட்டி மூசையில் இட்டு மேல் மூடி, சீலைமண் செய்து, கட்டைக் கரி நெருப்பில் வைத்து ஊதி இளகச் செய்து, ஆறவிட்டு எடுப்பது உருக்கு மருந்தாகும்.

28. களங்கு

பாதரசம் முதலிய சரக்குகளை இலைச்சாறு அல்லது செய்நீர் அல்லது புகைநீரினால் சுருக்குக் கொடுத்துப் புடம்போட்டு, கட்டைக் கரி நெருப்பில் வைத்து ஊதி மணியாக்கி உருக்கி, தங்கம் அல்லது நாகம் கூட்டி ஆறவைத்து எடுத்தால் கிடைப்பது களங்கு வகை மருந்தாகும்.

29. சுண்ணம்

பாதரசம், பாடாணம், உலோகம் ஆகியவற்றைத் தனியாகவோ ஒன்று கலந்தோ கல்வத்தில் இட்டு; சாறு, செய்நீர், புகைநீர் ஆகிய இவை ஏதாவது ஒன்றினால் அரைத்து உருட்டி உலர்த்தி, மூசையில் வைத்துச் சீலைமண் செய்து உலர்த்தி, கரி நெருப்பில் வைத்து ஊதி எடுத்து ஆறவிட்டால் பூத்துச் சுண்ணமாகும்.

30. கற்பம்

அந்தந்த நோய்க்கு உரிய இலை, வேர், சரக்கு, உப்பு, உலோகம், உபரசச் சத்துகள் ஆகியவற்றை, அவற்றிற்குரிய மருந்து அளவு, நாள் அளவு, பத்திய விதி முதலியவற்றிற்கேற்ப உண்ணும் முறைக்குக் கற்பம் என்று பெயர்.

இதில் மருந்துகளை அன்றன்றைக்குத் தயார் செய்து பயன்படுத்துவது, முன்னமே செய்து வைத்துக் கொண்டு பயன்படுத்துவது என இரண்டு முறைகள் உள்ளன. இலை, வேர், சரக்குகள் முதலியவற்றாலான மருந்துகள் நாள்தோறும் தயாரித்துக் கொள்ள வேண்டியவை. உலோகம், உபரசங்களால் ஆன மருந்துகளை முன்னரே செய்து வைத்துக் கொள்ளலாம்.

31. சத்து

காந்தம், இரும்புத்தூள், உபரசம் முதலியவற்றோடு சில பாடாணங்களைச் சேர்த்து, வெண்கருச் செய்நீரினால் அரைத்து உலர்த்தி, மூசையில் வைத்துச் சீலைமண் செய்து உலர்த்தி, கரி நெருப்பில் மூன்று முறை வைத்து ஊதி எடுக்கக் கிடைக்கும் சத்துகளோடு, தங்கம், இரசம், கந்தகம் ஆகியவற்றைச் சேர்த்து அரைத்துக் குப்பியில் இட்டு எரித்தால் கிடைப்பது சத்து மருந்தாகும்.

32 குருகுளிகை

வாலை இரசத்தைச் சில சரக்குகளால் கட்டி, மணி மணியாய்ச் செய்து கோத்துக் கொள்வது குருகுளிகை ஆகும்.

அக மருந்துகளின் செயல் முறை

மேற்கூறிய 32 வகையான அக மருந்துகளும் என்னென்ன செயல்முறைகளின் மூலம் தயாரிக்கப்படுகின்றன என்பதையும் சித்த மருத்துவர்கள் தெளிவுபடுத்தியுள்ளனர். அவை வருமாறு:

கருக்கல்
அரைத்தல்
கசக்குதல்
கலக்குதல்
வறுத்தல்
கழற்றுதல்
உருக்குதல்
இறுத்தல்
உலர்த்தல்
உறைத்தல்
குழப்புதல்
உடைத்தல்
நறுக்குதல்
உருட்டுதல்
நகத்துதல்
நசுக்குதல்
பொசுக்குதல்
நனைத்தல்
எரித்தல்
வழிக்குதல்
இறுக்குதல்

இழைத்தல்

குழைக்குதல்

எடுக்குதல்

என்பன அச்செயல் முறைகளாகும்.

அக மருதுகளின் ஆயுள்

அக மருந்து வகைகளில் எந்தெந்த மருந்தை அது தயாரிக்கப்பட்ட நேரம் அல்லது நாளிலிருந்து எவ்வளவு காலம் வரை வைத்திருந்து பயன்படுத்தலாம் என்ற வரையறையையும் சித்த மருத்துவர்கள் செய்துவைத்துள்ளனர். அதன்படி:

வ.எண்	மருந்துகள்	ஆயுட்காலம்
1.	சுரசம், சாறு, குடிநீர், கற்கம், அடை, உட்களி	1 சாமம் (3 மணி)
2.	சூரணம் பிட்டு, வடகம், வெண்ணெய்	3 மாதம்
3.	மணப்பாகு, நெய், இரசாயனம்	
	இலேகியம்	6 மாதம்
4.	எண்ணெய், மாத்திரை, கடுகு, பக்குவம், தேனூறல், தீநீர்	1 ஆண்டு
5.	மெழுகு, குழம்பு	5 ஆண்டு
6.	இரசப்பதங்கம்	10 ஆண்டு
7.	செந்தூரம்	75 ஆண்டு
8.	பற்பம், கட்டு, உருக்கு, களங்கு	100 ஆண்டு
9.	சுண்ணம்	500 ஆண்டு
10.	கற்பம், சத்து, குருகுளிகை	500 ஆண்டுகளுக்கும் மேல்

புற (வெளி) மருந்துகள்

அக மருந்துகளின் வகைப்பாட்டைப் போலவே புற மருந்துகளும் 32 வகைப்பட்டதாகவே தொகை வகை செய்யப்பட்டுள்ளன. அவற்றைத் தனித்தனியே காணலாம்.

1. கட்டுதல்

இலைகள், பட்டைகள், சில பறவைகள் ஆகியவற்றில் தேவையானதை எடுத்து இடித்தோ, அரைத்தோ, வதக்கியோ, புளித்த நீரால் வேகவைத்தோ செய்யப்படுவது கட்டுதலுக்குரிய மருந்தாகும். பாடாணம் முதலியவற்றாலும் கட்டுதல் உண்டு.

2. பற்று

இலை, பட்டை, வேர் ஆகியவற்றின் சாற்றையாவது, சில சரக்குகளை அரைத்தாவது, சுடவைத்தாவது செய்யப்படுவது பற்று மருந்தாகும்.

3. ஒற்றடம்

சுண்ணாம்புக்காரை, தவிடு, செங்கற்பொடி, கொள்ளுமா, ஓமம், மணல், இலைகள் முதலியவற்றுள் ஏதாவது ஒன்றை வறுத்து, துணியில் முடிந்து நோயுள்ள இடங்களில் ஒற்றடம் இடப்படும்.

4. பூச்சு

கொதிக்க வைத்த இலைச்சாறுகள் அல்லது சில தைலங்கள் பூசும் மருந்தாகப் பயன்படுகின்றன.

5. வேது

சில சரக்குகளைத் தூளாக இடித்து, துணியில் வைத்துத் திரியாகத் திரித்து, ஒரு மண் அகலில் வேப்பெண்ணெய் விட்டு அந்தத் திரியை அதிலிட்டுக் கொளுத்தி, முக்காடிட்டு அப்புகையை உள்ளே வாங்கி, வேர்வை உண்டாக்கிக் கொள்வது ஒரு வகை.

வெந்நீரிலோ அல்லது நொச்சித் தழை, மஞ்சள் பொடி முதலியவற்றை இட்டுக் காய்ச்சிய குடிநீரிலோ, செங்கல்லைச் சூடாக்கி இட்டு, அதினின்றும் எழும் ஆவியைப் பிடிப்பது மற்றொரு வகை.

6. பொட்டணம்

சில சரக்குகளை இடித்து, துணியில் சிறு பொட்டணமாக முடிந்து, அதை வேப்பெண்ணெய் அல்லது வேறு ஏதேனுமொரு எண்ணெயில் சுடவைத்து, நோயுள்ள இடங்களில் ஒற்றடம் இடுவது பொட்டணம் ஆகும்.

7. தொக்கணம்

முக்குற்றப் பிணி கலப்பால் உடலில் உண்டாகும் வலியை நீக்க, உடலைப் பிடித்துவிடும் முறைக்குத் தொக்கணம் என்று பெயர். இது வெறுங்கையால் பிடிப்பது, தைலங்களைத் தடவிப் பிடிப்பது என இரு வகையாக அமையும்.

8. புகை

மயிலிறகு, சீரகம் முதலியவற்றைத் துணியில் வைத்துத் திரியாகத் திரித்துக் கொளுத்திப் புகையை உண்டாக்கலாம்.

விலங்குகளின் குளம்புச் சீவல்; மாடு, எருமை ஆகியவற்றின் கொம்புச் சீவல்; நல்ல பாம்புச் சட்டை; பன்றிப் புட்டை ஆகியவைகளை இடித்து நெருப்பில் போட்டுப் புகையை உண்டாக்கலாம்.

அகத்தியர் குழம்பு, கௌசிகர்மை முதலியவைகளைத் துணியில் தடவித் திரித்து, சிற்றாமணக்கு எண்ணெயில் தோய்த்து எரித்தும் புகை உண்டாக்கப்படும்.

9. மை

சில சரக்குகளை அஞ்சனக் கல்லில் இட்டு ஏதேனும் ஒரு இலைச்சாறு வார்த்து நன்றாக அரைத்து உலர்த்திப் பின் தேன் விட்டு மீண்டும் மைய அரைத்துக் கொள்வது ஒரு முறை.

சில சரக்குகளைக் கருக்கித் தேனில் அரைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

சில சரக்குகளுடன் களாபூச்சாறு, ஏதேனும் ஒரு குடிநீர், தேன் ஆகியவற்றைச் சேர்த்து நன்றாகக் காய்ச்சினாலும் மை கிடைக்கும்.

10. பொடி திமிர்தல்

கொள்ளுமா, மஞ்சள் பொடி ஆகியவைகளைத் தனியாகவோ, சூடனோடு சேர்த்தோ உடம்பில் தேய்த்து உருட்டி உதிர்க்கும் முறைக்குப் பொடி திமிர்தல் என்று பெயர். சில இலைகளும் பொடி திமிர்தலுக்குப் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

11. கலிக்கம்

சில சரக்குகளைச் சில சாறுகளை விட்டு அரைத்து உருட்டி மாத்திரையாக்கி, தேன் அல்லது தாய்ப்பால் அல்லது ஏதேனும் ஒரு சாற்றில் உரைத்துக் கண்ணிலிடும் மருந்துக்குக் கலிக்கம் என்று பெயர்.

12. நசியம்

சில சரக்குகளைச் சாறுகளால் அரைத்து மாத்திரையாக்கி, வேண்டும்போது அதைத் துணியில் முடிந்து, தாய்ப்பால் அல்லது ஏதேனும் ஒரு சாற்றில் ஊறவைத்து மூக்கில் பிழிந்துவிடும் மருந்தே நசியம் ஆகும். சில இலை அல்லது பூக்களையும் கசக்கிப் பிழிந்து விடலாம்.

13. ஊதல்

சில இலைகளை ஏதாவதொரு உப்புச் சரக்குடன் சேர்த்து வாயிலிட்டு மென்று, காது முதலியவற்றில் ஊதி விடும் முறை ஊதல் ஆகும்.

14. நாசிகாபரணம்

சில சரக்குகள் அல்லது வேர்களை நிழலில் உலர்த்தி, நன்றாக இடித்துச் சலித்த பொடியை மூக்கிலிடும் முறையே நாசிகாபரணம் ஆகும். சரக்கு அல்லது வேர்களை ஏதேனும் ஒரு சாறு அல்லது பாலில் ஊற வைத்து, நிழலில் உலர்த்தி இடித்தும் பொடி செய்து கொள்ளலாம்.

15. களிம்பு

சில பாடாணங்களைத் துவர்ப்புள்ள காய்ச்சுக்கட்டி, கடுக்காய்ப்பூ, மாசிக்காய் முதலிய சரக்குகளில் ஒன்றுடன் சேர்த்துப் பொடியாக்கி, பசு வெண்ணெயுடன் சேர்த்து ஒன்றாக அரைத்துக் கொண்டால் களிம்பு கிடைக்கும்.

16. சீலை

சில நச்சுச் சரக்குகளைத் தண்ணீரிலோ அல்லது சாறுகளிலோ அரைத்துக் குழம்பாக்கி, அதில் மெல்லிய துணியைத் தேய்த்து எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இது புண்களின் மீது போடப் பயன்படும்.

17. நீர்

சில சரக்குகளை நீரில் ஊற வைத்து, அந்நீரை இறுத்துக் கொள்ளலாம்.

அல்லது சரக்குகளைச் சேர்த்துக் குடிநீர் போல் காய்ச்சி எடுத்துக் கொள்ளலாம்.

சில நச்சுச் சரக்குகளுடன் கலந்தும் நீர் மயமாய் வைத்துக் கொள்ளலாம்.

இது புண்களைக் கழுவுவதற்குப் பயன்படும்.

18. வர்த்தி

சில நச்சுச் சரக்குகளையோ அல்லது நச்சில்லா சரக்குகளையோ பொடி செய்து, ஏதேனும் ஒரு சாறு விட்டு அரைத்துக் குழம்பாக்கி, அதில் மெல்லிய துணியை நனைத்து வர்த்திபோல் சன்னமாகச் சுருட்டி வைத்துக் கொள்ளப்படுவது வர்த்தி ஆகும்.

19. சுட்டிகை

மரத்துண்டு, ஊசி போன்றவற்றைக் கொளுத்திச் சூடேற்றி, நோயுள்ள இடத்தில் சூடு போடும் முறைக்குச் சுட்டிகை என்று பெயர். இது சிட்டிகை, சுடுகை என்ற பெயர்களாலும் அழைக்கப்படுகிறது.

20. சலாகை

இது ஒரு சிறிய மெல்லிய கருவி. முருக்கனிலைக் காம்பைப் போன்று முனை மழுக்கமாக இருக்கும். இது புரையோடும் புண்ணின் ஆழத்தை அறியப் பயன்படுத்தப்படுகிறது. சிறுநீர் துளையின் அடைப்பை அறியவும் இது பயன்படுகிறது.

21. பசை

குங்கிலியத்தை மெழுகு அல்லது சிற்றாமணக்கு எண்ணெயுடன் சேர்த்து உருக்கினால் பசை கிடைக்கும். வேண்டும்போது இதை உருக்கித் துணியில் தடவி புண்மீது போடலாம்.

22. களி

ஆளி விதை போன்ற விதைகளை அரிசி மாவுடன் சேர்த்துப் பசுவின் பால் அல்லது நீர் விட்டு அரைத்து, சட்டியிலிட்டுக் கிளறினால் கிடைப்பது களி. இது புண்களின் மீது வைத்துக் கட்டப் பயன்படும்.

23. பொடி

வெங்காரப் பொரி அல்லது சில துவர்ப்புள்ள பொருட்களை இடித்துப் பொடி, செய்து வைத்துக் கொள்ளப்படுவது. இது புண்களின் மீது தூவப் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

24. முறிச்சல்

கைகால் முதலிய உறுப்புகளில் ஏதாவது பிறழ்ச்சி ஏற்பட்டு நிலை மாறிய போது அதனைச் சரி செய்ய மேற்கொள்ளப்படும் செயலே முறிச்சல் ஆகும்.

25. கீறல்

கட்டி, பரு, கொப்புளம் முதலியவற்றில் இருக்கும் சீழ், குருதி, நீர் ஆகியவற்றை வெளியேற்றுவதற்காக அந்தக் கட்டி, பரு, கொப்புளம் ஆகியவற்றை கீறிவிடும் முறைக்குக் கீறல் என்று பெயர்.

26. காரம்

சில நஞ்சுள்ள சரக்குகளால் செய்யப்படுவது கார மருந்து. இது புண்களை ஆற்றப் பயன்படுகிறது.

27. அட்டைவிடல்

கெட்ட இரத்தம் சேர்ந்து வீக்கம் ஏற்பட்டால், அவ்விடத்தில் அட்டையை விட்டுக் கடிக்கச் செய்வர். இரத்தத்தை எல்லாம் உறிஞ்சிய பின் அட்டை கீழே விழுந்துவிடும். வீக்கமும் வற்றிவிடும்.

28. அறுவை

இது அறுவை சிகிச்சை முறையாகும்.

29. கொம்புகட்டல்

உடைந்த அல்லது முறிந்த உறுப்பை இணைத்து மீண்டும் ஒட்டிக்கொள்ளும்படி செய்வதற்காக, அவ்வுறுப்புகளின் மீது கொம்பை வைத்து கட்டும் முறையைக் குறிக்கிறது.

30. உறிஞ்சல்

புண்களில் உள்ள சீழ், குருதி முதலியவற்றைக் கருவிகளைக் கொண்டு வாயினால் உறிஞ்சி எடுக்கும் முறைக்கு உறிஞ்சல் என்று பெயர்.

31. குருதி வாங்கல்

இது நோயாளியின் உடம்பில் மிக்க இரத்தம் இருக்குமானால், அதைக் குறைப்பதற்குக் கார் இரத்தக் குழாயைக் கீறி, இரத்தத்தை வெளிப்படுத்தும் செயலைக் குறிக்கின்றது.

32. பீச்சு

மலம் வெளிப்படாமல் கீழ்வாயில் அடைபட்டு இருக்கும் போது, அதை வெளிப்படுத்த குழாய் மூலம் தண்ணீரைப் பீச்சும் முறை இவ்வாறு அழைக்கப்படுகின்றது.

புற மருந்துகளின் ஆயுட்காலம்

அக மருந்துகளைப் போல் புற மருந்துகள் அனைத்தும் மருந்துப் பொருட்கள் அல்ல. அவற்றுள் தொக்கணம், அட்டைவிடல், அறுவை, கொம்புகட்டல், உறிஞ்சல், குருதி வாங்கல், பீச்சு போன்றவைகள் மருந்தில்லாமலே செய்யப்படும் மருத்துவச் செயல்பாடுகளாகும். கட்டுதல், பற்று, ஒற்றடம், பூச்சு, வேது, பொட்டணம் ஆகியவைகளில் பயன்படுத்தப்படும் மருந்துகள் அப்போதைக்கப்போது தயார் செய்து பயன்படுத்த வேண்டியவை. மை, கலிக்கம், நசியம் முதலிய ஒரு சில மருந்துகளே முன்கூட்டியே தயார் செய்து இருப்பில் வைத்துப் பயன்படக்கூடியனவாகும். அவைகளின் ஆயுட்காலம் என்ன என்பதையும் சித்த மருத்துவர்கள் வரையறை செய்துள்ளனர். அது வருமாறு:

வ. எண்.	மருந்துகள்	ஆயுட்காலம்
1.	நாசிகாபரணம், நீர், வர்த்தி, பொடி	3 மாதம்
2.	களிம்பு, சீலை	6 மாதம்
3.	மை, கலிக்கம், நசியம், பசை, பூச்சு	1 ஆண்டு

16

மூலிகை மருத்துவம்

மரு. கு. கணபதி

முன்னுரை

இன்றைய நவீன யுகத்தில் மூலிகைகளால் செய்யப்படும் மருத்துவம் ஒரு முக்கியமான இடத்தைப் பிடித்திருக்கிறது என்று சொன்னால் அது மிகையாகாது. ஆனால் அவற்றைப் பயன்படுத்துவோர் சரியான முறையில்தான் கையாளுகிறார் களா? என்பது ஒரு கேள்விக்குறியாகவே உள்ளது.

மூலிகை மருத்துவமானது ஆரம்பகால கட்டங்களில் நமது இந்தியாவிலும், நம் அண்டை நாடான சீனாவிலும்தான் மிக அதிக அளவில் உபயோகப்படுத்தப்பட்டு வந்தது. இன்றைய அளவில் இவ்விரு நாடுகளிலும் மிக அதிக அளவு நடைமுறை படுத்தப்பட்டும் வருகிறது. இதன் அருமை பெருமைகளை இந்நூற்றாண்டில்தான் அமெரிக்கா, ஐரோப்பிய நாடுகள் உணர்ந்து அவற்றைக் கையாளத் தொடங்கியுள்ளன. உலக சுகாதார நிறுவனமும் இதற்கென்றே அதாவது பாரம்பரிய மருத்துவத்திற்கான ஒரு மையத்தையும் (Centre for Traditional Medicines) தொடங்கியுள்ளது என்பது ஒரு பெருமைக்குரிய செயலாகும்.

ஆனால் இந்த மூலிகை மருத்துவத்தைக் கையாளுகையில் அதன் தன்மை, அவற்றின் சுவை, அவற்றைக் கொண்டு எந்த விதமான நோய்களைக் குணப்படுத்தலாம் என்பதெல்லாம் சித்த மருத்துவ நூல்களின் வாயிலாக மட்டுமே நாம் தெரிந்து கொள்ளலாம். அவைகளைப் பற்றி இனிக் காணலாம்:

மனித உடலமைப்பும் நோய் தாக்கும் விதங்களும்

மனித உடலமைப்பை நமது சித்தர்கள் மிகத் தெளிவாக விவரித்துள்ளனர். மனித உடலானது மண், நீர், தீ, வாயு, ஆகாயம் என்ற பஞ்ச பூதங்களால் ஆனது என்றும்; சாரம், செந்நீர், மாமிசம், கொழுப்பு, எலும்புகள், எலும்பு மஜ்ஜை, விந்து அல்லது சுரோணிதம் என்கிற ஏழு உடல்கட்டுகளால் ஆனது என்றும்; வாதம், பித்தம், கபம் என்ற முத்தாதுக்களால் ஆனது என்றும் ; சத்துவம், இராஜசம், தாமசம் என்ற முக்குணங்களை உடையது என்றும் சித்தர்கள் விவரித்துள்ளனர். மேற்கண்ட குணங்கள் யாவும் தேகத்தில் ஒன்றுக்கொன்று சரியான விகிதத்தில் பிணைந்திருக்கும் போது நமது தேகம் நோய்வாய்ப் படுவதில்லை. உதாரணத்திற்கு, சாரம் என்கிற இரசம் (Body fluids) நம் உடலில் மிகைப்பட்டால், உடல் அக்கினி மந்தப்படல், வாய் நீரூறல், ஊக்கம் குறைதல், இரைப்பு, உப்புசம், இருமல், மிகு தூக்கம், உடல் முற்றும் உள்ள கட்டுகள் தளரல், உடல் கனமாகத் தோன்றல் போன்ற குறிகுணங்களையும்; அதுவே குறைவுபடும் பொழுது, தோல் சுரசுரப்படைதல், மெய்வருத்தம், இளைப்பு, வாட்டம், அதிக ஒலி கேட்கப் பெறாமை போன்ற குறிகுணங்களையும் ஏற்படுத்தும்.

இதுபோல் பஞ்சபூதங்கள் அனைத்தும் இரண்டிரண்டு அம்சங்களாகக் கூடி ஒரு சுவையை உருவாக்குகின்றன. இந்தச் சுவைகளை நம் உடல் அதிகமாகக் கொண்டுள்ள போது முத்தாதுக்கள் கேடடைய வாய்ப்புள்ளது. தாதுக்கள் கேடடையும்போது மனித உடல் நோய்க்கு உட்பட்டிருக்கிறது என்பதே இதன் விளக்கம். உதாரணத்திற்கு மண் பூதமும், நீர் பூதமும் ஒன்று கூடி இனிப்புச் சுவை உண்டாகிறது. இனிப்புச் சுவை மிகுதியாகில் நம் உடலில் கொழுப்பும், கோழையும், கப நோய்களும் உண்டாகும். உடல்பெருத்தல், பசி, கண்டமாலை, சிறுநீர் தொடர்பான நோய்கள் போன்ற மாற்றங்கள் நிகழ்கின்றன.

இதே போல் வாதத்தை மிகுதிபடுத்தும் சுவைக்கும், பித்தத்தை மிகுதிபடுத்தும் சுவைகளிலும், கபத்தை மிகுதிபடுத்தும் சுவைகளும் நம் உடலில் நோய்களை உண்டாக்கும் காரணிகளாகின்றன. இங்குதான் மூலிகை மருத்துவம் நோய்வாய்ப்பட்ட உடலிலிருந்து நம்மை எவ்வாறு பாதுகாக்கின்றது என்பது ஒரு அதிசய நிகழ்வாகும்.

மூலிகைகளின் மருத்துவ குணம்

ஒவ்வொரு மூலிகையும், அதற்கென்றே ஒரு சுவையையும், வீரியத்தையும், விபாகத்தையும், பிரபாவத்தையும் பெற்றுள்ளன என்பதைச் சித்தர்கள் அழகாகக்

கூறியுள்ளனர். அதாவது ஒரு மூலிகையை நாம் வாயிலிட்டு உணரக்கூடிய சுவையானது முதல் தன்மையாகவும், அது செரிமானமான பிறகு மாற்றமடையும் சுவை அதன் விபாகமென்றும், அது நம் உடலில் குளிர்தன்மையை ஏற்படுத்துகிறதா? வெப்புத்தன்மையை ஏற்படுத்துகிறதா? என்பது அதன் வீரியத்தையும், அது நம் உடலில் ஏற்படுத்தும் சிறப்பான மாற்றங்களைப் பிரபாவம் எனவும் வகைப்படுத்துகிறார்கள்.

உலகில் உள்ள பொருள்கள் யாவும் இருவிதத் தன்மைகளாகத்தான் இருக்க வேண்டும். ஒன்று வெப்பத் தன்மை, மற்றொன்று குளிர் தன்மை. இதற்கு நம் உடலும் சரி, மூலிகைகளும் சரி விதிவிலக்கல்ல. இங்கு நாம் கவனிக்க வேண்டியவை என்னவெனில் அறுசுவைகளில் மூன்று சுவைகள் வெப்புத் தன்மையை அதிகப்படுத்துவதாகவும், மீதி மூன்று சுவைகள் குளிர் தன்மையை அதாவது சீதத் தன்மையை அதிகப்படுத்துவதாகவும் உள்ளன.

அறுசுவைகளில் மிகுதிபடும் சுவை அதற்குரிய தாதுவைக் கேடடையச் செய்கிறது. அதனைச் சமனப்படுத்தக்கூடிய மூலிகைகளைப் பயன்படுத்தி, கேடடைந்த அத்தாதுவை அதற்குரிய நிலையில் ஒழுங்குப்படுத்திக் கொண்டு வந்து நம் உடலை நோயிலிருந்து பாதுகாப்பதே மூலிகை மருத்துவத்தின் தலையாய நோக்கமாகும்.

உதாரணத்திற்கு இனிப்புச் சுவையை எடுத்துக் கொண்டால், இனிப்புச் சுவை நம் உடலுக்கு ஊக்கமளிப்பதாகவும், நோயால் பாதித்த உடலைத் தேற்றவும், உடலுக்கு அழகை உண்டாக்குவதாகவும் உள்ளது. மேலும் தாகத்தைத் தணிக்கக் கூடியதாகவும், உடல் எரிச்சலை நீக்கக் கூடியதாகவும், தோல் மற்றும் முடிகளை வளர்க்கக் கூடியதாகவும், குரல் வளத்தையும், உடலுக்கு ஆற்றலைக் கொடுக்கக் கூடியதாகவும் உள்ளது.

மேற்கண்ட குணாதிசயங்களை நம் உடல் பெற வேண்டுமென்றால் இனிப்புச் சுவையுடைய மூலிகைகளான வாதுமை, பேரீச்சை, அதிமதுரம் போன்றவைகளை நாம் எடுத்துக் கொள்ளலாம். இவ்வாறாக அனைத்து மூலிகைகளின் உபயோகங்களும் வரையறுக்கப்படுகின்றன.

கலப்புச் சுவையுள்ள மூலிகைகள்

சில மூலிகைகள் ஒன்றுக்கு மேலான சுவையினைப் பெற்று, நோய் தீர்க்க வல்லவை. உதாரணத்திற்கு:

- ❖ இனிப்பும், காரமும் சேர்ந்துள்ள இலவங்கம், வெந்தயம், வெங்காயம் ஆகியன வாத நோய்க்குப் பயன்படுகின்றன.
- ❖ இனிப்பும், கசப்பும் கலந்த அதிமதுரம் பித்த நோய்க்கு ஏற்றதாக உள்ளது.
- ❖ இனிப்பும், புளிப்பும் கலந்த ஆரஞ்சு வாத நோய்க்கு உதவுகிறது.
- ❖ உப்புச்சுவை நீங்கலாக உள்ள கடுக்காய் அனைத்து நோய்களுக்கும் தாயை விட மிகச் சிறந்ததாகப் போற்றப்படுகிறது.

இவ்வாறாக சுவையினை அடிப்படையாகக் கொண்டே நம்மைத் தாக்கும் நோய்களிலிருந்து பாதுகாக்கவும், இனி நோய் வராதிருக்கவும் மூலிகை மருத்துவத்தை உலகம் ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும். இனி மூலிகைகள் நம் உடலில் ஏற்படுத்தும் மருத்துவ குணங்களைப் பற்றி ஆராய முற்படுவோம்.

மூலிகைகளின் மருத்துவச் செய்கைகள்

ஒவ்வொரு மூலிகையும் இரண்டு அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட மருத்துவச் செய்கைகளைக் கொண்டதாக உள்ளது என்பது உண்மை. உதாரணத்திற்கு உடல் தேற்றிச் செய்கையுள்ள மூலிகை நம் உடலில் கீழ்க்கண்ட மாற்றங்களை ஏற்படுத்துகிறது.

- ❖ இரத்த சுத்திகரிப்பு
- ❖ நச்சுப் பொருள்களை வெளியேற்றல்
- ❖ தொற்று நோய்களிலிருந்த தடுப்பு
- ❖ கிருமி தடுப்பு
- ❖ கட்டி, புண், புரைகள், புற்று நோய்ப் புண்கள் ஆகியவை விரைவில் ஆற
- ❖ முகப்பரு, தோல் தடிப்பு, கொப்புளம் போன்றவற்றைக் குணப்படுத்த

இது போன்று பல செய்கைகள் மூலிகைகளுக்கு உள்ளன.

தயாரிப்பும் உபயோகமும்

அடுத்த கட்டமாக இந்த மூலிகைகளை எந்த முறையில் மருந்தாகத் தயாரித்து, எவ்வகையில் அவற்றை உபயோகப்படுத்த வேண்டும் என்பதைக்

கவனிக்க வேண்டும். இதில் பல வகைகள் முக்கியமானவை என்றாலும் மிக எளிமையான முறைகளை வகைப்படுத்தலாம்:

சாறு

இது பச்சை மூலிகைகளைக் கொண்டு வந்து அப்பொழுதே நசுக்கியோ, இடித்தோ ஒரு நீர்வரக்கூடிய துணியில் இட்டுப் பிசைந்து சாறாக்கிக் கொள்வதாகும்.

உதாரணம்: பூண்டு, இஞ்சி, எலுமிச்சை, வெங்காயம்.

கற்கம்

இது பச்சை மூலிகையினை அவ்வாறே அரைத்துப் பசை போல் ஆக்கிக் கொள்வது. உலர்ந்த மூலிகையினை நீர்விட்டு அரைத்துப் பசை பதம் போல் ஆக்கிக் கொள்வது.

குடிநீர்

இது மூலிகையின் பல பாகங்களையோ, அல்லது ஒரு பாகத்தையோ அதன் உலர்ந்த தன்மையில் ஒன்றிரண்டாக இடித்து, 1 பங்கிற்கு 4,8,16,32 என்ற பங்கில் நீர்விட்டு எரித்து அந்த நீரானது 4 இல் 1 பங்காக, 8-இல் 1 பங்காக, 16-இல் 1 பங்காகச் சுண்டும் வரை எரித்து வடிகட்டி 1 அவுன்ஸ் அல்லது 2 அவுன்ஸ் வரை நோய்க்குத் தக்கவாறு பருகுவது.

இங்கு நாம் கவனிக்க வேண்டியது என்னவென்றால் மூலிகைகளை மருந்தாக்கும் நிலையில் எவ்வகையான பாத்திரங்களை உபயோகப்படுத்த வேண்டும் என்பதாகும்.

- ❖ அனைத்து வியாதியினர்க்கும் மண் பாத்திரம் சிறந்தது
- ❖ வாத நோயாளிகளுக்கு இரும்பு பாத்திரம் நன்று
- ❖ பித்த நோயாளிகளுக்கு வெள்ளி பாத்திரம் நன்று
- ❖ கப நோயாளிகளுக்குத் தாமிரப் பாத்திரம் நன்று

என்று பண்டைய நூல்கள் கூறுகின்றன.

சூரணம்

இது மூலிகைகளின் சில பாகங்களையோ அல்லது முழுவதுமோ நன்கு ஈரம் போக உலர்த்தி, நைய இடித்து, நுண்கண்ணுள்ள துணியில் வடிகட்டி,

பத்திரப்படுத்திக் கொள்வது. இதற்கு அனுபானமாக தேன், நெய், சர்க்கரை, பால், வெந்நீர் போன்றவற்றை உபயோகப்படுத்தி நோயிலிருந்து விடுபடலாம்.

மாத்திரை

சூரணங்களைக் குடிநீர்கள் கொண்டு அரைத்து, தேவையான அளவில் உருட்டி, நோய்க்குத் தக்கவாறு பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

தைல வகைகள்

இது 1 பங்கு மூலிகை பொருட்களுடன் 4 பங்கு எண்ணை ஊற்றி அதற்கு 16 பங்கு நீர்விட்டு, சிறு தீயாக, 4 முதல் 8 மணிநேரம் அனைத்து நீரும் ஆவியாகும் வரை எரித்து எடுத்து வடிகட்டிக் கொள்ளும் ஒரு முறையாகும்.

இவை பிடித்தைலமாகவும், முடித்தைலமாகவும், புண், விரணத்திற்கு இடும் சிலைத் தைலமாகவும், மூக்கிற்கு இடும் நசியமாகவும் உபயோகப்படும்.

இவைகளைக் குற்றத்திற்கேற்றவாறு வேறுபடுத்தி, தைலம் செய்து பலன் கண்டறியலாம்.

இது போன்று மணப்பாகு, நெய், இலேகியம், இரசாயனம், பிட்டு, வடகம், வெண்ணெய் ஆகிய வகைகளிலும் மருந்தாகப் பயன்படுத்தலாம்.

மூலிகை மருத்துவம் என்பது என்ன? அவற்றை முறையாக, சரியாக எந்த விதமான நோய்களில், எந்தச் சுவையுள்ள மூலிகைகளைப் பயன்படுத்த விழையலாம்? என்ற அடிப்படைத் தத்துவங்களை அறிந்து செயல்படுவது சித்த மருத்துவர்களின் கடமையாகும்.

இந்நூலில் இடம்பெற்றுள்ள 'மருந்து' என்னும் கட்டுரையில், மூலிகை மருந்துகளைப் பற்றி விரிவாகக் காணலாம்.

17

உலோக மருத்துவம்

மரு. கு. கணபதி

முன்னுரை

'இரசவாதம்' என்பது ஒரு மட்ட உலோகத்தைத் தனிக்கூறுகளாகச் சிதறச் செய்து, அதனுடன் தனிப் பொருள் சேர்ந்து ஒரு மறு கூட்டுப் பொருளாக மாற்றச் செய்கிற விஞ்ஞானக் கலையாகும். அதாவது ஒரு சாதாரண உலோகத்தைப் பொன்னாக்கும் முயற்சியாகும்.

'வாதம் கெட்டால் வைத்தியம்' என்பதற்கிணங்க ஒரு இரசவாதியின் மகனே சிறந்த மருத்துவனாகத் திகழ்கிறான். இரசவாதம் இயற்கையின் நுண் அறிவுத் திறனாகவே கருதப்படுகிறது. உலோகத்திலான மருந்து செய்முறைகள் புடமிட்டு நீற்றுதல், பதங்கமாக்கல், மூலப்பொருள்களைச் சேர்த்தல், கட்டுதல் அல்லது உறையச் செய்தல், பொங்கி எழுச் செய்தல் முதலியவையாகும். எனவே சித்தர்கள் உலோக மருத்துவத்தில் சிறந்த புலமை பெற்றிருந்தார்கள். அவர்கள் நட்புச் சரக்கு, பகைச் சரக்குகளைப் பற்றி நன்கு விளக்கியுள்ளார்கள். இதன் காரணமாக தீவிர நச்சுப் பொருள்களாகக் கருதப்படும் பாடாணங்கள், இரசம் மற்றும் அதன் வகைகள், மேலும் பால்துத்தம் போன்றவைகள் சிறந்த மருந்துப் பொருள்களாகத் தயாரிக்கப்பட்டு உபயோகப்படுத்தப்படுகின்றன. தனிப் பொருள்களின் சுத்தி முறைகள் சிறப்பாகக் கூறப்பட்டிருப்பதன் காரணமாக, அவற்றின் நச்சுத்தன்மைகள் நீக்கப்படுகின்றன.

பற்பங்களும், செந்தூரங்களும் இரும்பு, இரசம் போன்ற உலோகங்களினால் செய்யப்பட்டு பயன்படுத்தப்படுகின்றன. மூலிகைகளினால் செய்யப்படும் மருந்துகள் ஒரு வருடம் வரை உபயோகப்படுத்தப்படுகின்றன. ஆனால் பற்ப,

செந்தூரங்களோ மருத்துவ வீரியம் குறையாமல் பல ஆண்டுகளுக்கு வழங்கப்படுகின்றன. மேலும் மூலிகை மருந்துகளைக் காட்டிலும் மிகவும் சிறிய அளவிலேயே, அதிகளவு வீரியத்துடன் காணப்படுகின்றன. நாட்பட்ட நோய்களையும் குணப்படுத்துகின்றன.

மேலும் தைலம், களிம்புகள் முதலியன தோல் நோய்களுக்கும், உடலில் வலி மிகுந்து காணப்படும் நோய் நிலைகளுக்கும் வெளியே பூசுவதற்காகப் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

உலோக வகைகள், காரசாரங்கள், பாடாணங்கள், உபரசம், மருந்து வகைகள், நஞ்சு நீக்கம், நோய்களுக்கு மருந்துகளைக் கொடுக்கும் போது சேர்க்கப்படவேண்டிய பிறமருந்துகள் ஆகிய இவற்றினை இனிப் பார்ப்போம்.

தாதுப் பொருள்

உலோகம், காரசாரம், பாடாணம், உபரசம் என்னும் நான்கு பிரிவுகளை உடையது தாதுப்பொருள். இவற்றுள்

உலோகம்	11
காரசாரம்	25
பாடாணம்	64
உபரசம்	120

வகைகளைக் கொண்டனவாகும். ஆக தாதுப்பொருட்களின் தொகை 220 ஆகும். இனி இவற்றைத் தனித்தனியே காணலாம்.

உலோகம்-11

1. தங்கம், 2. வெள்ளி,3. செம்பு, 4. நாகம், 5. உருக்கு, 6. இரும்பு, 7. வெண்கலம், 8. பித்தளை, 9. தரா, 10. காரீயம், 11. வெள்ளீயம்.

இந்த உலோகம் பதினொன்றும் இயற்கை உலோகம், செயற்கை உலோகம் என இருவகைப்படும்.

இயற்கை உலோகம்

1. தங்கம், 2. வெள்ளி, 3. செம்பு, 4. உருக்கு, 5. இரும்பு, 6. காரீயம், 7. வெள்ளீயம், 8. நாகம்.

செயற்கை உலோகம்

1. வெண்கலம், 2. பித்தளை, 3. தரா.

இயற்கை உலோகம் என்பது பிறப்பு உலோகம். செயற்கை உலோகம் என்பது வைப்பு உலோகம். சில உலோகங்களை ஒன்றோடொன்று சேர்த்துச் செய்யப்படுவது செயற்கை உலோகம் எனப்படும்.

பஞ்சபூத உலோகங்கள்

தங்கம் -பிருதிவி பூத உலோகம்

காரீயம் - அப்பு

செம்பு-தேயு

இரும்பு-வாயு

நாகம்-ஆகாயம்

மூவகை உலோகங்கள்

பொன், வெள்ளி, செம்பு.

ஐவகை உலோகங்கள்

பொன், வெள்ளி, செம்பு, ஈயம், வெண்கலம்.

எழுவகை உலோகங்கள்

பொன், வெளி, செம்பு, இரும்பு, ஈயம், வெண்கலம், தரா.

எண்வகை உலோகங்கள்

பொன், வெள்ளி, செம்பு, இரும்பு, வெண்கலம், தரா, வங்கம், நாகம்.

ஒன்பது வகை உலோகங்கள்

பொன், வெள்ளி, செம்பு, ஈயம், வெண்கலம், நாகம், வெள்வங்கம், கருவங்கம், அயம்.

உலோகத் தொகையை இவ்வாறாகக் கூறாமல் உலோகக் கணக்கில் சேராத உபரசத்தில் அடங்கிய இரண்டொரு சரக்குகளையும், உலோகத்தில் இரண்டொன்றையும் கூட்டி 'திரிலோகச் செந்தூரம்' எனவும், 'பஞ்சலோகச் செந்தூரம்' எனவும் வகைப்படுத்தி உள்ளனர்.

திரிலோகம்

இரும்பு, அப்பிரகம், காந்தம் என்பவைகளின் சேர்க்கை.

பஞ்சலோகம்

தங்கம், வெள்ளி, செம்பு, காந்தம், இரும்பு ஆகியவைகளின் சேர்க்கை.

காரசாரம்-25

காரசாரம் இயற்கை, செயற்கையென இருவகையுள் அடங்கும். இயற்கை உப்புப் பத்து, செயற்கை பதினைந்து.

இயற்கை உப்பு -10

1. சூடன், 2. சீனம், 3. பூநீறு, 4. வளையலுப்பு, 5. கல்லுப்பு, 6.பச்சைக் கற்பூரம், 7.கறியுப்பு, 8.பொன்னம்பர், 9. மீனம்பர், 10. கடல் நுரை.

செயற்கை உப்பு - 15

1. இந்துப்பு, 2. பொட்டிலுப்பு, 3. வெங்காரம், 4. துருசு 5. எவட்சாரம், 6. நவாச்சாரம், 7. சத்திச்சாரம், 8. ஏகம்பரசாரம், 9. கெந்தியுப்பு, 10. திலாலவணம், 11. கெந்திலவணம், 12. காயச்சுலவணம், 13. சிந்துலவணம், 14. காசிலவணம் 15. வெடியுப்பு என்பன.

பஞ்சபூத உப்பு

பிருதிவி - கல்லுப்பு

அப்பு - சத்திச்சாரம்

தேயு - வெடியுப்பு

வாயு - சீனம்

ஆகாயம் - பூநீறு

பஞ்சவுப்பு

1. கரியுப்பு, 2. இந்துப்பு, 3. வளையலுப்பு, 4. கல்லுப்பு, 5. வெடியுப்பு என்பன பஞ்சவுப்பாம்.

பாடாணம்-64

பாடாணம் அறுபத்து நான்கில் இயற்கை பாடாணம் முப்பத்திரண்டு எனவும் செயற்கை பாடாணம் முப்பத்திரண்டு என்றும் சொல்லப்படும்.

பிருதிவி - அரிதாரம்

அப்பு - சவ்வீரம்

தேயு - கௌரி

வாயு - வெள்ளை

ஆகாயம்-இலிங்கம்

என்பன பஞ்சபூதப் பாடாணங்களாம்.

உபரசம் -120

பஞ்சபூத உபரசம்

பிருதிவி -பூநாகம், இராசவர்த்தம், அப்பிரகம், ஊசிக்காந்தம்.

அப்பு - நண்டு, நத்தை, சங்கு, முட்டை, பொற்கிளிஞ்சல்.

தேயு - வெள்ளைக்கல், இந்திரகோபம், கழுதை வண்டு, நிமிளை எழும்பு.

வாயு - கல்மதம், கல்நார், மயிர், அன்னபேதி, சாத்திரபேதி.

ஆகாயம் - சுக்கான்கல், வைகிராந்தம், கற்சவடு, சாளிகிராமம், இரசிதசிலை.

மெழுகு

இது அரைப்பு மெழுகு, சுருக்கு மெழுகு என இரண்டு வகைப்படும்.

அரைப்பு மெழுகு

இது சில இரசக் கலப்புள்ள சரக்குகளைத் தனித்தாவது, அவற்றுடன் சில கடைச்சரக்குகளைச் சேர்த்தாவது, உப்புகளைத் தனித்தாவது அவற்றுடன் தேனிலாவது அரைத்து மெழுகு பக்குவமாகச் செய்து கொள்வது.

சுருக்கு மெழுகு

சில இரசச் சரக்குகளையாவது, பாடாணங்களையாவது, பல வகை மூலிகைகளின் சாற்றாலாவது, சில நெய்ப்பசையுள்ள தைலங்களிலாவது சுருக்குக் கொடுத்து, அவை இளகி மெழுகு பதமாகும்போது, எடுத்துக் குழிக்கல்லிலிட்டு பக்குவமாக அரைத்து எடுத்து வைத்துக்கொள்வது.

எடுத்துக்காட்டு: அயமெழுகு.

குழம்பு

இது சில சாறுகளைக் கலந்தாவது, தனிச்சாறாகவாவது ஒரு சட்டியிலிட்டு சர்க்கரை கூட்டிச் சில சரக்குகளைப் பொடி செய்து துணியில் வடிகட்டி, அதில் இட்டு, குழம்பு பக்குவத்தில் காய்ச்சி எடுத்துக் கொள்வதாகும்.

எடுத்துக்காட்டு: சாதிசம்பீரக் குழம்பு.

பதங்கம்

இது இரசத்தை மாத்திரம் தனியாகவாவது, அதனுடன் இரசக்கலப்புள்ள மருந்துகளைக் கலந்தாவது ஒரு மண்சட்டியில் உப்பும் செங்கல் மாத்தூளும் இட்டு, அதன் மேல் மேற்கூறிய பொருளை அப்படியேயாவது, ஒரு மூசையில் போட்டாவது வைத்து, மேலே உப்பு மூடி, சட்டியைக் கவிழ்த்து, சீலை மண் செய்து அடுப்பேற்றி, அதற்குச் சொல்லப்பட்டிருக்கிற நாழிகையளவாயும், தீயினளவாயும் எரித்து அசையாமல் கீழிறக்கிப் பிரித்து, மேற்சட்டியில் ஏறியிருக்கிற மருந்துகளைப் பக்குவமாய் எடுத்து வைத்துக் கொள்வதாகும்

எடுத்துக்காட்டு: இரசப்பதங்கம்.

செந்தூரம்

இது உலோகங்களையாவது, பாடாணாதிகளையாவது சில இலைச்சாறுகளாலாவது, உப்புப் புகை நீரினாலாவது, செய்நீரினாலாவது அரைத்துப் புடம் போட்டாவது, எரித்தாவது, வறுத்தாவது, அரைத்து வெயிலில் வைத்தாவது சிவக்கும்படி செய்து எடுத்துக் கொள்வது.

எரித்துச் சிவக்கச் செய்வன - மிருத்யுஞ்சயம் போன்றவை

வறுத்துச் சிவக்கச் செய்வன - அயவீரச் செந்தூரம்

அரைத்துச் சிவக்கச் செய்வன - சண்டமாருதச் செந்தூரம்

மற்றவை அயச் செந்தூரம் போன்றவை.

நீறு, வெண்ணீறு அல்லது பற்பம்

இது உலோகங்களையாவது, பாடாணங்களையாவது, உபரசங் களையாவது, சில இலைச்சாறுகளினாலாவது, உப்புப் புகை நீரினாலாவது, செய்நீரினாலாவது, அரைத்துப் புடம் போட்டாவது, வறுத்தாவது, எரித்தாவது, ஊதியாவது வெளுக்கும்படி செய்து எடுத்துக் கொள்வது.

பற்பங்களின் நிறம்

நீறிருந்த படிக வெல்லாம் நிறமது வெளுப்பே யாகும்
வேறிந்த வெளுப்பை யல்லாமல் வேறுநிறம் பற்பமன்று
கூறிந்தத் தங்க மாத்திரம் குலம் பொய்யா நிறமு மஞ்சள்
வாறிந்தப் படியே யல்லால் மற்றெல்லா மருட்டுத் தாமே.

எனுஞ் செய்யுளால் தங்க நீற்றின் நிறம் மாத்திரம் மஞ்சள் என்பதை உணர வேண்டும். மற்றவை எல்லாம் வெண்மை.

கட்டு

இது பாடாணங்களைத் தனித்தனியாகவாவது, இரண்டு முதற் கலந்தாவது, சில சரக்குகளைச் சேர்த்திறக்கப்பட்ட புகை நீரிலாவது, செய் நீரினாலாவது, இலைச் சாறுகளாலாவது, குடிநீர்களாலாவது, தேனாலாவது, தாய்ப் பாலாலாவது, சில சரக்கு சேர்ந்த குழிப்புட நெய்யாலாவது, தனிச்சரக்குக் குழிப்புட நெய்யாலாவது சுருக்கு கொடுத்து கட்டிக் கொள்வது. கட்டுகள் மாத்திரைக்கல் எனவும் சொல்லப்படும்.

சத்து

இது காந்தம், இரும்புத்தூள், மற்ற உபரசம் முதலியவற்றோடு சில பாடாணாதிகளைச் சேர்த்து, வெண்கருச் செய்நீரால் அரைத்துலர்த்தி, மூசையிலிட்டுச் சீலை செய்து, மூன்று முறை ஊதி எடுக்க வரும் வங்கங்களோடு, தங்கமும் இரசமும் கந்தகமும் சேர்த்து அரைத்துக் குப்பியிலிட்டு எரித்துச் செந்தூரம் ஆக்கிக்கொள்வது.

குருகுளிகை

இது வாலை ரசத்தைச் சில சரக்குகளால் கட்டி, மணிமணியாகச் செய்து கொள்வது.

இவ்வாறாக சொல்லப்படுகின்ற உலோகம், உபரசம் மற்றும் தாதுப் பொருட்களைக் கொண்டு செய்யப்படுகின்ற இம்மருந்துகளின் ஆயுட்காலம் எவ்வளவு என்று காண்போம்:

மெழுகு, குழம்பு - இவை ஐந்தாண்டுகள் வன்மையுடையன

இரசப்பதங்கம் - இதற்கு ஆயுள் பத்தாண்டு

செந்தூரம் -எழுபத்தைந்தாண்டு

நீறு, கட்டு, உருக்கு, களங்கு - நூறாண்டு

சுண்ணம்-ஐநூறாண்டு

கற்பம், சத்து, குருகுளிகை - இவை அநேக ஆண்டுகள் வன்மை உள்ளனவாய் இருக்கும்.

ஆகையினால் இம்மருந்துகளை அந்தந்தக் கால அளவிற்கு மேல் பயன்படுத்துதல் கூடாது. மேற்கூறிய இம்மருந்துகள் உள் மருந்துகளாக

பயன்படுத்தப்படுகின்றன. இவையன்றி வெளிமருந்துகளிலும் உலோகம், முதலான சரக்குகளைப் பயன்படுத்திச் செய்யப்படுகின்றன. மருந்துகளை இனிச் காண்போம்:

உருக்கு

இது பாடாணங்களையாவது, உலோகங்களையாவது கூட்டியோ அல்லது பகைச்சரக்குகளைக் கூட்டியாவது மூசையிலிட்டு மேலே மூடி, மண் சீலை செய்து, கட்டைகளின் இயற்கைக் கரியிட்டு ஊதி இளகச் செய்து ஆறவிட்டு எடுப்பது.

களங்கு

இது பாதரசம் முதலிய சரக்கை இலைகளின் சாறுகளாலாவது, செய்நீர்களாலாவது, புகைநீர்களாலாவது சுருக்குக் கொடுத்துப் புடம் இட்டுக் கட்டிக் கரியிலிட்டு ஊதி மணியாக்கி உருக்கித் தங்கமும், நாகமும் கூட்டி ஆறவைத்து எடுத்துக் கொள்வது.

சுண்ணம்

இது பாதரசத்தைத் தனியாகவாவது, பாடாணங்களைத் தனியாகவாவது, உலோகங்களைத் தனியாகவாவது, கலந்தாவது கல்வத்திலிட்டு சில சாறுகளாலாவது, செய்நீர்களாலாவது, புகை நீர்களாலாவது அரைத்துருட்டி உலர்த்தி, மூசையிலிட்டுச் சீலை செய்துலர்த்தி கரிநெருப்பிலிட்டு ஊதி எடுத்து, ஆற வதைத்தபின் எடுத்துக் கொள்வது.

கற்பம்

இது சில இலைகளையாவது, வேர்களையாவது, சரக்குகளையாவது, உலோக, உபரசச் சத்துகளையாவது, அவற்றிற்குக் கூறப்பட்டுள்ள பத்தியப் படியும், நாளளவுப் படியும், ஏற்றியும், இறக்கியும் உண்டு வரச் சொல்லியபடி செய்து கொள்வது.

இது நாள்தோறும் தயார் செய்து சாப்பிடுவதும், முன்னர் முடித்து வைத்திருந்து உண்பதும் என இரு வகைப்படும்.

முன்னர் முடித்து வைத்திருந்திருப்பன உலோகச் சத்து, உபரசச்சத்து முதலியன. இவை அகத்தியர் செந்தூரம் முந்நூறு முதலிய நூல்களில் சொல்லப்படுவன.

மூலிகை கற்பங்களாவன தேரர் யமக வெண்பாவிலும் மற்ற சித்தர் நூல்களிலும் சொல்லப்படும் மூலிகைகளாகும்.

களிம்பு

இது சில பாடாணங்களைத் துவர்ப்புள்ள காய்ச்சுக்கட்டி போன்ற சரக்குகளுடன் பொடியாக்கிப் பசுவெண்ணெய் சேர்த்து நன்றாய் அரைத்து வைத்துக் கொள்வது.

சீலை

இது சில நச்சுச் சரக்குகளைத் தண்ணீரிலாவது, சாறுகளிலாவது அரைத்துக் குழம்பாக்கி, அதில் துணித்துண்டைத் தேய்த்து விரணங்களுக்கு உபயோகிப்பது.

களிம்பு, சீலை இவைகளின் ஆயுட்காலம் ஆறு திங்கள்.

நீர்

இது விரணங்களைக் கழுவுவதற்குச் சில சரக்குகளை நீரில் ஊற வைத்தாவது, குடிநீராகக் காய்ச்சியாவது, சில நச்சுச் சரக்குகளை நீரில் அரைத்துக் கலந்தாவது நீர்மயமாய் வைத்துக் கொள்ளுதலாம்.

வர்த்தி

இது சில நச்சுச் சரக்குகளைப் பொடி செய்து, சில சாறுகளால் அரைத்துக் குழம்பாக்கி, அதில் சீலையை நனைத்தாவது, சில சரக்குப் பொடிகளைத் துணித்துண்டில் வைத்தாவது திரித்து, ஆறாத விரணங்கட்கும், புரையோடும் விரணங்களுக்கும் வைப்பது.

பொடி

இது வெங்காரப்பொடி அல்லது சில துவர்ப்புள்ள சரக்குகளின் பொடி. இவைகளை விரணத்தின் மீது தூவலாம்.

நீர், வர்த்தி, பொடி இவை மூன்று திங்கள் வன்மை உடையன.

பசை

இது குங்கிலியம் முதலியவைகளை மெழுகுடன் சேர்த்தோ, சிறிது நெய்யுடன் சேர்த்தோ உருக்கிப் பசையாக வைத்துக் கொள்வது.

இது ஓராண்டு வன்மையுடையது.

காரம்

இது விரணத்தை ஆற்றுவதற்காவது, தோற்றுவிக்கவாவது உபயோகப் படுத்துகின்ற சில நச்சு மருந்துகளும் அவைகளின் கூட்டுகளுமாம்.

இரசாதிப் பாடாணங்கள்

இரசம், வீரம், பூரம், இலிங்கம், கந்தகம் ஆகிய இவை ஐந்தும் பஞ்சசூதம் எனப்படும் இரசாதிப் பாடாணங்களாகும். இவைகளை முறைப்படி சுத்தி செய்து பற்பம், செந்தூரம் மற்றும் நமக்குத் தேவைப்படும் வகைகளில் மருந்தாகச் செய்து உபயோகப் படுத்தி, நோய்களைக் குணமாக்கலாம். இம்மருந்துகளை முறைப்படி சுத்தி செய்யாமலும், நன்றாக முடிக்கப் பெறாததுமானதையும், அளவுக்கு அதிகமாகவும் உண்பதால் குற்றம் உண்டாகும். அதனால் நஞ்சு குறிகுணங்களை உண்டுபண்ணும்.

இரசம் (MERCURY)

தூய்மையற்ற அல்லது தரம் தாழ்ந்த இரச மருந்துகளைப் பயன்படுத்துவதாலும், அவற்றைக் குறிப்பிட்ட அளவுக்குமேல் உட்கொண்டாலும் நச்சுத் தன்மை ஏற்படும்.

இரச நஞ்சு முறிவு

வெள்ளை முட்சங்கு இலைச் சாறு அல்லது மிதிப்பாகலிலைச் சாறு

அவுரி வேர்ப்பட்டை

துளசி வேர்ப்பட்டைக் குடிநீர்

கருவேற் கொப்புளிக்குடிநீர்

அறுகங்குடிநீர்

சுரைக்கருப்பு

எருக்குக் கொப்புளிக் குடிநீர்

இவைகளில் ஏதேனும் ஒன்றை அருந்த இரச நஞ்சு முறியும்.

வீரம் (MERCURIC CHLORIDE)

வீரம் நீரில் கரையக் கூடியது. எனவே அருந்தியவுடனே தீவிர நஞ்சுக் குறி குணங்களைக் காட்டிக் கொல்லும். இதனைத் தற்கொலைக்காகவும் பிறரைக் கொல்வதற்காகவும் பயன்படுத்துவதுண்டு.

வீர நஞ்சு முறிவு

❖ கோழி முட்டை வெண்கருவைத் தண்ணீரில் அல்லது பாலுடன் கலந்து அடிக்கடி கொடுத்து வர வேண்டும்.

- இளநீர் அருந்தினாலும் வீரத்தின் நஞ்சு தீரும்.
- 20 மிலி சிறுநெருஞ்சிச் சாற்றைக் காலையிலும் மாலையிலும் குடித்துவர வேண்டும்.
- நீலிவேர்ப்பட்டையை வெந்நீர் விட்டு அரைத்து உண்ண வேண்டும்.
- 20 மிலி நெய்ச்சட்டிக் கீரைச் சாற்றைக் குடித்துவர வேண்டும்.
- தென்னங்கள் அருந்தி வரலாம்.

பூரம் (CALOMEL)

பூரம் உடனே நீரில் கரையக் கூடிய தன்மை இல்லாதது. அதிகளவில் உட்கொள்ளும்போது நஞ்சுக் குறிகுணங்களை உண்டாக்கும்.

பூர நஞ்சு முறிவு

- நிலப்பனைக் கிழங்கு குடிநீர் வழங்கலாம்.
- அவுரி வேர்ப்பட்டையை வெந்நீர் விட்டரைத்துத் தரவும்.
- துளசிச்சாறு அல்லது சிற்றாமணக்கு நெய் அல்லது பாகல் இலைச்சாறு இவைகளில் ஒன்றைத் தரவும்.

இலிங்கம் (VERMILION-CHINNA BAR)

முறையாகச் சுத்திகரிக்கப்படாமலும், சரியாகத் தயாரிக்கப்படாமலும் செய்யப்படும் இலிங்க மருந்துகள் நச்சுத் தன்மையை ஏற்படுத்தும்.

இலிங்க நஞ்சு முறிவு

சாதிக்காய், வால்மிளகு, செம்பருத்தி வேர்ப்பட்டை கற்கண்டு இதில் முதல் மூன்றையும் வகைக்கு 4 கிராம் எடுத்து நன்றாக இடித்து, 850 மிலி நீர் விட்டு அதை எட்டில் ஒன்றாகக் காய்ச்சி அதில் 35 கிராம் கற்கண்டைப் பொடித்து போட்டுக் காலையிலும், மாலையிலுமாக ஒரு மண்டலம் வரை உட்கொள்ள இலிங்க நஞ்சு முறியும்.

கந்தகம் (SULPHUR)

கந்தகம் என்பது அதிக அளவு நச்சுத் தன்மை கொண்ட பொருள் அன்று. சுத்திகரிப்பிலும் தயாரிப்பு முறையிலும் பிழை இருந்தாலும், தொடர்ந்து நீண்ட காலம் இதனைப் பயன்படுத்துவதாலும் நச்சுத் தன்மை ஏற்படுகிறது.

கந்தக நஞ்சு முறிவு

- ❖ ஆவாரம் வேர், தைவேளைவேர், நீலிவேர், சுக்கு, பருத்தியிலை, சிறுநாகப்பூ இவற்றைச் சரியெடை எடுத்துக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க, கந்தகக் குற்றம் நீங்கும்.
- ❖ தாமரை வித்தை இளநீரில் அரைத்துண்ண தீரும்.
- ❖ மிளகு, நீலிவேர், சீரகம் இவற்றைச் சரியெடை எடுத்துக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க, கந்தக நஞ்சு முறியும்.

இவ்வாறாக பஞ்சசூதங்களின் நஞ்சு மற்றும் முறிவு பற்றி கண்டோம். இதுபோலவே ஒவ்வொரு தாதுப் பொருட்களையும் முறையாக சுத்தி செய்யாமலும் நன்றாக முடிக்கப் பெறாததுமானதை உண்பதால் நஞ்சு குறிகுணங்களை உண்டு பண்ணும். அவற்றைத் தீர்க்கும் முறையும் நமது சித்த மருத்துவத்திலேயே உண்டு என்பதையும் அறிவோம்.

அயம்

சுவை-பெரும்பான்மை துவர்ப்பும், சிறு பான்மை புளிப்புக் கைப்புச் சுவைகளும் உடையது.

பிரிவு - கார்ப்பு

துவர்ப்பு - வளி+மண் = வளி

புளிப்பு - மண் + தீ = தீ

கைப்பு - வளி +விண் = வளி

தன்மை - வெப்பம் = தீ

அயத்தின் சுவை, வீரியத்தின் அடிப்படையில் வளி பூதமும் தீ பூதமும் இணைந்து கார்ப்புப் பிரிவினை அடைவதால் கபம் சம்பந்தமான நோய்களுக்கு அயம் கொடுக்க நோய்குணமாகும். மேலும் வாத நோய்களுக்கு அயம் சேர்ந்த மருந்துகளை வழங்கும் போது வாதத்தைத் தன்னிலைப்படுத்தக்கூடிய அனுபானத்துடன் சேர்த்து வழங்க வேண்டும். அதே போல் பித்த சம்பந்தமான நோய்களுக்கு அயத்தினை வழங்கும் போது பித்தத்தைத் தன்னிலைப் படுத்தக்கூடிய அனுபானத்துடன் சேர்த்து வழங்க வேண்டும்.

பொதுக் குணம்

பாண்டு, காமாலை

வெண்குட்டம், குன்மம்

அதிதூலநோய், தாதுநட்டம்

சோபை

மந்தம்

ஆகிய நோய்களுக்கு உரிய மருந்தில் அயம் சேர்கிறது.

பாண்டு

பாண்டு நோயானது ஐயம் கேடடைவதால் உண்டாகிறது. எனவே ஐயத்தைத் தன்னிலைப்படுத்தக்கூடிய கார்ப்புச் சுவையுடைய அயத்தினை வழங்க நோய் குணமாகும்.

பாண்டு நோயானது ஐயமும் வளியும் கேடடைந்து உண்டாகும்போது, அயத்துடன் வளியைத் தன்னிலைப்படுத்தக்கூடிய மருந்துகளைச் சேர்த்து வழங்க நோய் குணமாகும்.

ஐயமும் பித்தமும் கேடடைவதாலும் பாண்டு நோய் உண்டாகிறது. எனவே இந்நோய்க்கு அயத்தினை வழங்கும்போது பித்தத்தைத் தன்னிலைப்படுத்தக்கூடிய மருந்துகளைச் சேர்த்து வழங்க நோய் குணமாகும்.

வெண்குட்டம்

இந்நோயில் வாதம் கேடடைந்து, அதனைத் தொடர்ந்து ஐயம் கேடடைகிறது. எனவே இந்நோய்க்கு அயத்தினை வழங்கும்போது வாதத்தைத் தன்னிலைப்படுத்தக்கூடிய மருந்துகளை அனுபானப் பொருளாகச் சேர்த்து வழங்க நோய் குணமாகும்.

சோபை

இந்நோயில் ஐயம் கேடடைவதால், அயம் சேர்ந்த மருந்துகளை வழங்க நோய் குணமாகும்.

கபமும் வாதமும் கேடடைந்து அதனால் சோபை உண்டாகிறது. எனவே இந்நோய்க்கு அயத்தினை வழங்கும் போது, வாதத்தைத் தன்னிலைப் படுத்தக்கூடிய மருந்துகளையும் சேர்த்து வழங்க வேண்டும்.

பித்தமும் ஐயமும் கேடடைந்தும் சோபை உண்டாகிறது. எனவே அயத்தினை வழங்கும்போது, பித்தத்தைத் தன்னிலைப்படுத்தக் கூடிய மருந்துகளைச் சேர்த்து வழங்க நோய் குணமாகும்.

மந்தம்

வாதம் கேடடைந்து மந்தம் உண்டாகிறது. எனவே அயத்தினை வழங்கும் போது வாதத்தைத் தன்னிலைப்படுத்தக்கூடிய மருந்துகளைச் சேர்த்து வழங்க நோய் குணமாகும்.

பித்தமும் வாதமும் கேடடைந்து இந்நோய் உண்டாகிறது. எனவே அயத்தை வழங்கும்போது வாதத்தையும், பித்தத்தையும் தன்னிலைப்படுத்தக்கூடிய மருந்துகளைச் சேர்த்து வழங்க நோய் குணமாகும்.

காமாலை

பித்தமும் கபமும் கேடடைந்து இந்நோய் உண்டாகிறது. எனவே அயம் சேர்ந்த மருந்துகளை வழங்கும்போது அதனுடன் பித்தத்தைத் தன்னிலைப்படுத்தக்கூடிய மருந்துகளைச் சேர்த்து வழங்க நோய் குணமாகும்.

குன்மம்

இந்நோய் வாதம் கேடடைவதால் உண்டாகிறது. எனவே அயம் வழங்கும்போது வாதத்தை தன்னிலைப்படுத்தக்கூடிய மருந்துகளையும் சேர்த்து வழங்க நோய் குணமாகும்.

பித்தமும் வாதமும் கேடடைவதாலும் இந்நோய் உண்டாகிறது. எனவே அயம் வழங்கும்போது அதனுடன் வாதத்தைத் தன்னிலைப் படுத்தக்கூடிய மருந்துகளையும், பித்தத்தையும் தன்னிலைப்படுத்தக்கூடிய மருந்துகளையும் சேர்த்து வழங்க நோய் குணமாகும்.

தாது நட்டம்

வாதமும் பித்தமும் கேடடைவதால் தாது நட்டம் உண்டாகிறது. எனவே அயச் செந்தூரத்தை வாதம் மற்றும் பித்தத்தைத் தன்னிலைப்படுத்தக்கூடிய மருந்துகளுடன் சேரத்து வழங்க நோய் குணமாகும்.

அயப் பற்பம்

வேங்கை = துவர்ப்பு-தட்பம் - இனிப்பு
கற்றாழை = சிறு கைப்பு - தட்பம் - இனிப்பு
புளிமா = புளிப்பு-வெப்பம் - காரப்பு
கரும்பு = இனிப்பு - தட்பம் - இனிப்பு

தேரன் முறைப்படி அயத்தைப் பற்பம் செய்வதற்குக் கீழ்க்கண்ட மூலிகைச் சாறுகள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. அவை முறையே:

வேங்கை வேர்ப்பட்டைச் சாறு

செங்கரும்பின் சாறு

கற்றாழை வேர்ச்சாறு

புளிமா வேர்ப்பட்டைச் சாறு என்பனவாகும்.

முதல் மூன்று மூலிகைச் சாறின் சுவைகள் இனிப்பு-தட்பம்-இனிப்புப் பிரிவை அடைகின்றன. இவை கபத்தை அதிகப்படுத்தி வாத,பித்தத்தைத் தன்னிலைப்படுத்தும் குணமுடையன. எனவே அயத்தை இச்சாறுகள் விட்டு அரைப்பதன் மூலம் இம்மூலிகைகள் எதிர்ப்பிகளாகச் (Antagonist) செயல்படுகின்றன. இதனால் அயத்தின் தீய தன்மைகள் அழிக்கப்படுகின்றன. அதே நேரம் புளிமா வேர்ப்பட்டையின் சுவை புளிப்பு-வெப்பம்-கார்ப்புப் பிரிவை அடைவதால் வாத, பித்தம் மிகுதியாவதோடு கபத்தினைக் குறைக்கும் தன்மை உடையதால் இதுவும் எதிர்ப்பியாகச் செயல்பட்டு அயத்தின் வீரியத்தை அதிகப்படுத்துகிறது.

பித்த சத்திக்கு அயப் பற்பத்தைச் சர்க்கரையில் அனுபானித்துத் தரவும் என நூலில் கூறப்பட்டுள்ளது. இதில் சர்க்கரை இனிப்புச் சுவையுடையதால் அது கபத்தை அதிகப்படுத்தி வாதப் பித்தத்தைத் தன்னிலைப்படுத்தும் குணமுடையது. பித்த சத்தியில் தீக் கூறு அதிகரித்து இருப்பதாலும் அயபற்பம் கார்ப்புப் பிரிவில் (தீக்கூறு) இருப்பதாலும் பித்தத்தைத் தன்னிலைப்படுத்தி, நோயைக் குணமாக்குகிறது.

அயச் செந்தூரம்

சீதேவிச் செங்கழுநீர்ச்சாறு = இனிப்பு + தட்பம் - இனிப்பு

ஆரையிலைச் சாறு = இனிப்பு - தட்பம் - இனிப்பு

முருக்கிலைச் சாறு = துவர்ப்பு - வெப்பம் - கார்ப்பு

தென்னங்குருத்துச் சாறு = துவர்ப்பு - தட்பம் - இனிப்பு

பனங்குருத்துச் சாறு = துவர்ப்பு, இனிப்பு - தட்பம் - இனிப்பு

ஆடாதோடைச் சாறு = கைப்பு - வெப்பம் - கார்ப்பு

சீந்தில் சாறு = கைப்பு - வெப்பம் - கார்ப்பு

தூதுவளைச் சாறு = கைப்பு , கார்ப்பு - வெப்பம் - கார்ப்பு

தேரன் முறைப்படி அயத்தைச் செந்தூரம் செய்வதற்குக் கீழ்க் கண்ட மூலிகைச் சாறுகள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன:

சீதேவிச் செங்கழுநீர்

ஆரையிலை

தென்னங்குருத்து

பனங்குருத்து

இவைகளின் சுவை இனிப்பு - தட்பம் - இனிப்புப் பிரிவை அடைவதால் கபத்தை அதிகப்படுத்தி, வாதப் பித்தத்தைத் தன்னிலைப்படுத்தும் குணமுடையன. எனவே அயத்தை இச்சாறுகள் விட்டு அரைப்பதன் மூலம் எதிர்ப்பியாகச் செல்படுகிறது. இதனால் அயத்தின் தீயதன்மைகள் அழிக்கப்படுகின்றன.

முருக்கிலை

ஆடாதோடை

சீந்தில்

தூதுவளை

இவைகளின் சாறு துவர்ப்பு-வெப்பம் கார்ப்புச் சுவையை அடைவதால் வாதம், பித்தம் அதிகமாவதோடு கபத்தினைக் குறைக்கும் தன்மையுடையதால் இதுவும் எதிர்ப்பியாகச் செயல்பட்டு, அயத்தின் வீரியத்தை அதிகப்படுத்துகிறது.

சுவை மற்றும் முக்குற்றத்தின் அடிப்படையில் அயம் என்ற உலோகத்தை மட்டும் இப்போது எடுத்துரைத்தோம். இதுபோல ஒவ்வொரு உலோகம், பாடாணம், உபரசம், காரசாரம் முதலியவற்றிற்கும் சுவைகளின் அடிப்படையில் நோய்களைக் குணமாக்கக் கூடிய மருந்துகளைத் தேர்ந்தெடுத்துப் பயன்படுத்துவதற்கான வழி வகைகளைச் சித்த மருத்துவ நூல்களில் பரக்கக் காணலாம்.

18

உணவு

மரு. கு. கணபதி

முன்னுரை

மனிதனின் அத்தியாவசியப் பொருட்களான காற்று, நீர் இவற்றுடன் உணவும் ஒரு முக்கிய பங்கு வகிக்கிறது. மனிதனின் பசியைத் தணிப்பதான உணவு சில நிகழ்ச்சிக்குட்படுகிறது. உணவுப் பாதையில் சிக்குமுக்கலாகச் சின்னா பின்னமாகச் சிறியவைகளாக நொறுக்கப்பட்டு அனேகவித மாறுதலடைகின்றது.

உணவுப் பாதையில் உண்ட உணவுப் பொருட்களானது சட, இரசாயன மாறுதல்களைப் பெற்ற உடல் விலங்களால் போடணத்துக்குரிய பொருளாகி, உடலைப் பேணவைக்கும் ஆக்க சக்திகளாகின்றன. இந்நிகழ்ச்சி செரிமனம் என அழைக்கப்படுகிறது. செரிமனப் பாதையில் மூன்று வகையான முப்பூக்கள் காணப்படுகின்றன.

1. காலிலிக முப்பூக்கள்-Protein

2 நிண முப்பூக்கள் -Fat

3. கரிநீரக முப்பூக்கள்- Carbohydrate

காலிலிக முப்பூக்கள் காலிலிகம் அல்லது புரதப் பொருட்களைப் பின்னப் படுத்துகின்றன.

நிண முப்பூக்கள் நிணம் அல்லது கொழுப்புப் பொருள்களைப் பிரிக்கின்றன.

கரிநீரக முப்பூக்கள் மாவுப் பொருட்கள், சர்க்கரைப் பொருட்கள் போன்றவைகளைச் சீரணிக்கச் செய்கின்றன. மனித உடல் ஒரு உலை. அந்த உலைக்கு வேண்டிய விறகு உணவாகும். உணவுப் பொருட்கள் உடலின் பல

உறுப்புகளிலும் ஆங்குள்ள எண்ணற்ற நுண்ணிய விலங்களிலும் எரிந்து உடலுக்கு வேண்டிய சக்தியைத் தருகின்றன.

உணவின் பணிகள்

- ❖ உடலுக்குச் சக்தி அளிப்பது உணவின் முதல் வேலையாகும்.
- ❖ உடலை வளர்ப்பது உணவின் இரண்டாவது வேலையாகும்.
- ❖ உடலைக் காப்பது உணவின் மூன்றாவது பணி. பிராணிகள் அநேகமாக உணவாக உட்கொள்வதெல்லாம் இந்திரியப் பொருட்களாக உள்ளன. அவற்றில் உலோகப் பொருட்களும் அடங்கியுள்ளன.

பண்டைய மக்களின் உணவு முறை

பண்டைய நாளில் மக்கள் நெய், கொழுப்பு, சர்க்கரை, மாவு, பிசின், சாராயம், பால், முட்டை, தசை, காய்கறிகள் முதலியவைகளைப் பல்லாண்டுகளாகப் பயன்படுத்தி வந்தனர்.

உணவாதிப் பொருள்களின் குணப்பேதங்களையும் கண்டறிந்து இருந்தனர். ஒவ்வொரு பொருட்களிலும் முக்குணங்கள் உள்ளன. அதாவது சத்துவம், இரசத்துவம், தமோத்துவம் என மூன்று குணங்கள் உள்ளன.

உணவுப் பொருட்களும் உயிர்த்தாதுக்களும்

உணவுப் பொருட்களில் உயிர்த்தாதுக்கள் அடங்கியுள்ளன. வாதமானது உணவின் சத்திலுள்ள வாதத்தாதுவைத் தமக்கு இரையாகக் கொண்டு இத்தேகம் தன்னிச்சைப்படி ஓடவும், பேசவும் சாதகமாய் இருப்பதுடன் புத்தி, இந்திரியங்கள், மனம் ஆகிய இவைகள் சரியான நிலையில் நிற்கவும் செய்கிறது.

பித்தமானது நமது உணவின் சத்திலுள்ள சடராக்கினி, தகனம் முதலிய பல நன்மைகளை விளைவிப்பதுடன், சடராக்கினியானது சீரணிக்கச் செய்கையில் அதற்கு உதவியாய் நிற்கிறது.

கபமானது உணவின் சத்திலுள்ள கபத்தாதுவைத் தனக்கு இரையாகக் கொண்டு தேகத்திற்கு மினு மினுப்பு, தைரியம், பலம் முதலியவைகளைக் கொண்டு தருவதுடன், கைகால்களின் கீல்கள் தன்னிச்சைப்படி அசைவதற்கும் அனுகூலமானதாகவும் இருக்கிறது.

முத்தாதுக்கள் உணவின் சத்திலுள்ள முத்தாதுக்களையும் தமக்கு இரையாகக் கொண்டு மற்ற அம்சங்களாகிய சுவை, குணம் ஆகியவைகளைப்

பூதம், குணம் ஆகிய தத்துவங்களுக்குத் தருகின்றன. எனவே உண்ணுகின்ற உணவு தேகத்திற்குரிய வாதாதித் தாதுக்கள் சரியாக இருக்கும்படி, அவற்றிற்கு ஆகாரமான அந்தந்தத் தாதுக்களின் அளவாயுடைய பொருட்களையுடைய தாயிருக்க வேண்டும்.

உணவுப் பொருட்களும் பஞ்சபூதங்களும்

பஞ்சபூதங்களில் வாயுவானது உணவின் சத்துள்ள துவர்ப்புச் சுவையைத் தனக்கு இரையாகக் கொண்டு, உருவற்ற பொருட்களைப் பல தாதுக்களாகப் பகுக்கின்றது.

தீ பூதமானது உணவின் சத்திலுள்ள கார்ப்புச் சுவையைத் தனக்கு இரையாகக் கொண்டு, வாயு பூதத்தால் பகுக்கப்பட்ட தாதுக்களுக்கு உருவத்தைக் கொடுக்கின்றது.

நீர் பூதமானது உணவின் சத்திலுள்ள இனிப்புச் சுவையைத் தனக்கு இரையாகக் கொண்டு, தீயினால் உருவாக்கப்பட்ட தாதுக்களுக்குக் கெடுதியுண்டாகாதபடி ஈரத்தால் காக்கிறது.

மண் பூதமானது உணவின் சத்திலுள்ள புளிப்பு, உவர்ப்புச் சுவைகளைத் தனக்கு இரையாகக் கொண்டு, நீர் பூதத்தால் காக்கப்பட்ட தாதுக்களுக்கு அதிக ஈரத்தால் ஏற்படும் கெடுதியின்றிக் காக்கிறது.

ஆகாய பூதமானது உணவின் சத்திலுள்ள கைப்புச் சுவையைத் தனக்கு இரையாகக் கொண்டு வாயு, தீ, நீர், மண் ஆகிய பூதங்களால் ஆக்கப்பட்டும் காக்கப்பட்டும் வருகின்ற உருவங்களை விருத்தியடையச் செய்கின்றது.

உணவுப் பொருட்களின் அம்சங்கள்

1. சக்கை
2. சத்து
3. சுவை
4. உயிர்த்தாது
5. குணம்

இவற்றில் சக்கை, சத்து தவிர்த்த சுவை, உயிர்த்தாது, குணம் ஆகிய மூன்றையும் கண்ணினால் பார்க்க இயலாது. இவற்றை உணர மட்டுமே இயலும்.

- இனிப்பு - நாக்கின் நுனிப் பகுதியில் உணர முடிகிறது.

- ❖ கைப்பு - இதற்குச் சற்று பின்புறத்தில் உணர முடிகிறது.
- ❖ புளிப்பு - நாக்கின் பக்கங்களில் உணர முடிகிறது.
- ❖ துவர்ப்பு - நாக்கின் பின் பக்கங்களில் உணர முடிகிறது.

அறுசுவைகட்கும் உடற்தாதுக்களுக்கும் உள்ள தொடர்பு

- ❖ துவர்ப்பு - குருதி உண்டாகும்
- ❖ உப்பு - எலும்பு வளரும்
- ❖ இனிப்பு - தசை வளரும்
- ❖ புளிப்பு - கொழுப்பு வளரும்
- ❖ கைப்பு - நரம்பு சக்தி உண்டாகும்
- ❖ கார்ப்பு - உமிழ்நீர் சுரக்கும்

உப்பை மிதமாய்ப் புசித்தால் உணவு சீரணமாகும். மலக்கட்டு நீங்கும். அதிகமானால் குட்ட நோய், மயிர் நரைத்தல் உண்டாகும்.

இனிப்பை மிதமாய்ப் புசித்தால் பித்தம், வாயுவைக் கண்டிக்கும். அதிகமானால் தொந்தி, தொப்பை உண்டாகும்.

புளிப்பை - மிதமாய்ப் புசித்தால் வாயுவைக் கண்டிக்கும்.

பருவகாலங்களும் உணவுப் பொருட்களும்

முன்பனி பின்பனி	இனிப்பு, கார்ப்புச் சுவை - கபம் விருத்தியாகும்.
இளவேனில் முதுவேனில்	உவர்ப்பு, கைப்புச் சுவை - பித்தம் விருத்தியாகும்.
கார்காலம் கூதிர்காலம்	புளிப்பு, துவர்ப்புச் சுவை - வாதம் விருத்தியாகும்.

ஐம்பூதங்கள், சுவை, முக்குற்றத்திற்கு உள்ள தொடர்பு

மண் + நீர் - இனிப்பு வளி + தீ - கார்ப்பு	கபம்

நீர்+தீ - உப்பு	}	பித்தம்
வளி+விண் -கைப்பு		
மண்+வளி- துவர்ப்பு	}	வாதம்
மண் +தீ -புளிப்பு		

உணவில் உள்ள மாச்சத்து, கொழுப்பு, கார்ப்புப் பொருட்கள் மாச்சத்து, கொழுப்பு, கைப்பு ஆகியவை 7:3:2 என்ற விகித முறையில் உணவில் உள்ளன.

மனிதனுக்குத் தேவையான தினசரி சக்தி

உணவு உடலுக்குத் தரும் சக்தியானது சூடு, காங்கை, அனல், கனல் என்று பல பெயர்களால் வழங்கப்படுகிறது.

உணவு தரும் சக்தியை அளவால் கனலி (Calory) என்று குறிப்பிடுவது வழக்கம். மனிதனுக்குத் தினம் தேவையான சக்திகள் வயது, பால், செய்யும் வேலை இவற்றைப் பொருத்தது.

அதிக வேலை இல்லாத, வயது வந்த ஒரு மனிதனுக்கு 2400 கனலி சக்தி தேவை. மேற்கொண்டு 500 (அ) 1000 கனலிகள் தேவையாய் இருக்கும்.

1 வயதிற்குக் கீழ்	100 கனலி (calories)
1 வயது முதல் 3 வயது வரை	900 கனலி
3 வயது முதல் 5 வயது வரை	1200 கனலி
5 வயது முதல் 7 வயது வரை	1400 கனலி
7 வயது முதல் 9 வயது வரை	1700 கனலி
9 வயது முதல் 12 வயது வரை	2000 கனலி
சிறுவர் 12 வயது முதல் 21 வயது வரை	2400 கனலி
ஆண்கள்	
இலகு வேலை	2400 கனலி
மித வேலை	3000 கனலி
கடின வேலை	3600 கனலி

பெண்கள்

இலகு வேலை	2100 கனலி
மித வேலை	2500 கனலி
கடின வேலை	3000 கனலி
கர்ப்பிணி	2100 கனலி
பாலூட்டும் தாய்	2700 கனலி

சத்துவப் பொருட்கள் (அ) கபப் பொருட்கள்

மனித சமுதாயத்தின் நாகரிகப் பண்பாட்டு வளர்ச்சியிலும் உணவு முறையிலும் கரிநீரகப் பொருட்களின் பங்கு மிக மிக அதிகம். கரிநீரகப் பொருட்கள் தாவர வகுப்புகளில் அதிகம்.

கரிநீரகப் பொருட்களைச் சர்க்கரை வகுப்பு, அசர்க்கரை வகுப்பு என இரண்டாகப் பிரிப்பர்.

சர்க்கரை வகுப்பு

பழச்சர்க்கரை, கரும்புச் சர்க்கரை, வெல்லம், பனைவெல்லம் முதலியன. இவை நீரில் நன்றாகக் கரையும். அதிக இனிப்புச் சுவை உடையன.

அசர்க்கரை வகுப்பு

மாவு, மாவு பதார்த்தம், சக்கை முதலியவை. இவை நீரில் கரையா. சுவையற்றவை. படிமங்களற்றவை.

திராட்சைச் சர்க்கரை

விதைகள், இலைகளில் நிறையக் கிடைக்கும். திராட்சைப் பழங்கள், இனிப்புள்ள பழங்கள், மகரந்தப் பொடிகள், முட்டைக்கரு, குருதி இவற்றில் 10 முதல் 20 விழுக்காடு வரையிருக்கும்.

தேனில் திராட்சைச் சர்க்கரை, பழச்சர்க்கரை கலந்து காணப்படுகிறது.

பழச்சர்க்கரை

கருப்பஞ் சர்க்கரையை நீரகப்படுத்தினால் பழச்சர்க்கரையாகவும், திராட்சைச் சர்க்கரையாகவும் கிடைக்கிறது.

இரசோப் பொருட்கள் (பித்தப் பொருட்கள்)

சராசரி உடலின் எடையில் பதினைந்து விழுக்காடு தவளப் பொருட்களும் அறுபத்தைந்து விழுக்காடு நீருமாயிருக்கின்றன. பிராணிகள் தவளப் பொருட்கள் இல்லாமல் உயிர் வாழ்வது அரிது. உடல் வளரச் செய்வது. தேய்ந்த (அ) சிதைந்த பாகங்களைப் பழுது பார்த்து உடல் நலத்தை நிலை நாட்டுகிறது. குருதியில் சிவப்பு வண்ணம் இதனால்தான் ஏற்படுகிறது. நோய் வராமல் தடுப்பதற்கும் காயங்களைச் சீக்கிரம் ஆற்றுவதற்கும் இது மிகவும் உதவியாக இருக்கிறது.

தவளங்களின் வகை

வெண்தவளம்: பெரும்பாலும் முட்டை வெண்கரு, கோதுமை, பால், பிசின் போன்றவைகளில் கிடைக்கிறது.

மஞ்சள் தவளம்: தாவரங்களிலும், முட்டையின் மஞ்சட்கரு, தசை போன்றவைகளிலும் காணப்படுகிறது.

செந்தவளம்: அயச் செந்தவளக் குருதியில் காணப்படும்.

தமோ குணப் பொருட்கள் (வாதப் பொருட்கள்)

நான்கு வகை கொழுப்புகள் இதில் அடங்கும். அவை:

1. சாதாரண கொழுப்புகள்
2. திமிரி கொழுப்புகள்
3. சர்க்கரைக் கொழுப்புகள்
4. சாராயக் கொழுப்புகள்

கீழ்க்கண்ட வகைகளில் கொழுப்பு உள்ளது:

முந்திரிப் பருப்பு -46.9 %

வேர்க்கடலை - 40.1 %

இறைச்சி -18.3 %

முட்டை - 13.3 %

கடலை - 5.3 %

பால் - 4.6 %

முட்டை, பால் இவற்றில் காணப்படும் கொழுப்பு சிறந்தது. ஏனெனில் இலகுவில் சீரணம் ஆகும்.

சீருணவு

உடலைப் பலத்துடனும், நோய் அணுகாமலும் தடுக்கும் சக்தியுடனும் வளர்க்கத் தக்கதாகவும் உள்ள உணவை உட்கொள்வது அவசியம். அத்தகைய உணவுப் பொருட்கள் சத்துவ, இரசோ, தமோ குணங்களைக் கொண்ட, அறுசுவை பொருட்களாக உண்ண வேண்டும்.

சத்துவ குணப் பொருட்கள்

பச்சை அரிசி
கார் அரிசி
கோதுமை
கற்கண்டு
தேன்
பச்சைக்கற்பூரம்
கொப்பரைத் தேங்காய்
நல்லெண்ணெய்
பொன்னாங்காணி
வாழை வகைகள் முதலியன.

உணவுகளும் அவற்றை உபயோகிக்கும் முறைகளும்

கீரைகள்

குருதி விருத்திக்கு உகந்தது. அயம் மிகுந்துள்ளது. உபரசங்கள் நிறைந்துள்ளது. உயிர்ச்சத்து உள்ளது. கீரைகளின் முழுப் பலனை அடைய பச்சையாகவே சாப்பிட வேண்டும்.

பழங்கள்

தினசரி ஏதாவது ஒரு பழம் சாப்பிடுவது நல்லது. அவற்றுள் சில: அத்தி, கொய்யா, பப்பாளி, பலா, பேரீச்சை, மாம்பழம்.

கொட்டைப் பருப்புகள்

இவைகளில் காப்புப் பொருள், கொழுப்பு, உயிர்ச்சத்து உள்ளது. காலை உணவுக்குப் பிறகு பாதாம், முந்திரி, வறுத்த நிலக்கடலை, அக்ரோட் இவைகளில் ஏதாவது ஒரு பிடி சாப்பிடுவது நல்லது.

நெய்

பசு நெய் சிறந்தது.

எண்ணெய்

ஒரு நபருக்கு நாளொன்றுக்கு 2 அவுன்ஸ் எண்ணெய் வேண்டும்.

பால், முட்டை, தயிர், வெண்ணெய்

இரவில் தூங்குமுன் பால் குடிப்பது நன்று. தினமும் 1 முட்டை சாப்பிடுவது நல்லது. நாள் ஒன்றுக்கு 8 அவுன்ஸ் பால் குடிப்பது நல்லது.

ஊண் உணவு

கல்லீரல், பிருக்கம், மீன் ஆகியவைகளில் சத்துகள் அதிகமுள்ளன.

சர்க்கரை

தினமும் இரண்டு மேசைக் கரண்டி சர்க்கரைக்கு மேல் சாப்பிடக் கூடாது.

பானங்கள்

பால், மோர், இளநீர், பதநீர் (அ) எலுமிச்சம் சாறு உண்ணலாம்.

உப்பு

தினமும் 5 கிராம் உப்பு போதுமானது.

தண்ணீர்

தினமும் 10 கோப்பை நீர் அருந்த வேண்டும்.

சிற்றுண்டி

எள்ளுருண்டை, வேர்க்கடலை உருண்டை, பயத்தம்பருப்புருண்டை ஆகியனவும் துவரை, கடலை, பட்டாணி, பச்சைப்பயிறு, காராமணி ஆகியவற்றைத் தோல் நீக்காமல் உண்ணுதலும் நலம்.

உணவு செரியாமையினால் ஏற்படும் நோய்கள்

உணவு செரியாமையினால் பெருங்கழிச்சல், ஊழி முதலிய நோய்கள் ஏற்படுவதுடன் பெரும்பான்மையினருக்குக் குன்மம் ஏற்படுகிறது.

அளவு கடந்த உணவினால் மஞ்சள் நோய், மது மேகநோய் முதலிய நோய்கள் ஏற்படுகின்றன.

உடற்காகாப் பொருள், குருதியைக் கெடுக்கக்கூடிய பொருட்களை உண்பதால் மண்ணீரல் நோய் உண்டாகிறது.

மிகச் சூடான பானங்கள், துவர்ப்புப் பண்டங்களை உண்பதால் சூலை நோய் ஏற்படுகிறது.

மிகுதியும் வளிக்குற்றத்தைத் தூண்டக்கூடிய பொருட்களால் எருவாய் நோய் ஏற்படுகிறது.

தீக்குற்றத்தைத் தூண்டக்கூடிய பொருட்களால் இரத்தப்பித்தம், மஞ்சள்நோய், சுரம் முதலிய நோய்கள் உண்டாகின்றன. ஐயக் குற்றத்தைப் பெருக்கக் கூடிய உணவுகளால் சுவாசகாசம், சுரம், இருமல், இரைப்பு, மூக்கடைப்பு முதலிய நோய்கள் ஏற்படுகின்றன.

முக்குற்றங்களை நிவர்த்தி செய்து நோய் தீர்க்கும் உணவுகள்

வளிக்குற்றத்தினால் மலச்சிக்கல், எருவாய் நோய் ஏற்படுகினறன. இதனை சரிசெய்தல் வேண்டும். இதற்காக உணவுகளில் இரவு படுக்குமுன் சூடான வெந்நீர் அருந்தலாம். காய்ந்த கிறிஸ்துமஸ் பழங்களை நீரில் ஊறவைத்து உண்டு, அதன்பின் சிறிதளவு சூடான நீர் அருந்தினால் காலையில் எளிதாக மலம் கழியும். காலையில் வயிறு வறியதாக இருக்கும் பொழுது தேநீருக்குப் பதிலாக கொத்துமல்லி மற்றும் இஞ்சி, சர்க்கரை சேர்த்து செய்த குடிநீர் வழங்குதல் நலம்.

மதிய உணவுகளில் பருப்புடன் சிறிதளவு பூண்டு, பெருங்காயம், வெந்தயம் முதலிய முத்தோடம் போக்கும் பொருட்களைச் சேர்த்து சமைப்பது நன்று. முடிவில் மோர் சேர்த்துச் சாப்பிட்டால் செரிமனம் நன்கு ஆவதுடன், சிறுநீர் நன்றாகக் கழியும். இதனால் தீக்குற்றம் தன்னிலைப்படும்.

மதிய உணவின் இறுதியில் ஏதாவதொரு பழம் சாப்பிடுதல் வேண்டும். பழங்களில் வைட்டமின் சத்து நிறைந்துள்ளது.

கீரையின் முக்கியத்துவம்

கீரைகள் பொதுவாக இரும்புச் சத்து நிறைந்தவை. இவற்றைப் புளியிட்டுச் சமைத்தால் வைட்டமின்கள் பாதுகாக்கப்படுகின்றன. கீரைகளில் அறுகீரை எளிதாக கிடைக்கும் ஒன்று. சிறுகீரை மிகச் சிறந்த மலமிளக்கி ஆகும். மருந்துகளின் வெப்பத்தைத் தணிக்கும் ஒன்று. சேம்புக்கீரையை புளியிட்டுச் சமைத்து உணவுடன் உண்ண மூலம் நீங்கும். தூதுவளைகீரை சமைத்துண்ண கபம் நீங்கும். இது சுண்ணச் சத்து நிறைந்தது. வள்ளைக் கீரை நீரிழிவைப் போக்கும். முருங்கைக் கீரை கண்ணொளியை உண்டாக்கும்.

நவீன உணவு முறையும் உருவாகும் நோய்களும்

இன்றைய காலங்களில் மனிதர்கள் இயந்திரமாக வாழ்வதுடன் உணவுகளையும் துரித உணவகங்களில் உண்ணத் தொடங்கிவிட்டனர். இதனால் முதலில் செரியாமையும், சற்று நாட்கள் கழித்தபின் சீதபேதி, குன்மம் முதலிய நோய்களும் எளிதில் உருவாகின்றன. மிகவும் சாதாரணமாகக் காணப்படும் இரத்த அழுத்த நோய்க்குக் காரணம் துரித உணவகங்களில் காணப்படும் உணவில் உள்ள எண்ணெய் மற்றும் அளவுக்கு அதிகமான காரம் என்று கண்டறியப்பட்டுள்ளது. அங்கு கிடைக்கும் பூரி, பொங்கல் முதலியனவற்றில் உள்ள டால்டா எனப்படும் 'தாவர வனஸ்பதி' எளிதில் செரிமனம் ஏற்படுவதில்லை. மேலை நாடுகளில் உண்ணும் உணவுகளான செயற்கைக் காளான், சைனிஸ் உணவுகள் முதலியன நம் நாட்டின் தட்பவெப்ப நிலைக்கு ஒத்துக் கொள்ளாமல் மதுமேகம் எனப்படும் நீரழிவு நோயை மிகச்சிறிய வயதிலேயே உண்டாக்குகின்றன.

உணவு பற்றிய வள்ளுவரின் கருத்து

முன் உண்ட உணவு முற்றும் சீரணித்ததை அறிந்து பின் உண்டவனுக்கு மருந்துண்ண வேண்டிய அவசியம் ஏற்படாது.

மருந்தென வேண்டாவாம் யாக்கைக் கருந்திய
தற்றது போற்றி யுணின்.
அற்ற தறிந்து கடைப்பிடித்து மாறல்ல
துயக்க துவரப் பசித்து.

முன் உண்டது செரித்து நல்ல பசி வந்தவுடன் மட்டுமே உணவு கொள்ள வேண்டும் என்பது திருவள்ளுவரின் உணவுக் கோட்பாடாகும்.

உண்ணும் இதர விதிகள்

உண்ணும் போது முதலில் கொஞ்சம் நீரருந்தி, நெஞ்சை நனைத்துப் பிறகு இனிப்புப் பொருட்களையும், மத்தியில் உப்பு, புளிப்பு, காரப் பண்டங்களையும், பின் இலைக் கறிகளையும், முடிவில் புளிப்புத் தயிர், துவர்ப்புச் சம்பந்தமான புளிப்பு ஊறுகாய் முதலியன உண்ண வேண்டும்.

உணவு கொண்ட பிறகு செய்யத்தக்க, தகாத காரியங்கள்

வாயைப் பதினான்கு முறை கொப்பளித்துப் பிறகு பழங்களை உண்டு, வெந்நீரையோ, உணவுக்குத் தகுந்த பானங்களையோ குடித்து, தாம்பூலம்

பழக்கமுள்ளோர் அதைப் போட்டுக் கொள்ளவேண்டும். இராப் போசனத்திற்குப் பிறகு குறுநடை கொள்வது அவசியமாகும். கடினத் தொழில், குளித்தல், விளையாடல், வாகனமேறல், நீந்துதல், வெயிலிலிருத்தல், அதிகமாகப் பேசுதல், ஆழ்ந்த யோசனை செய்தல் ஆகியவற்றைச் சாப்பிட்ட 1 மணி நேரத்திற்குள் செய்யக் கூடாது.

கரப்பான் நோயை உண்டுபண்ணும் உணவுகள்

சோளம், கம்பு, வரகு, வாழைக்காய், பாகற்காய், கெளிற்றுமீன் ஆகியவற்றால் கரப்பான் நோய் பிறப்பதாகக் கூறப்பட்டுள்ளது. இதை மேலை நாட்டினரும் ஒப்புக் கொண்டுள்ளனர்.

நஞ்சுணவு

இத்தகைய உணவானது தளதளத்து நீர் போன்று இருக்கும். அகன்ற கீற்றுகளாகவும், கறுத்தும் உருண்டையாக மணி போன்றும் காணப்படும்

போட்டுலிசம் என்ற நுண்மங்கள் உணவை நஞ்சுத்தன்மை உடையனவாக மாற்றுகின்றன.

19

கற்பம்

மரு. க. இராஜேஸ்வரி

முன்னுரை

சித்தர்கள் மருந்து என்னும் சொல்லுக்கு விளக்கம் கூறும் பொழுது உடல் நோய்களையும், உள நோய்களையும் தீர்ப்பது என்று மட்டுமல்லாது, நோய் வராமல் இருக்கும்படியாக உடலைப் பேணிப் பாதுகாப்பதுடன், நரை, திரை, மூப்பில்லாமல் என்றும் இளமையுடன் இருக்கச் செய்வதற்கும் பயன்படும் பொருள் என்று கூறினர்.

கற்பம் என்பது அகமருந்துகள் 32-இல் ஒன்றாகக் கூறப்படுகிறது. கற்பம் என்பதன் விளக்கம் பின்வருமாறு:

சில இலைகளையாவது, வேர்களையாவது, சரக்குகளையாவது, உப்பு, உலோக, உபரசச் சத்துகளையாவது அவ்வவற்றிக்குச் சொல்லப்படுள்ள பத்தியப்படியும், நாளளவுப்படியும் ஏற்றியும் இறக்கியும் உண்டுவரச் செய்வது.

இது நாள்தோறும் செய்து சாப்பிடுவதும், முன்னர் முடித்து வைத்திருந்து உண்பதும் என இரண்டு வகைப்படும். நாள் தோறும் தயார் செய்வது இலை, வேர், முதலியன. முன்னர் முடித்து வைத்திருந்து உண்பது உலோகச் சத்து, உபரசச் சத்து முதலியன.

கற்பத்தை யுண்டால் காயம் அழியாது
கற்பத்தினாலே காணலாம் கயிலையை
கற்பத்தினாலே காணலாம் சோதியை
கற்பத்தினாலே காலையும் கட்டிடே

என்பது திருமந்திரப் பாடல்.

எனவே கற்பமென்பது உடம்பினை நோயிலிருந்து காப்பாற்றி, நரை, திரை, மூப்பு என்னும் பிணிகளிலிருந்தும் நீக்குவதுடன், மெய்ப்பொருளை அறிவதற்கும் பயன்படும் என்பர்.

பிறவியின் பயனே மெய்ப்பொருளை அடைதலாம். மெய்ப்பொருளைக் கண்டறிய காலம் பல ஆகும். அதுவரை உடலை அழியாமல் பாதுகாப்பது அவசியம். அதற்காகவே உடம்பு அழியாமல் இருக்கும் வழிமுறைகளைச் சித்தர்கள் கூறிப் போந்தனர். அவைகளே காயகற்ப முறைகளாம். இதனையே திருமூலர்,

உடம்பார் அழியின் உயிரார் அழிவர்
திடம்பட மெய்ஞ்ஞானம் சேரவும் மாட்டார்
உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தே
உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே

என்று கூறுகிறார்.

சித்தர்கள் அருந்திய கற்ப மூலிகைகள்

சித்தர்கள் பலரும் ஒவ்வொருவிதமான மூலிகைப் பொருளைக் கற்பமாக உண்டு வந்ததாகத் தெரியவருகின்றது. அவை வருமாறு:

திருமூலர்	-	கரிசாலை
காளாங்கி	-	கரந்தை
ஆனந்த நாதர்	-	ஓமம்
கோரக்கர்	-	கஞ்சா
சிவயோகி	-	கரிசாலை
இராமதேவர்	-	கருநீலி
வாமமுனி	-	செருப்படை
கொங்கணர்	-	பொற்கையான்
பதஞ்சலி	-	செருப்படை
போகர்	-	கொல்லன்கோவை
மச்சமுனி	-	வல்லாரை

கற்பம் - பிரிவுகள்

உடம்பை அழியாமல் காத்து அதை வளர்க்கும் உபாயமாக உள்ளது கற்பம். இத்தலைப்பில் சித்தர்கள் கற்ப அவிழ்தங்களை மட்டும் அல்லாமல், இயமம், நியமமாகிய முறைகளையும், பிராணாயாமம் என்னும் வாசிப்பயிற்சியையும், தாரணை, தியானம், சமாதி ஆகிய மனப்பயிற்சிகளையும் விளக்கிக் கூறியுள்ளார்கள். உடல் தசைகளையும் உறுப்புகளையும் நன்னிலையில் பேணுவதற்கான ஆசனப் பயிற்சி முறைகளும் கூட இதில் அடங்கும்.

எனவே கற்பம் என்பது பொதுவாக கற்ப அவிழ்தம், கற்பயோகம் என்ற இருபெரும் பிரிவுகளில் அடங்குகிறது. கற்ப அவிழ்தங்கள் பொது கற்பம், சிறப்பு கற்பம் என்று மேலும் இரண்டு வகையாகப் பிரிக்கப்படும்.

பொது கற்பம் என்பது நோய் எதுவும் இல்லாத நிலையில், உடலை நோய் தாக்காமலும் உறுப்புகள் அழிவுபடாமலும் செயல் குன்றாமலும் இருப்பதற்காக அருந்துவதாகும். இதனால் மேனிக்கு எழிலும், பலமும் கூடும். நரை, திரை, மூப்பு உண்டாகாமல் காக்கும். நீண்ட காலம் உயிருடன் வாழச் செய்யும்.

சிறப்பு கற்பம் என்பது உடலில் தாதுக்களின் கேட்டினால் ஏற்படும் பிணியை நீக்கி, உடலுக்கு வன்மை தந்து பலம் ஊட்டுவதாகும்.

கற்ப அவிழ்தம் - வகைகள்

கற்ப அவிழ்தங்கள் மூலிகை கற்பம், தாதுப்பொருள் கற்பம், விலங்குப் பொருள் கற்பம் என அவை பயன்படுத்தும் பொருள்களைக் கொண்டு பிரிவு படுத்தப்படுகிறது.

மூலிகை கற்பங்களில் தனி மூலிகை கற்பம், இரண்டு மூலிகைகளைக் கொண்டு செய்த கற்பம், பல மூலிகைச் சரக்குகள் சேர்த்து செய்யப்பட்ட சூரணம், இளகம், இரசாயனம் போன்ற கூட்டு மருந்துகளாலான கற்பம் என்பன அடங்கும்.

தாதுப்பொருள் கற்பத்தில் உலோக, உபரசப் பொருட்களாலான பற்ப, செந்தூர, சுண்ண வகைகள் அடங்கும்.

கற்ப மூலிகைகள் 108 என்று சித்தர்கள் கூறியுள்ளனர் இதனையே "விஞ்சிய கற்பம் விளம்பினோம் நூற்றெட்டு" என்று கூறப்படுகிறது. கருவூரார் வாத காவியத்தில் இவைகளைப் பற்றி விளக்கிக் கூறப்பட்டுள்ளது. தேரன் யமக வெண்பா, போகர் கற்ப விதி, திருமூலர் திருமந்திரம் போன்ற நூற்களிலும் கற்ப மூலிகைகள், அவற்றை உண்ணும் முறைகள் முதலியன கூறப்பட்டுள்ளன.

கருநிற மூலிகை கற்பங்கள்

கறுப்பு நிற மூலிகைகள் பெரும்பாலும் கற்ப மூலிகைகளில் சிறப்பு வாய்ந்தன எனக் கூறப்படுகின்றன. கருத்துளசி, கருநொச்சி, கருஊமத்தை, கருவீழி, கருநெல்லி, கருமருது, கறுப்பு சித்திரமூலம் போன்றன சிலவகை கறுப்பு நிற மூலிகைகளாம்.

சாதாரண மூலிகைகளையும் கறுப்பு நிற மூலிகைகளாக வளரச் செய்து அதன் குணத்தைக் கற்பத் தன்மை உடையதாக மாற்றும் வழிமுறைகளும் நூற்களில் கூறப்பட்டுள்ளன.

சேராங்கொட்டை என்பது ஒரு கற்ப மருந்தாகும். இச்சேராங்கொட்டையை மற்ற செடிகளுக்கு உரமாகப் பயன்படுத்தினால் வளரும் செடி கறுப்பு நிற கற்ப மூலிகையாக வளரும் எனக் கூறப்படுகிறது.

பூமியில் குழிவெட்டி, சிறு துண்டுகளாக வெட்டிய சேராங் கொட்டையை அதில் ஒரு முழ உயரத்துக்குப் போட்டுப் பின் மண்ணை மேலே பரப்ப வேண்டும். பின் அக்குழியில் நீர்விட்டுக் காயாமலிருக்கும்படிக்குப் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். இவ்வாறு செய்ய 3 மாதத்தில் சேராங்கொட்டை அழுகி மண்ணோடு கலந்திருக்கும். மண் கறுத்த பதத்தை, சிறிது கொத்திப்பார்த்து அறிந்து கொண்டு அருகன் கட்டை வேரை அவ்விடத்தில் போட்டு வைக்க அது நன்கு வளர்ந்து ஆறுமாத காலத்தில் பொருமி நிற்கும். அவ்விடத்தே பின் நீர்விட்டுக் கொத்திவிட்டுக் காயாமல் வைத்திருக்க, ஏழாம் மாதத்தில் நன்கு கலந்திருக்கும். இத்தகைய பதமுள்ள மண்ணில் விதைகளைத் தூவ, வளரும் செடிகள் கறுப்புநிறம் பெற்றனவாகக் காணும். மேற்கண்ட முறையில் வெட்டிய சேராங்கொட்டைகள் பரப்பியிருந்தால் மூன்று மாதத்தில் விதைக்கலாம். சேராங்கொட்டைகள் வெட்டப்படாமல் முழுமையானதாகப் போடப்பட்டிருந்தால் எட்டு மாதத்தில் விதைக்கலாம்.

இம்முறையில் அவுரி, கரிசாலை, கரந்தை, பொற்றலைக் கையான், வல்லாரை, சிறுசெருப்படை, கற்றாழை, நிலப்பனைக் கிழங்கு, கொல்லன் கோவை, துளசி, சிவனார் வேம்பு, கொடிவேலி போன்றவற்றைப் பயிர் செய்யலாம் எனக் கூறப்படுகிறது.

முதல் முறை பயிர் செய்யும்போது இம்மூலிகைகள் கால்பாகக் கறுப்பும், இரண்டாம் முறையில் அரை பாகமும், மூன்றாம் முறை முக்காலளவும், பின்னர் நான்காம் முறை முழுதும் கறுப்பாகும் எனவும் கூறப்படுகிறது.

இரண்டு ஆள் உயரக்குழி தோண்டி அது நிறைய சேராங்கொட்டையைப் போட்டு அதன்மேல் மண்ணினைப் பரப்பி, அதன் மேல் கருநொச்சி, கருநெல்லி, கருநிற கஞ்சா, கருநிறக் கொடிவேலி முதலியன பயிர் செய்யலாம்.

கற்பம் உண்ணும் வயதும் பலனும்

காயகற்பத்தை வாலைப் (குழந்தை) பருவத்தில் தின்ன, வாழும் வாலைப்பருவம் போலவும், யவ்வனப் (இளமை) பருவத்தில் தின்ன, அதே யவ்வனப் பருவம் போலவும், ஐம்பது வயதில் கற்பம் சாப்பிட, ஐம்பது வயது நீங்கி 16 வயது இளமையும், எண்பது வயதில் தின்றால், அப்பொழுது இருப்பது போல் எப்போதும் இருக்கும்படியும் உள்ள நிலைமை உண்டாகும் எனக் கூறப்படுகிறது.

கற்பம் உண்ணும் காலத்தில் அனுசரிக்க வேண்டிய பத்திய முறைகள்

போகர் கற்பம் 300 என்னும் நூலில் கற்பம் உண்ணும் காலத்தில் அனுசரிக்க வேண்டிய பத்திய முறைகள் கீழ்க்கண்டவாறு விளக்கப்படுகிறது:

கற்பம் உண்ணும் காலத்தில் புளி, உப்பு, எண்ணெய், சுண்ணம், உண்ணத்தகாத மாமிசங்கள், மீன், மோர், கடுகு, மிகுந்த காரம், பெருங்காயம், பெண்போகம், அநித்திரை, சோம்பல் முதலியவற்றை நீக்கி, வாசிப்பழக்கத்துடன் மனதை ஒரு நிலைப்படுத்தி இருத்தல் வேண்டும்.

பால், நெய் முதலியன சேர்த்து ஒரு சேர் அளவு சமைத்து ஒரு பொழுது உண்டு, சிறுபயறு, பழம், தேன் முதலியனவும் சேர்த்து அருந்தலாம். மாமிச வகைகளில் கோழி, வெள்ளாடு, மரைமான், காடை, கவுதாரி முதலியன சேர்க்கலாம்.

உணவில் உப்பு சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டிய கட்டாயமிருந்தால் உப்புக்கட்டு சேர்த்துக் கொள்ளலாம். புளிக்குப் பதிலாக புளியாரை, புளியரணை, சீயக்காய் கொழுந்து, நெல்லிக்காய், பசலிக் கீரை ஆகியவற்றைச் சேர்க்கலாம். பயறு, இளநீர், கரும்பு, குளிர்ந்த நீர் இவை ஆகா.

தாம்பூலம் தரிக்கும் முறை

தாம்பூலம் தரிக்க கர்ப்பூரசிலாசத்தினால் செய்த சுண்ணம், முத்துச் சுண்ணம், பவழச் சுண்ணம், சிப்பிச் சுண்ணம், முட்டை ஓட்டுச் சுண்ணம் முதலியன ஆகும்.

தலை முழுகும் விதி

கற்பம் உண்ணும்போது தலை முழுக பசுநெய் ஆகும். 15 நாட்களுக்கு ஒரு முறை பசுநெய் தடவி, பாசிப்பயறை அரப்பாகப் பயன்படுத்தித் தலை முழுகலாம்.

பஞ்சகற்ப விதி: மிளகு, மஞ்சள், நெல்லி, கடுக்காய், வேப்பம் வித்து இவற்றைச் சமனெடை எடுத்து, காராம் பசுவின்பால் விட்டரைத்துத் தலையில் தேய்த்து ஒரு சாமம் கழித்து வெந்நீரில் தலைமுழுக வேண்டும். 15 நாட்களுக்கு ஒரு முறை இவ்வாறு செய்யலாம்.

வழலை வாங்கல்

கரிசாலைச் சாற்றுடன் பசுநெய் கலந்து சுட்டு விரலில் தோய்த்துக் கொண்டு உள்நாக்கிற்கு மேலாகச் சுற்றித் தடவ, சிரசில் நின்ற கபம் கரைந்து வீழும். தொண்டையிலும் சிரசிலும் உள்ள கபம் நீங்குவதுடன் சுழுமுனையின் வாசல் திறந்து மதியமுது சுரக்கும். மதியமுது சுரந்து யோகமுப்பு அருந்த சுழுமுனை வாசல் திறப்பு அவசியமாதலால் இது கற்பத்தின் ஒரு அங்கமாகவும் விதியாகவும் கூறப்பட்டுள்ளது.

மலம் கழற்றல்

பெருங்குடல், விரேகி இவற்றில் தங்கியுள்ள பழம் மலங்களை வெளியேற்றும் முறை மலம் கழற்றல் ஆகும். மோதிரவிரலில் ஆமணக்கெண்ணெய் தடவி ஆசனத் துவாரத்தில் இடது, வலது புறமாக நூறுமுறை திருப்ப, தங்கியிருக்கும் பழ மலங்கள் வெளியேறும். குடலில் உள்ள ஆமம் என்னும் நஞ்சு அடை நீங்கும்.

கற்ப அஞ்சன முறை

கற்பம் உண்ணும் காலத்தே அஞ்சனம் செய்யும் முறை போகர் நூலில் கூறப்பட்டுள்ளது.

செங்கடுக்காயைச் சுட்டகரி 1 வராகனெடை, சீலைமண் செய்த சட்டியிலிட்டு சுட்டெடுத்த துருசுத்தூள் 1 வராகன், சாம்பிராணி 1 வராகன், அஞ்சனக்கல் 1 வராகன், வெண்ணெய் 1 பலம். இவற்றைச் சேர்த்து செப்புப்பாத்திரத்தால் அரைத்து, மறுபடியும் வெண்ணை, கோரோசனை 1 வராகன் சேர்த்து நான்கு சாமம் அரைத்து மைபோலாக்கி, மாட்டுக் கொம்பால் செய்த சிமிழில் வைத்துக் கொள்ளவும். காலைமாலை நேரங்களில் எள் அளவில் அழகாகக் கண்ணில் இட்டுவர கண் ஒளி மிகும். ஒரு வருடம் இவ்வாறு போட்டு வரலாம்.

கற்ப ஆக்கிராண முறை

சுண்டையின் வேரை நிழலில் உலர்த்தி இடித்துச் சூரணித்து, வஸ்திரகாயஞ் செய்து, தேங்காய் குடுக்கையில் அடைத்து வைத்துக் கொண்டு, சிறிய அளவு நுனிவிரலில் பிடித்துக் கொண்டு மூச்சுடன் சேர்த்து உள்வாங்க வேண்டும். அவ்வாறு இரேசிக்க நிராதாரத்தில் உள்ள அடைப்பு நீங்கி நிர்மலமான ஆதித்த ஒளி துலங்கும். சுழுமுனையில் ஏறி நின்ற அழுக்கெல்லாம் சளியுடன் சிந்த வீழும். கண்ணொளியைக் கேசரத்தில் நிறுத்திப் பார்க்க ஆறு ஆதாரங்களும் துலங்கும். வானில் ஒளி யாவும் புலப்படும்.

சித்தர்களின் நூல்களில் கூறப்பட்ட கற்ப மூலிகைகளின் பெயர்கள் கீழே தரப்பட்டுள்ளன:

தேரன் மகா கரிசல்

ஓரிதழ் தாமரை கற்பம்
மிளகு கற்பம்
சுக்கு கற்பம்
ஏலரிசி கற்பம்
சீரகக் கற்பம்
இஞ்சி கற்பம்
நெருஞ்சி கற்பம்
கடுக்காய் கற்பம்
இலவங்கக் கற்பம்
இலந்தை கற்பம்
நெல்லிக்காய் கற்பம்
திரிகடுகு கற்பம்
இஞ்சி கற்பம்
சிவன் வெற்றி (தும்பை சமூலக்) கற்பம்
ஆலம் விழுது கற்பம்
செங்கழுநீர் கற்பம்
மலைவேம்பு கற்பம்
வில்வாதி கற்பம்

தேரன் காப்பியம்

சுக்கு கற்பம்
சீரகக் கற்பம்
கடுகு கற்பம்
வெள்ளைப்பூண்டு கற்பம்
வசம்பு கற்பம்
இலந்தை கற்பம்
பொன்னாங்காணி கற்பம்
கிச்சிலி கற்பம்
மாதுளை கற்பம்
தூதுவளை கற்பம்
நாரத்தை கற்பம்
எலுமிச்சை கற்பம்
அத்தி கற்பம்
நுணா கற்பம்
மணத்தக்காளி கற்பம்
வல்லாரை கற்பம்
முக்கிரட்டை கற்பம்
நன்னாரி கற்பம்
ஆதொண்டை கற்பம்
சுண்டை கற்பம்
சில்லி கற்பம்
மாங்கனி கற்பம்
சங்கம்பட்டை கற்பம்
புங்கு கற்பம்
வெண்குன்றி கற்பம்
அழிஞ்சில் கற்பம்
தவசுமுருங்கை கற்பம்

சாறணை கற்பம்

குப்பைமேனி கற்பம்

நெருஞ்சில் கற்பம்

நிலாவாரை கற்பம்

கீழ்க்காய்நெல்லி கற்பம்

துளசி கற்பம்

தேற்றான் கற்பம்

விளா கற்பம்

களா கற்பம்

மருது கற்பம்

நாவல் கற்பம்

விட்டுணுகரந்தை கற்பம்

வெற்பேந்தி கற்பம்

ஓரிதழ் தாமரை கற்பம்

கரிசாலை கற்பம்

ஆடாதோடை கற்பம்

ஏலம் கற்பம்

பறங்கிச்சக்கை கற்பம்

அதிமதுரம் கற்பம்

பேரரத்தை கற்பம்

இலவங்கம் கற்பம்

கொத்துமல்லி கற்பம்

ஓமம் கற்பம்

இஞ்சி கற்பம்

நெல்லி கற்பம்

கடுக்காய் கற்பம்

தேரன் யமக வெண்பா

எருக்கு கற்பம்

அழிஞ்சில், சீதேவியார் செங்கழுநீர் கற்பம்

இஞ்சி, தேன் கற்பம்

நெல்மா, நெய் கற்பம்

கீழாநெல்லி, சுரை, கஞ்சா, கர்ச்சூர் கற்பம்

கடுக்காய் கற்பம்

நாணல் கற்பம்

தாரோட்டம் கற்பம்

சீரகம் கற்பம்

ஆலம்பால் கற்பம்

புளியாரை கற்பம்

நொச்சி கற்பம்

வள்ளைக்கொடி கற்பம்

மூக்கிரட்டை கற்பம்

குப்பைமேனி கற்பம்

தூதுளை கற்பம்

பொன்னாங்காணி கற்பம்

சேராங்கொட்டை கற்பம்

வேம்பு கற்பம்

பனை கற்பம்

தேற்றான் கற்பம்

நெல்லி கற்பம்

கற்றாழை கற்பம்

ஓரிதழ் தாமரை கற்பம்

ஏலம் கற்பம்

துளசி கற்பம்

மணத்தக்காளி கற்பம்

வில்வம் கற்பம்

விளா கற்பம்

வாட்கோரை கற்பம்

கிட்டிக்கிழங்கு கற்பம்

கோரைக் கிழங்கு கற்பம்

அமுக்கார கிழங்கு கற்பம்

வாளை கற்பம்

காணான் கற்பம்

சிறுகீரை கற்பம்

உருளை கற்பம்

நன்னாரி கற்பம்

உத்தாமணி கற்பம்

ஆல் கற்பம்

ஆயில்பட்டை கற்பம்

களிப்பிரட்டை கற்பம்

எலுமிச்சம்பழம் கற்பம்

தாமரை கற்பம்

பிரமதண்டு கற்பம்

கலியாணப்பூசணி கற்பம்

காமேசுவரக் கற்பாவிழ்தம்

சட்டை முனி 100

கடுக்காய் கற்பம்

மிளகு கற்பம்

கரந்தை கற்பம்

சீந்தில் கற்பம்

நூறாண்டு வேம்பின் கற்பம்

கரிசாலை, குப்பைமேனி, செருப்படை கற்பம்

சிவனார் வேம்பு, வாலுளுவை கற்பம்

தூதுவளை கற்பம்

அண்டக் கற்பம்

போகர் கற்பம் 300

கடுக்காய் கற்பம்

வரிக்குமரி கற்பம்

மிளகு கற்பம்

சிவகரந்தை கற்பம்

வெண்கரந்தை கற்பம்

கருங்கரந்தை கற்பம்

கொட்டைக்கரந்தை கற்பம்

சிவப்பு கரந்தை கற்பம்

விஷ்ணு கரந்தை கற்பம்

வெள்ளை விஷ்ணு கரந்தை கற்பம்

சூரியகாந்தி கற்பம்

ஓரிலைத் தாமரை கற்பம்

விடத்தலைவேர் கற்பம்

சீந்தில் கற்பம்

வேம்பு கற்பம்

கறுப்பு வேம்பின் கற்பம்

சர்க்கரை வேம்பின் கற்பம்

பொற்றலைக் கையான் கற்பம்

கரு கரிசாலை கற்பம்

கிளிமூக்கு மரம் கற்பம்

சிவனார் வேம்பு கற்பம்

வெள்ளைத் தூதுளை கற்பம்

பிரம்மி கற்பம்

கல்பிரம்மி கற்பம்

நெல்லி கற்பம்

கருநெல்லி கற்பம்

கற்பூர வில்வ கற்பம்

பலாசு கற்பம்

வெள்ளை நீர்முள்ளி கற்பம்

செந்நாயுருவி கற்பம்

கருந்துளசி கற்பம்

கருவீழி கற்பம்

குழலாதண்டை கற்பம்

கருவூரார் வாதகாவியம் 700

குமரி கற்பம்

அழுகண்ணி கற்பம்

நாதாளி கற்பம்

வல்லாரை கற்பம்

பாகுசிவாய்விளங்கக் கற்பம்

திப்பிலி, வாய்விடங்கக் கற்பம்

பலாக்கொட்டை தைலக் கற்பம்

கீழாநெல்லி கற்பம்

தூதுளை கற்பம்

கையான் கற்பம்

நாறுகரந்தை கற்பம்

பேய்ச்சுரை கற்பம்

வேம்பின் கற்பம்

வேம்பின் தைலம் கற்பம்

வேங்கை மரக் கற்பம்

சோதிப்புல் கற்பம்

சாயாவிருட்சம் கற்பம்

கருநெல்லி கற்பம்

மேற்கண்ட மூலிகைகளைக் கற்ப நெறிப்படி உண்ணும் முறைகள் அந்தந்த நூற்களில் கூறப்பட்டுள்ளன. அம்முறைகளைச் சரியாகப் பின்பற்றிவர, தக்க பலன்கள் உண்டாகும்.

கற்பயோகம்

யோகம் என்ற சொல் 'யுக்'- இணைவித்தல் என்ற சொல்லின் வழியாகப் பிறந்தது. ஐம்பொறி புலன்களால் மனம் சிதறிப்போகாவண்ணம் ஒருநிலைப்படுத்தி, பேரின்பமொன்றையே மனதில் நினைத்து, ஆகமவிதிப்படி ஒழுகி இறைவனுடன் இரண்டறக்கலப்பதுவாகும். சித்தர்கள் உயிருடன் இருக்கும் நிலையிலேயே இறைவனுடன் இரண்டறக் கலந்து வாழ்ந்து காட்டினர். அந்த நிலையை அடையும் வழியையே யோகம் என்றனர்.

யோகத்தின் வகைகள்

1. கர்ம யோகம்: பலன் கருதாத செயல்பாடே கர்ம யோகம். "கர்மமே கண்ணாயினன்" என்று கூறுவதற்கொப்ப தான் செய்யும் தொழிலே தெய்வம் என்ற எண்ணத்துடன் வாழ்ந்து, அதன் மூலம் பேரின்பம் அடையும் நிலையே கர்ம யோகம். பகவத் கீதை இதனைப் போற்றுகிறது.

2. பக்தி யோகம்: இறைவனிடம் செலுத்தும் பக்தி மார்க்கத்தின் மூலம் ஆன்மாவை உய்விக்கும் நிலை பக்தி யோகமாகும்.

3. ஞான யோகம்: ஞான மார்க்கம் அல்லது அறிவின் ஆற்றலால் இறைவனை அடையும் மார்க்கம் ஞானயோகம் எனப்படும்.

4. இராச யோகம்: மனதை ஒரு நிலைப்படுத்தி இயம, நியமமாகிய எண்வித பயிற்சிகள் மூலம், மூலாதாரத்தில் உறங்கிக் கிடக்கும் குண்டலினி சக்தியை மேல் எழுப்பி, ஆறு ஆதாரங்கள் வழியாகச் செலுத்தி, ஆக்ஞைக்கு மேலுள்ள சகஸ்ராரத்தில் அதனை நிறுத்தி, மதியமுது என்னும் அமிர்தத்தை உண்ணச் செய்து, பேரின்ப நிலையை அடையச் செய்வதே இராச யோகமாகும்.

இராச யோகத்தின் அங்கங்கள்

1. இயமம் (Universal moral commandments)
2. நியமம் (Self Purification by discipline)
3. ஆதனம் (Postures)
4. பிராணாயாமம் (Rhythmic control of the breath)

5. பிரத்தியாகாரம் (Withdrawal and emancipation of the wind from domination of senses and exterior objects)

6. தாரணை (Concentration)

7. தியானம் (Meditation)

8. சமாதி (A state of super consciousness brought out by profound meditation in which the individual aspirant becomes one with the object of his meditation - Paramatma or the universal spirit).

முதல் மூன்று நிலைகளாகிய இயமம், நியமம், ஆதனம் ஆகியன வெளிப்படையான செயல்களானதால் அவை பகிரங்க அல்லது வெளிப்படை சாதனைகள் எனப்படும்.

பிராணாயாமம், பிரத்தியாகாரம் ஆகிய இரண்டும் உள் முகமான வாசியையும் மனதையும் பொறுத்ததாக அமைவதால் அவற்றை அந்தரங்க அல்லது உள்முக சாதனைகள் என்றழைக்கின்றனர்.

தாரணை, தியானம், சமாதி ஆகிய மூன்று நிலைகளும் ஆன்மாவைப் பேரான்மாவுடன் இணையச் செய்யும் செயல்பாடுகளாதலால் அவை அந்தராத்மா அல்லது உள்முக ஆன்ம சாதனை எனப்படும்.

இராச யோகத்தின் எண்வித அங்கங்களைப் பற்றிய விபரங்கள் திருமூலரின் திருமந்திரத்தில் விரிவாகக் கூறப்படுகின்றன. யோக சூத்திரத்தின் சமாதி பாதம், சாதன பாதம், விபூதி பாதம், கைவல்ய பாதம் என நான்கு பகுதிகளில் 195 சூத்திரங்களில் இவை விளக்கப்படுகின்றன.

திருமூலர் திருமந்திரத்தில்

இயம நியமமே எண்ணிலா ஆதனம்
நயமுறு பிராணா யாமம் பிரத்தியாகராஞ்
சயமிகு தாரணை தியானஞ் சமாதி
அயமுறும் அட்டாங்கமாவதுமாமே

எனக் கூறப்படுகிறது.

பதஞ்சலி முனிவரின் சாதன பாதம் 29வது சூத்திரத்தில்

யம நியம ஆசன ப்ராணாயாம, பிரத்யா
ஹார தாரண, த்யான சமாதயோ

என்று கூறப்படுகிறது.

இராச யோகம் செய்வதன் மூலம் குண்டலினி சக்தியை எழுப்பி மதியமுது உண்டு, உடலினை அழியாமல் காத்துப் பேரின்பநிலை அடையலாம் என்று கூறப்படுவதால் இராசயோக முறை கற்ப முறைகளில் ஒன்றாகப் பேசப்படுகிறது.

மூலநாடிதன்னிலே முளைத்தெழுந்த சோதியை
நாலுநாழி உம்முள்ளே நாடியே யிருந்தபின்
பாலனாகி வாழலாம் பரம்பிரம்ம மாகலாம்
ஆலமுண்ட கண்டராணை அம்மையாணை உண்மையே

என்னும் சிவவாக்கியரின் பாடலால் இதனை அறியலாம்.

ஆறு ஆதாரம் கடந்த ஆனந்தப் பேரொளியை
பேறுருகக் கண்டு பெற்றிருப்பதெக்காலம்

என்று பத்திரிகிரியார் என்னும் சித்தர் புலம்புகிறார்.

இராச யோகம் தவிர ஹடயோகம் என்னும் உடல் பயிற்சிகளைப் (Physical discipline) பற்றி ஹடயோகா பிரதீபிகா என்னும் நூலில் விரிவாகக் கூறப்படுகிறது. இராசயோகம், ஹடயோகம் ஆகிய இரண்டும் வெவ்வேறு தன்மையானவை என்று கூறப்பட்டாலும், பேரின்ப நிலை அடைய உடல், உயிர் இரண்டும் தேவை என்பதால் இருவிதப் பயிற்சிகளும் ஒன்றுக்கொன்று துணை செய்வனவாக எண்ணப்படுகின்றன.

உடம்பிலேதான் உயிரும், உயிருக்கு ஆதாரமான பரம்பொருளும் இருக்கின்றன. உடல் அழிந்தால் உயிரும் அழிந்துவிடும். நிலையான மெய்ஞானத்தை அடைய முடியாது. உடலைப் பாதுகாத்தால்தான் உயிரை வளர்க்க முடியும் என்பது உறுதியாகின்றது.

யோகம் என்பது மிகப் பழமையான மனதைக் கட்டுப்படுத்தும் தியானமார்க்கமாகும். மொகஞ்சதோராவில் கிடைத்த கி.மு. நாலாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முற்பட்ட முத்திரையிலும் யோக நிலையில் உள்ள முனிவரது உருவம் பொறிக்கப்பட்டுள்ளது. வேத உபநிடதங்களிலும் யோகத்தைப் பற்றிய குறிப்புகள் உள்ளன. சமண, பௌத்த மதங்களிலும் கூட யோகமும் தியானமார்க்கமும் நடைமுறையில் உள்ளன என்பது குறிப்பிடத்தக்கதாகும்.

கற்பம் மற்றும் யோகம் பற்றிய விரிவான விளக்கத்தைத் "சித்த மருத்துவம் தொகுதி-3: சிறப்பியல்" என்னும் நூலில் காணலாம்

20

முப்பு

மரு. வீ. சுப்பிரமணியன்

முன்னுரை

முப்பு என்பது வளி, தீ, நீர் ஆகிய மூன்று பூதப் பண்புகளுடைய உப்புகளின் கூட்டுறவால் ஏற்படும் கற்ப மருந்து என்பர். முப்பு மூப்பினை அறுக்கும். முப்பு என்பது வழலை எனப்படும் பூநீற்றிலிருந்து பெறப்படும் ஒரு பெருமருந்து என்றும் கூறுவர்.

முப்பு வகைகள்

முப்பு சேர்க்கப்படும் மருந்துகள் தன் வலிமையில் மிகுந்து காணப்படும். இது வைத்திய முப்பு ஆகும்.

வாத முப்பு எனப்படும் வகை செம்பு போன்ற தாழ்வான உலோகங்களைத் தங்கம் போன்ற மேலான உலோகங்களாக மாற்றும் வல்லமை படைத்தது. இதுவே சித்தர்களின் அரிய வேதியல் கண்டுபிடிப்பாகும்.

யோக முப்பு எனப்படுவது இராசயோகத்தின் பலனால் கிடைக்கப்பெறும் மதியமுது என்பர். மூலாதாரத்தில் சுருண்டு கிடக்கும். சக்தியை யோக வல்லமையால் மேலெழுப்பி சுவாதிட்டானம், மணிபூரகம், அனாகதம், விசுத்தி, ஆக்கினை வழியாகச் செலுத்தி சகஸ்ரார்த்தில் நிறுத்தும்பொழுது அங்கு சுரக்கும் ஓர் அமிர்தமே யோக முப்பு என்பதாகும். அதனை அண்ணாக்கு வழியாக உட்செலுத்தி உண்ண வல்லவராகிவிட்டால், அவருக்கு உணவு எதுவும் தேவையில்லை. இவ்வமிர்தமே உணவாக இருந்து அவரைச் சாகாமல் நிலை நிறுத்தும்.

மனிதன் சாகாமலிருப்பதற்குத் தேவையான அமிர்தம் சுரப்பதற்குப் பல ஊற்றுகள் உடலின்கண் உள்ளன.

அமுத ஊற்று

இத்தகைய ஊற்றுகளிலிருந்து சுரக்கும் அமிர்தமெனும் நீரினை உடலுக்குள் தக்க அளவில் பாயச் செய்து, தக்க முறையில் அதனைப் பயன்படுத்தினால் உடலுக்கு அல்லது உடல் திசுக்களுக்கு ஏற்படும் அழிவினைத் தடுத்து, உடல் சிதையா வண்ணம் இளமையுடன் இருந்து, நெடுநாட்கள் வாழ இயலும் என்று கூறுவர். நவீன விஞ்ஞானத்தில் கூறப்படும் நாளமில்லாச் சுரப்பிகள் என்பன இவ்வூற்றுகளுக்கு நிகரானவையே. இவற்றையே சித்தர்கள் ஆயுட்காலத்தை வெல்லும் உறுப்புகள் என்பர்.

உயிரையும் உடலையும் பேணிக் காக்கும் இவ்வமிர்தத்தை உண்ண, மூச்சுப் பயிற்சி மூலம் பழகுதல் அவசியம்.

உடலிற் கிடந்த உறுதிக் குடிநீர்க்
கடலிற் சிறுகிணறு ஏற்றமிட்டாலொக்கும்
உடலில் ஒருவழி ஒன்றுக்கிறைக்கில்
நடலைப் படாதுயிர் நாடலுமாமே.

ஈராறு கால்கொண்டெழுந்த புரவியைப்
பேராமல் கட்டி பெரிதுண வல்லீரேல்
நீராயிரமும் நிலமாயிரத் தாண்டும்
பேராது காயம் பிரான் நந்தியாணையே

என்பது திருமூலர் கருத்தாகும்.

உள்ளிடைச் சுரப்பிகளில் ஊறும் சுரப்பு நீர் அல்லது சத்துகள் உடலின் முக்கிய உறுப்புகளான மூளை, நரம்புத்திசுக்கள், இதயம் ஆகியவற்றின் செயல்பாட்டைக் கட்டுப்படுத்துகின்றன. முதுமையடையும் காலத்தில் வளர்சிதை மாற்றங்களில் பங்கு பெறும் முக்கிய உடல் உறுப்புகளில் இணைப்புத் திசுக்கள் நிரம்பி, அவற்றின் செயல்பாட்டைக் குறைக்கின்றன. முக்கிய உடல் உறுப்புகளில் காணும் உயர்குல அணுக்கள் எண்ணிக்கையில் குறைவதால் உடல் செயல்திறன் குன்றி, ஞாபக சக்தி குறைகிறது. அறிவுத் திறமை குறைகிறது. மற்ற உள்ளுறுப்புகளை ஆட்சி செய்யும் திறன் குறைகிறது.

திருமூலரின் கூற்றுப்படி உயர்குல அணுக்கள் குறையாத தன்மையுடனிருந்தால்தான் உடம்பில் அழியாத் தன்மை ஏற்படும்.

உடலில் உள்ள உள்ளிடைச் சுரப்பிகளில் உயர்குல அணுக்கள் உள்ளன. இவ்வுயர் குல அணுக்களின் தொகுதியிலிருந்து சிவக்குடிலை நீர் எனப்படும் முப்பு சுரக்கிறது. உடலின் வளர்சிதை மாற்றங்களைக் கட்டுப்படுத்துகின்றது. நரம்பு மண்டலத்தைக் கட்டுப்படுத்தும் தொழிலையும் இது செய்கின்றது. சுவலி, வீதன, பக்கவீதன, பிருக்கோட்ரி போன்ற உள்ளிடைச் சுரப்பிகளின் முப்புகளும், இனவிருத்திச்சுரப்பிகளுமே உடலின் பல்வேறுவித செயல் மாறுபாடுகளை உண்டுபண்ணுவன. திருமூலர் கூறியபடி இவற்றின் செயல் திறனை குன்றாமல் வைத்திருந்து, அவற்றின் முப்புச் சத்துகள் எப்பொழுதும் சுரக்கும் வண்ணம் செய்து கொண்டிருப்போமானால் உடல் இளமையோடிருக்கும். உயிருக்கு எந்தவித ஆபத்தும் ஏற்படாது. மனிதன் முதுமையடையாமல் வாழமுடியும்.

இதற்கு ஆதாரமாகத்தான் வாசிப்பயிற்சியையும் அட்டாங்க யோகத்தையும் திருமூலர் கூறியுள்ளார்.

உள்ளத்தின் உள்ளே உளபல தீர்த்தங்கள்
மெல்லக் குடைந்து நின்றாடார் வினைகெடப்
பள்ளமும் மேடும் பரந்து திரிவரே
கள்ளமன முடைக் கல்வியிலோரே

திருமந்திரம் 492

வீரமருந்தென்றும் விண்ணோர் மருந்தென்றும்
நாரிமருந்தென்றும் நந்தியருள் செய்தான்
ஆதிமருந்தென் றறிவார் அகலிடஞ்
சோதிமருந்திது சொல்ல வொண்ணாதே

திருமந்திரம் 830

தெளிதரும் இந்தச் சிவநீர் பருகில்
ஒளிதரும் ஓராண்டில் ஊனமொன்றில்லை
வலியிறும் எட்டின் மனமும் ஒடுங்கும்
வளிதரும் காயம் கனகமதாமே

திருமூலர் 826

இங்கு சிவநீர் என்பது மதியமுது என்னும் அமிர்த நீரைக் குறிக்கும். இராசயோகத்தின மூலம் இதனை அடைய முடியும். வாசிப் பயிற்சியினால் இதனைக் கைக் கொள்ளலாம் என்பதைச் சிவவாக்கியர்,

உருத்தரித்த நாடியில் ஒடுங்கி நின்ற வாயுவை
கருத்தினால் இருத்தியே கபால மேற்ற வல்லீரேல்
விருத்தரும் பாலராவர் மேனியும் சிவந்திடும்
அருள்தரித்த நாதர்பாதம் அம்மை பாதம் உண்மையே

என்று அறுதியிட்டுக் கூறுகின்றார். இதனையே திருமூலர்,

ஏற்றி இறக்கி இருகாலும் பூரிக்கும்
காற்றைப் பிடிக்கும் கணக்கறி வாரில்லை
காற்றைப் பிடிக்கும் கணக்கறிவாளருக்கு
கூற்றை உதைக்கும் குறியதுவாமே

என்று உறுதிபடுத்துவர். மேலும் ஔவைக் குறள்

ஊறு மமிர்தத்தை யுண்டிடப் பார்க்கில்
கூறும் பிறப்பறுக்கலாம்

என்று கூறுகிறது.

திருமந்திரம் மதியமுது அல்லது சந்திரா அமிர்தம் சுரக்கும் பகுதி ஒன்று உச்சியில் சுமுழுனையில் அமைந்துள்ளது என்பதைப் புலப்படுத்துகின்றது. இச்சந்திரா அமிர்தத்திற்குக் கார்ப்பு, உவர்ப்புச் சுவைகள் உண்டென்றும், இது பால், தேன், நெய் போன்றிருக்கும் என்றும் கூறப்படுகிறது. இது சுரந்தால் காயம் சித்தியடைகிறது.

உண்டநீர் உனக்குள் பாய்ந்திடில்
சண்டனில்லை சாக்காடெய்துவதில்லை

என்று ஞானவெட்டியான் கூறுகிறது. வாயு தாரணை என்னும் மூச்சுப்பயிற்ச்சி மூலம். மூலக்கனலை எழுப்பி, குண்டலினி சக்தியைத் தூண்டுவது அந்திதாரணை எனப்படும். இவ்வாறு முறைப்படி பயிற்சி செய்து யோக முப்புவைப் பருகலாம்.

சூரியங்கடந்த சுடரொளியைக் கண்டால்
மரணம் பிறப்பில்லை வீடு

என்று ஔவைக் குறள் கூறுகிறது.

மதியமுதினை கரவாப்பால், காயாப்பால், அமிர்தம் என்று பல்வேறு பெயர்களில் சித்தர்கள் கூறுவர். இவ்வமிர்தத்தை உண்ணப் பசித்திருத்தலே, இராமலிங்க அடிகளாரின் பசித்திரு என்ற சொல்லின் பொருளாம். இவ்வமிர்தத்தை

எவன் உண்ணுகிறானோ அந்த யோகி வியாதி இல்லாதவனாகத் தாமரைத் தண்டுபோல மிருதுவான சரீரம் உடையனவாக, வெகுகாலம் உயிர் வாழ்வான் என்று சிவயோக சாரம் கூறுகின்றது.

மாங்காய்ப் பாலுண்டு மலைமேலிருப்போருக்குத்
தேங்காய்ப்பால் ஏதுக்கடி - குதம்பாய்
தேங்காய்ப்பால் ஏதுக்கடி

என்று குதம்பைச் சித்தரும் அழகாக வினவுகின்றார்.

முப்புவின் பயன்பாடு

இயற்கையாகவே உடலில் கிடைக்கும் முப்புவைப் பற்றிய விபரத்தையும், சரியான முறைகளைப் பின்பற்றி அவ்வமிர்தத்தை உண்ட யோகிகளே வைத்திய முப்பு செய்யும் விதம் பற்றியும் அறிந்தவர்களாக உள்ளனர். மருத்துவத்தில் தாதுப்பொருட்களை எளிதிலும் விரைவிலும் பற்பம், செந்தூரம், சுண்ணம் இவைகளாக முடிக்க இம்முப்பு பயன்படுகிறது. இவ்வாறு முப்புவினால் முடிந்த மருந்துகள் பெரிதும் பலன் அளிக்கும். இம்முப்புவைப் பிற மருந்துகளுடன் கலந்து கொடுக்கப் பிணி விரைவில் நீங்கும். முப்புவைத் தனித்து உண்டுவர உடல் காய கற்பமாகும். பிணி ஏதும் அணுகாமல், நரை, திரை, மூப்பின்றி, என்றும் இளமையாக இருக்கச் செய்யும்.

இம் முப்பு பற்றி போகர் ஏழாயிரம் கீழ்க்கண்டவாறு உரைக்கின்றது:

வளமுடனே முப்புவைக் கண்டபோது
வாகுடனே யேமத்துக் குறுதியாச்சு
வளமையுடன் வயித்தியமும் வாதயோகம்
பலிக்குமடா முப்புவின் மார்க்கத்தாலே
இளமையுடன் மூப்பகலு முப்புவாலே
எழிலுடனே நீயுமொரு சித்தனாவாய்
நளபதியும் முப்புவை உண்டபோது
நரைதிரை மாற்றுமல்லோ இராசனாமே

தீய்ச்சலுடன் உப்புக்கு தீட்சை செய்து
திறமுடனே காயத்துக் குறுதி பண்ணு
பாய்ச்சலுடன் முப்புவைத் தின்றாயானால்
பாங்குடனே தேகமது இறுகுந்தானே

காகபுசண்டர் வைத்தியத்தில் பயன்படும் முப்புவின் பயன் பற்றிப் பின்வருமாறு கூறுகிறார்:

ஆச்சடா உடம்பிலுள்ள வியாதியெல்லாம்
அணுப்போல உண்டிடவே பறந்துபோகும்
வாச்சடா தேகசித்தி அதிகமாச்சு.

நேரப்பா அணுப்போல சரக்குக்கெல்லாம்
நிச்சயமாய்ப் பூசியுந்தான் புடத்தில் போடு
வீரப்பா நீறுமடா நவலோகந்தான்
வேதையகன்ற வித்தையெல்லாம் கைக்குள்ளாச்சே

வைத்திய முப்பு மருத்துவத்தில் சிறப்பாகப் பயன்படுவது போன்று, வாத முப்பு தாழ்வான உலோகங்களைத் தங்கம் போன்ற மேலான உலோகங்களாக மாற்றவும், வேதித்துப் பெறப்படும் களங்கு, உருக்கு போன்றவைகளைச் செய்வதற்கும் பயன்படுகிறது.

முப்பில் சேர்க்கப்படும் பொருட்கள்

வாத, வைத்திய முப்புகளில் பயன்படுத்தும் பொருட்கள் பற்றி சித்தர்கள் பலரும் பல்வேறு கருத்துகளைக் கொண்டுள்ளனர்.

- ❖ தீட்சை செய்யப்பட்ட பூநீறே முப்பு
- ❖ அமுரி, கல்லுப்பு, வெடியுப்பு போன்ற காரசாரங்கள் அடங்கியது முப்பு
- ❖ தலைச்சன் குழந்தை மண்டையோட்டிலிருந்து பெறப்படுவது முப்பு
- ❖ பனிக்குடத்தின் நீருடன் சில சரக்குகள் சேர்த்து முடிக்கப்படுவது முப்பு
- ❖ மலசலத்தை வாலையிலிட்டு வாங்கிய தைலத்துடன் வீரம் முதலியன சேர்த்து பெறப்படுவது முப்பு
- ❖ அண்ட ஓட்டிலிருந்தும், அண்டக்கல்லிருந்தும் பெறப்படுவதே முப்பு

என்று பல்வேறு விதமாகக் கூறப்பட்டுள்ளது.

இது தொடர்பாக சித்தர் நூல்களில் காணப்படும் கீழ்க் காணும் சொற்கள் மிக முக்கியத்துவம் உடையனவாகும். இச்சொற்கள் சித்தர்களின் முப்பு பற்றிய சூத்திரப் பாடல்களில் விரவிக் காணப்படுகின்றன. இவற்றிற்குரிய அர்த்தங்களைப்

பல்வேறு சித்தர்கள் பலவிதமாகக் கூறுகின்றனர். இதைப் பற்றிய முழுவிபரம் தெரிந்தால்தான் முப்பு என்னும் பொருளைச் சரியான முறையில் தயாரிக்க இயலும்.

பூநீறு, வழலை, அண்டக்கல், அமுரி, சவுக்காரம், அண்டஓடு, சுத்தகங்கை, குளவிக்கூடு, சாகாக்கால், வேகாத் தலை, அடி, நடு, முடி, ஏகமூலி, வேங்கை, வாலைப்பெண், மனோன்மணி, சாகாமூலி, முடிக்கனல், அடிப்புனல், நடுக்கால், வன்னிபீசம், பிரமக்கல், வெள்ளைக்கல் என்பனவாம்.

அகத்தியர், போகர், மச்சமுனி, கொங்கணர், பதஞ்சலி, திருவள்ளுவர் போன்ற சித்தர்கள் முப்பு தயாரிக்கும் விதம் பற்றி மறைபொருட் பாடல்களாகக் கூறியுள்ளனர்.

இந்துப்பு, சோற்றுப்பு, அண்டக்கல் இவற்றை முட்டை வெண்கருவால் அரைத்து வில்லை செய்து, புடமிட்டெடுக்கச் சுண்ணமாகும் என்றும்

இச்சுண்ணத்தை எருக்கம்பாலுடன் சேர்த்துச் செயநீராகச் செய்து வைத்துக் கொண்டால் அதை உபயோகித்து 64 வகை உபரசங்களையும் சுண்ணமாக்க முடியும் என்றும் இதுவே கொங்கணவரின் முப்பு என்றும் கூறியுள்ளார்.

பூநீறு, அண்டக்கல், கல்லுப்பு இந்த மூன்றும் சேர்ந்ததே வைத்திய முப்பு என்றும் கூறப்படுகிறது.

பூநீறு

பூநீறு என்பது பூமிக்கு அடியிலிருப்பது. மாசி, பங்குனி, சித்திரை மாதங்களில் உவர் மண் நிலத்தின் மேல்பரப்பில் பௌர்ணமி நாளிரவில் நீராக வெளிப்பட்டு, வெளிக்காற்றுடன் சேர்ந்து உப்பாக மலர்ந்து மண்ணோடு மண்ணாகக் கலந்து விடும். பகல் நேரங்களில் பார்த்தால் இந்தப் பூநீறு வெளியாகி உறைந்த இடத்தில் வெண்மை நிறமாகத் தோன்றும்.

பூநீறு கிடைக்கும் இடங்கள்

பூநீறு எல்லா இடங்களிலும் கிடைப்பதில்லை. முக்கியமாக களர்மண் அல்லது உவர்மண் பூமிகளிலிருந்தே கிடைக்கும். களர் நிலம் எல்லா மாநிலங்களிலும் இருக்கிறது. அகத்தியர் 12000 என்னும் நூலில் தென்பாண்டி நாடு, சோழ நாடு ஆயிவற்றில் உள்ள ஊர்களான திருப்பரங்குன்றம், கன்னிவாடி, திண்டுக்கல், திருப்புவனம், திருவானைக்கா, திருச்செந்தூர், கிளியனூர், வில்லியனூர், மன்னார்குடி, பசுமலை, சதுரகிரி, திருமங்கலம், முகவை,

வெள்ளியங்கிரி, வைகை நதியின் கோடிப்பகுதி, தருமபுரி, சிவகங்கை, இலங்கையிலுள்ள கதிர்காமம், கண்டி, காசிக்கு வடபகுதியிலுள்ள கங்கைக்கரை பகுதிகள், கிரணநாடு முதலிய பகுதிகளில் பூநீறு மிகுதியாகக் கிடைக்கும் என்று கூறப்பட்டுள்ளது.

பூநீறு எடுக்கும் முறை

பூநீறு எடுக்கவேண்டிய காலநேரம் அறிந்து எடுக்கும் சரியான பூநீறுதான் மருந்துக்கு ஆகும். மாசி, பங்குனி, சித்திரை மாதங்களில் வளர்பிறை தசமிக்குள் இரவு நேரத்தில் பூநீறு சுரக்கும் இடத்திற்குச் செல்லவேண்டும். பூநீறை எடுப்பதற்குத் தகுந்த கண்ணாடியில் செய்யப்பட்ட கரண்டிகளால் பூநீறை எடுத்து மண்பானை அல்லது கண்ணாடி பாத்திரத்தில் நிரப்ப வேண்டும். பூநீறானது பூமியின் அடியிலிருந்து நீர்க்கசிவாக ஏற்பட்டு வெளியே வரும். இக் கசிவுநீர் பூமியின் மேற்பரப்பில் படர்ந்து பூத்துப்பூத்து அவ்விடத்தின் மேற் காற்று பட்டு, சிறிது வெண்மையான நிறத்தில் உப்பு போல் தென்படும்.

பூநீறு கலந்த மண்ணைத் தேவைக்குத் தக்கபடி அளவோடு எடுத்துக் கொண்டு அம்மன் கோவில் வலது பக்கமாகச் சென்று இடதுபக்க வழியாகத் திரும்ப வேண்டும். தெய்வத்தை நினைத்து, தர்மத்திற்கே உனது பொருளைப் பிச்சை எடுத்துச் செல்கிறேன் என்று மனதில் மானசீகமாக நினைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

பூநீறை எடுத்து இரண்டு மடங்கு நல்ல தண்ணீரில் கரைத்து, நல்ல வெள்ளைத் துணியை ஒரு பானையில் வடிகட்டுவதற்குத் தகுந்தவாறு கட்டி வடிகட்டிக் கொள்ள வேண்டும். துணியில் தங்கிய கசடை நீக்கிவிட்டு மறுபடியும் வடிகட்ட வேண்டும். துணியின் மடிப்பைக் கூட்டி மேலும் மேலும் பலமுறை வடிகட்டி அப்பழுக்கற்ற தூய்மையான நீரைப் பெறவேண்டும். இந்நீரை அடுப்பிலிட்டுக் காய்ச்சியோ வெயிலிலோ காய வைத்து உப்பினைப் பெறலாம்.

முதல் உப்பு

இவ்வுப்பில் நெய்ப்புத் தன்மை இருக்கக் கூடாது. அதை நீக்க சிப்பி சாம்பல் கரைத்த தெளிவு நீர், கல் சுண்ணத் தெளிவு நீர் முதலியவற்றில் கரைத்து, சுத்தி செய்த சுத்தமான உப்பைப் பெறவேண்டும். இதுதான் சக்தியுப்பு, வாலையுப்பு, தாய் உப்பு, அன்னை உமைநாத உப்பு எனப் பல பெயரால் கூறப்படுகிறது. இதை சுண்ணமாக்கி மருந்தில் பயன்படுத்தலாம். பூநீறைச் சுத்தி செய்து எடுத்த உப்பு, முப்புவின் முதல் உப்பு எனப்படுகிறது.

நடு உப்பு

அண்டக்கல் என்பது முப்புவின் நடு உப்பு அல்லது இரண்டாம் உப்பு எனப்படும். பூநீறு எடுக்கும் நிலத்தில் கிடைக்கும் சுண்ணாம்புக்கல் போன்ற கல்தான் அண்டக்கல் எனப்படுகிறது. பூநீறு எடுத்த அதே நிலத்தில் இரண்டு முழ ஆழத்திற்குப் பள்ளம் தோண்டினால் இந்தச் சுண்ணாம்புக் கற்கள் கிடைக்கும். இந்தக் கற்களின் உருவ அமைப்பு நாம் உணவிற்குப் பயன்படுத்தும் சுக்கைப் போன்று அளவில் இரண்டு மூன்று மடங்கு பெரிதாக இருக்கும். இதுவே பிரம்மக் கற்கள் என்றும் கூறப்படும்.

அண்டக்கல்லில் கோரை, சவ்வு எனப்படும் அசுத்தங்கள் இருக்கும் எனவும் அதனை நீக்குவது அவசியம் எனவும் கூறப்படுகிறது.

மூன்றாவது உப்பு

முப்புவின் மூன்றாவது உப்பு கல்லுப்பு ஆகும். இக்கல்லுப்பு வெண்ணிறத்தை உடையது. கடலில் விளையக் கூடியது. இதனைப் பாறையுப்பு என்றும் கூறுவர். வாரி என்றும், மப்பு என்றும், திராபோகம் என்றும் இதற்கு வேறு பெயர்கள் உள்ளன.

காணவே கல்லுப்பு என்றிதனை விற்பார்
கடலிலியே பாறைக்குள் வளர்ந்த உப்பு
தோணவே பளிங்குக்கல் போன்றிருக்கும்
துவர்ப்புடனே புளிப்பிருக்கும் மருந்துக்காகா

என்று ஆகாத உப்பையும் வசிட்டர் முப்பு வைத்திய சூத்திரம் கூறுகிறது. எனவே சரியான கல்லுப்பைத் தெரிந்தெடுக்க வேண்டும்.

மேற்கண்ட மூன்றினையும் சுண்ண வடிவாக்கிச் செய்யும் முறையே முப்பு செய்முறை என்று கூறப்படுகிறது. சித்தர்களால் கூறப்பட்ட பல்வேறு முறைகளில் இதுவும் ஒன்று.

சாகாக்கால், வேகாத்தலை, போகாப்புனல் என்ற இம்மூன்றுமே முப்புவுக்கு ஆதாரமாக உள்ள பொருட்கள். இவற்றைச் சித்தர்கள் பலரும் பல பொருளில் கூறியுள்ளமையால் முடிந்த முடிவாக முப்புவினை அறிந்து கொள்ள இயலாத நிலை உள்ளது. ஆனால் எல்ல வகையான சித்தர் நூற்களையும், நிகண்டுகளையும் ஆராய்ந்து தெளிவான கருத்தை அடைய முயற்சித்தால் நிச்சயம் வெற்றி காணலாம்.

இராமலிங்க அடிகளாரும் உண்மையை அறிய முடியாது தவித்துள்ளார்.

பட்டினத்தார், பத்திரகிரியார், இடைக்காட்டுச் சித்தர், பாம்பாட்டி சித்தர், அழுகண்ணிச் சித்தர் முதலியோர் பாடல்களிலும், அகத்தியர் ஞானம், காகபுசண்டர் ஞானம், ஞானசரநூல், கருவூரார் பூசாவிதி முதலிய நூல்களிலும் இவை பற்றிய குறிப்புகள் உள்ளன.

கால் என்பதைக் காற்று என்னும் பொருளிலும், தலை என்பதை ஆறு ஆதாரங்களுக்கு மேல் உள்ள சகஸ்ராரம் என்னும் பகுதியைக் குறிப்பதாகவும், அமுரி என்றும், மதியமுது தோன்றும் இடமாகிய ஆயிரம் இதழ் தாமரையே தலை என்றும் சில சித்தர்கள் கூறுகின்றனர். எவ்வாறாயினும் தலை, கால் என்னும் சொற்கள் மரணமில்லாப் பெருவாழ்வைக் குறிக்கும் குழூக் குறிகளாகும்.

ஆதார நூல்கள்

1.சித்தர்களின் சாகாக் கலை, சி.எஸ். முருகேசன்.

2. தத்துவ தரிசனங்கள், இ. எஸ். டி. செ. ஞானம்.

3.முப்பு எனும் கற்ப மருந்து, சு. அப்துல் ஜப்பர்.

4. உடல தத்துவம், பு.மு. வேணுகோபால்.

5. சித்த மருத்துவம் - சிறப்பு, R. தியாகராசன்.

சொல்லடைவு

அ.்.றிணை 25,194
அக்கரம் 152
அக்கினி 185
அக்கினி மந்தப்படல் 218
அக்கினியின் அர்த்தாம்சம் 20
அகங்காரம் 20,39,44,45,64,73
அகத்திக் கீரை 116,117
அகத்திய முனிவர் நாடி நூல் 171,174
அகத்தியர் 77
அகத்தியர் -12000 273
அகத்தியர் செந்தூரம் முந்நூறு 230
அகத்தியர் ஞானம் 276
அகமருந்து 200,209
அச்சம் 41
அசர்க்கரை வகுப்பு 244
அசீரணம் 155,164,165,189
அசுர மருந்து 200
அசோகு 188
அஞ்சனம் 256
அட்டமாசித்தி 54
அட்டமாதிபதி 99
அட்டாங்கயோக நூற்கள் 78
அட்டாங்கயோகம் 54,74,109,269
அட்டைவிடல் 215
அடிப்புனல் 273
அடுப்புக்கரி 189
அடை 201
அண்டக்கல் 273,275
அண்டம் 1,2,5,6,9,10,14,27,98
அண்டவெளி 113
அணிமா 85,87
அணு 35,106,108,111,113
அணுத்திரளை 30
அத்தி 46,169,188
அதிமதுரம் 135,219,220
அந்தக் கரணம் 19,20,73
அந்தணர் 194
அந்திதாரணை 270
அப்புவின் அர்த்தாம்சம் 20
அப்புவின் கோபம் 22
அபாவம் 68,71
அபானன் 3,26,47,154,172,173
அம்மை நோய் 10,115
அமர்வாசயம் 50
அமிலம் 12,119
அமுரி 273,276
அயச்செந்தூரம் 228,237
அயப்பற்பம் 146,236
அயம் 234
அயவீரச் செந்தூரம் 228

அயனன் 158
அர்ச்சுனன் 121
அரசர் 194
அரசவேர்ப்பட்டை 190
அரசிலை 190
அருகம்புல் 116
அருளல் 16
அரைப்பு மெழுகு 227
அலம்புடை 46,169
அவத்தை 64
அவதாரம் 124
அவல் 116
அவிழ்தம் 199
அவைதிகர் 34
அழல் 58
அழல் உடல் 24
அழல் தோடம் 57
அழல்நாடி 159
அழலையக் குற்றம் 10
அழித்தல் 1,15,16,92,170,172
அழுகண்ணிச் சித்தர் 276
அளவை 67
அளித்தல் 16,113
அறம் 141,193,198
அறிவு 39
அறிவுக் கூர்மை 187
அறுநீர் 59
அறுவை 200,215
அறுவை மருத்துவம் 123
அன்னசாரம் 158
அன்னமயக்கோசம் 52
அன்னை உமைநாத உப்பு 274
அனல் 16
அனற் பித்தம் 158
அனாகதம் 11,55,267
அனில பித்தத் தொந்தம் 158
ஆக்கல் 16,170,172
ஆக்கினை 11,55,267
ஆகமம் 34,71,106
ஆசனப் பயிற்சி 253
ஆசனம் 73,77,78
ஆசை 62
ஆண்மை 146
ஆண்மைக் குறைவு 8
ஆணவம் 56,82,121
ஆதனம் 264
ஆதாரம் 53
ஆமம் 164
ஆர்மோன் 119
ஆரஞ்சு 220
ஆரோசகம் 144
ஆவி நெய் 204
ஆழ்வார்கள் 54
ஆறறிவுயிர் 112
ஆறாதாரம் 257
ஆறாமிடத்து அதிபதி 99
ஆன்ம ஞான சித்தி 86
ஆன்மா 106, 107,108,111,113,122,123
ஆனந்தமயக்கோசம் 53
இச்சாபத்தியம் 193
இடகலை 23,26,79,172,173
இடது கரம் 173,175
இடும்பை 63
இடைக்காட்டுச் சித்தர் 276
இடைக்காடர் வருடபலன் 99
இடைகலை 10,21,45,89,94,169
இணைவிழைச்சு 51
இத்தி 188
இதயம் 172,368
இந்தியா 217
இந்திரியப் பொருள் 18
இந்துப்பு 273
இயமம் 73,74,75,76,253,264
இயல்பு 68,72
இயற்கை உப்பு 226
இயற்கை உலோகம் 224
இரச நஞ்சு முறிவு 232
இரசத்துவம் 240
இரசப்பதங்கம் 228
இரசம் 51,200,223,232

இரசவாதம் 223
இரசாஞ்சனம் 190
இரசாதிப் பாடாணம் 232
இரசாயனம் 203,222
இரசோ குணம் 121,131,246
இரத்த அழுத்தம் 8
இரத்த சுத்திகரிப்பு 220
இரத்தக்குழாய் 169,172
இரத்தக் குறைவு நோய் 8
இரத்தகாசம் 146
இரத்தப்பித்தம் 248
இரத்தப் பித்த ரோகம் 144,192
இரத்தினக் கம்பள அணை 195
இரப்பவர் 194
இராகம் 62
இராகு 100,101, 102
இராசத குணம் 61
இராசயோகம் 78,264,269
இராசி 12, 13,103
இராம அவதாரம் 125
இராமலிங்க அடிகளார் 270,276
இராமலிங்க வள்ளலார் 85
இராஜ பிளவை 8
இராஜசம் 218
இருத்தல் 41
இரும்பு 223
இரும்பு பாத்திரம் 221
இருமல் 9,48,49,144,154,218,248
இரேசகம் 80
இரைப்பு 189,218,248
இலகிமா 85,88
இலவங்கம் 220
இலவம் பஞ்சணை 195
இலிங்க நஞ்சு முறிவு 233
இலிங்கம் 233
இலுப்பைப் பிண்ணாக்கு 192
இலேகியம் 222
இலேசத்துவம் 187
இளகம் 203
இளமை 152
இளவேனிற் காலம் 9, 137,147
இளைப்பு 218
இளைப்பு நோயாளீ 186
இறப்பு 107
இறுமாப்பு 41
இறையியல் மார்க்கம் 128
இன்பம் 141,152,198
இனிப்பு 4,80,135,159,218,219,241
இனியவை கூறல் 195
ஈசத்துவம் 85,91
ஈயாமை 41
ஈர்ப்புச் சக்தி 31
ஈரறிவுயிர் 112
ஈளை 146
உசிலந்தூள் 192
உட்களி 201
உட்பகை 41,63
உடல் 95
உடல் தத்துவம் 37,72
உடல் பெருத்தல் 218
உடலியங்கு முறை 37
உடற்கட்டு 25
உடற்தாதுக்கள் 19
உடற்பயிற்சி 77
உண்ணீர் 201
உண்மை 68,72
உணவு 239
உணவுப் பாதை 239
உத்தமகுணம் 194
உத்திராயணம் 9
உதகநீர் 3,19
உதானன் 3,48,153,154,158
உதிரசூலை 147
உப்பில்லாப் பத்தியம் 193
உப்பு 17,32,136,242,247,251
உப்புசம் 218
உபதேசம் 71
உபநிடதம் 34,71
உபபிராணன் 20
உபரசச் சத்து 230,251

உபரசம் 224,277
உபவாசம் 116
உயர்குல அணு 268,,269
உயர்திணை 25
உயிர்க்கால் 58,79
உயிர்த்தத்துவம் 37
உயிர்த்தாது 26,241
உயிர்ப்படக்கம் 65
உருக்கு 208,230
உருக்கு நெய் 203
உரை 68,71
உலக்கை 186
உலகப் பற்று 60
உலோகச் சத்து 230
உலோகம் 17,32,224,251
உலோக மருத்துவம் 223
உலோபம் 63
உவர்ப்பு 80
உள் மருந்து 200
உள்ளம் 39,44
உள்ளிடைச் சுரப்பி 268
உளுந்தங்களி 120
உறக்கம் 64
உறிஞ்சல் 215
உன்மத்தன் 186
உன்மாதம் 192
உஷ்ண வீரியம் 25
ஊக்கம் குறைதல் 218
ஊண்உணவு 247
ஊதல் 8,213
ஊதல் நோய் 160
ஊமை 9
ஊமையன் 186
ஊழி 154,247
எட்டி 154
எண்ணெய் 203,247
எண்ணெய்க்குளியல் 119
எண்வகை உலோகம் 225
எதிர்ப்பி 237,238
எரிச்சல் 190
எருக்கிலை 189,190
எருக்கு 188
எருமை 186
எருவாய் 44
எருவாய் நோய் 248
எலும்பு 218
எலும்பு மஜ்ஜை 218
எலும்பு வியாதி 8
எலுமிச்சை 135
எழுவகை உலோகம் 225
என்பு 51
என்ஸைம் 119
ஏகமூலி 273
ஏரிக்கரை 80
ஏழு உடற்கட்டுகள் 51
ஐதிகம் 68,72
ஐந்தறிவுயிர் 112
ஐந்திணை 143
ஐம்பூதம் 1,5,15,19,37,39,40,117,135
ஐய உடல் 24
ஐயக் காண்டல் 69
ஐயத்தோடம் 57
ஐயப்பித்தத் தொந்தம் 176
ஐயம் 59
ஐயவாதத் தொந்தம் 176
ஐயவெப்பு 144
ஐரோப்பிய நாடுகள் 217
ஐவகை உலோகம் 225
ஒடுக்கம் 106
ஒப்பு 68,72
ஒருமை வாதம் 126
ஒழிபு 68,72
ஒற்றடம் 211
ஒற்றைத் தலைவலி 154
ஒற்றை விலம் 58
ஒன்பது வகை உலோகம் 225
ஓடல் 41
ஓமப்பால் 193
ஓரறிவுயிர் 112
ஔவைக் குறள் 270

ஓளவையார் 42
கக்குவான் 9
கட்டி 220
கட்டு 207,229
கட்டுதல் 200,211
கடம்பு 188
கடல் 185
கடலை 116
கடவுள் 67
கடுக்காய் 220
கடுகு 205
கண் 42
கண் நோய் 8
கண்டமாலை 218
கண்ணாடி 185
கண்ணுசாமியம் 172
கண்ணெரிவு 144
கண்ணோய் 102,189
கணம் 152
கந்தக நஞ்சு முறிவு 234
கந்தகம் 200,233
கபத்தில் கபம் 175
கபதேகி 127
கபநோய் 192
கயிறு 186
கர்ம யோகம் 264
கர்வம் 63
கரணம் 44
கரப்பான் 152
கரப்பான் நோய் 249
கரவாப்பால் 270
கரிசலாங்கண்ணி 189
கரிசாலை 188
கரிநீரகப் பொருள் 244
கரிநீரக முப்பூ 239
கரிமா 85
கரியமில வாயு 58
கருக்குழி 19
கருங்காலி 188
கருங்காலிப்பட்டை 189
கருணைக்கிழங்கு 156
கருதல் 68,70,111
கருப்பை 3
கருப்பைக் கோளாறு 8
கரும்பாம்பு 100
கருமசித்தி 85
கரும ஞான சித்தி 86
கருமலர் 3
கருவாய் 44
கருவூரார் பூசா விதி 276
கருவூரார் வாதகாவியம் -700 263
கருவேல் 190
கல்நார் 190
கல்லடைப்பு 154
கல்லுப்பு 275
கல்கி அவதாரம் 125
கல்வி 3
கலப்பு உடல் 24
கலிக்கம் 212
களங்கு 208,230
களி 201,214
களிம்பு 213,224,231
கற்கம் 201,221
கற்ப அவிழ்தம் 253
கற்பம் 80,208,230,251
கற்ப மருந்து 254,267
கற்பமூலிகை 252,254,257
கற்பயோகம் 253
கற்பூரம் 114
கற்றாழை வேர்ச்சாறு 237
கன்மம் 56,82
கன்மேந்திரியம் 39,43,44
கன்றையுடைய பசு 186
கனவு 64,102
கஸ்தூரி மஞ்சள் 114
கஷாயம் 201
காகபுசண்டர் ஞானம் 276
காகபுசண்டர் வைத்தியம் 272
காசம் 27,189
காண்டல் 68,69

காத்தல் 1,15,92,113,170,172
காது நோய் 189
காந்தாரி 46,169
காமம் 41,62
காமாலை 236
காய்ச்சல் 9,144
காயகற்பம் 122,255
காயாப்பால் 270
கார்காலம் 136,147
கார்ப்பு 4,9,27,80,135,155,157,158,159,242
காரசாரம் 17,32,224,226
காரம் 200,215,231
காரைச்செடி 192
கால் 43,276
கால தத்துவம் 89
காலிலிக முப்பூ 239
காவித்துணி 186
காற்றின் கூறு 40,41
காற்று 16
கிரகதோடமுள்ளவன் 186
கிரகம் 5,6
கிரந்தி 152
கிருகரன் 49
கிருமிகள் 167
கிருமிகொல்லி 115
கிருமி தடுப்பு 220
கிருஷ்ண அவதாரம் 125
கீரை 155,246,248
கீழ்நோக்குங்கால் 155
கீழ்வாயு 155,156
கீழ் வாயுக்கனல் 157
கீறல் 215
குக்குடம் 78
குகு 46,169
குட்ட நோய் 242
குட்டம் 147,167
குடல் பூச்சி 9
குடல் வாயு 146
குடற்பிடிப்பு 154
குடற்புண் 9
குடிநீர் 200,221
குடிநெய் 205
குடியோட்டிப்பூண்டு 190
குடை 198
குண்டலி 55
குண்டலி சக்தி 10
குண்டலினி 86
குண்டலினி சக்தி 53,77,93,266,270
குணம் 61,241
குதம்பைச் சித்தர் 271
குப்பைமேனி 189,190
கும்பகம் 80
குமாரசுவாமியம் 99
குருக்கத்தி 188
குருகுளிகை 208,229
குருதி 41,51
குருதி வாங்கல் 215
குருநாடி 172
குரோதம் 62
குழம்பு 206,227
குழிப்புட நெய் 204
குளவிக்கூடு 273
குளிர் தன்மை 219
குறிஞ்சி 143,144,148
குன்மக் காலன் 27
குன்மம் 102,158,159,236,247,249
கூதிர் காலம் 137,144,147,
கூர்ம அவதாரம் 124
கூர்மன் 49
கூன் 186
கேட்டல் 42
கேது 100
கேழ்வரகு 155
கை 43
கைப்பு 4,9,27, 115, 117,242
கொங்கணர் 273
கொங்கணவரின் முப்பு 273
கொட்டாவி 152
கொட்டைப் பருப்பு 246
கொதிநெய் 203

கொப்புளம் 220
கொம்பு கட்டல் 215
கொலை 194
கொழுப்பு 41,51,243,245
கோசம் 52
கோடைக் காலம் 10
கோதுமை அளவு 171
கோமுகம் 78
கோள்கள் 13,14,103,104
கோள்சொல்லல் 194
சக்கை 241
சக்தியுப்பு 274
சகலாத்துப் படுக்கை 196
சகஸ்தர கமலம் 90
சகஸ்ரார்த்தம் 267
சகஸ்ராரம் 276
சங்கமப் பொருள் 25
சங்கமம் 2,5
சங்கினி 46,169
சட்டமுனி 1,100,261
சடப்பொருள் 106,107
சடராக்கினி 40,165,240
சண்டமாருதச் செந்தூரம் 228
சத்து 208,229,241
சத்துவ குணப் பொருள் 246
சத்துவ குணம் 42,61,121,131
சத்துவம் 218,240,246
சத்துவாம்சம் 19
சதகநாடி 170,176,179
சதாக்கியம் 93
சதை வளர்ச்சி 8
சந்திரகலை 93
சந்திர சூரிய கலை 87
சந்திரலங்காரம் 99
சந்திரன் 7,8,10
சந்திரா அமிர்தம் 270
சந்நிதோஷம் 147
சபக்கம் 70
சமணம் 110
சமயம் 105, 106,126
சமரச ஞான சித்தி 86
சமாதி 74,83, 253, 265
சமானன் 26,48,158,172,173
சயம் 102
சர்க்கரை 244,247
சர்க்கரை நோய் 8
சர்க்கரைப் பொருள் 239
சரசம் 200
சரம் 23,79
சலவாசயம் 51
சலன சக்தி 32
சலாகை 214
சவ்வீராஞ்சனம் 190
சவிகற்பம் 69
சளி 59
சன்னி 161
சனி 8,101,102
சாக்காடு 152
சாகாக்கால் 273,275
சாகாமூலி 273
சாங்கியம் 110
சாத்தியாசாத்தியத் தொந்த நாடி 182
சாத்வீக குணம் 80
சாதகம் 103
சாதிசம்பீரக் குழம்பு 228
சாமபல் 186
சார்லஸ் டார்வின் 124
சாரம் 218
சாறு 200,221
சிகுவை 46,169
சிகைக்காய் 192
சித்தம் 20,39,44,45,73
சித்தாசனம் 78
சித்தாந்தம் 107,108,110,111,113,124
சித்தி 73,83
சித்திரமூல இலை 146
சித்திராசனம் 78
சிதம்பரம் 113
சிரங்கு 102,192
சிலப்பதிகாரம் 97

சிலிபாதரோகம் 147
சிலைநெய் 204, 205
சிவசக்தி 91
சிவஞானசித்தியார் 67
சிவநீர் 269
சிவயோக சாரம் 271
சிவயோகம் 78
சிவலிங்கம் 185
சிவவாக்கியர் 11,266
சிவன் 108,113,114
சிற்றண்டம் 15,30
சிற்றறிவு 106,107,113
சிற்றின்பம் 193
சிற்றீச்சம்பாய் 196
சிற்றுண்டி 247
சிறப்பு கற்பம் 253
சிறுநீர் 41,59
சிறுநீரக நோய் 8
சினந்து பேசல் 194
சீதபேதி 249
சீதவீரியம் 25
சீதளச்சுரம் 144
சீரகம் 188
சீரணம் 187,239
சீலை 213
சீவன் 67,109
சீவாத்மா 82
சீனா 217
சுக்கிரன் 8,102
சுக்கில சுரோணிதம் 127
சுக்கிலப் பிரமேகம் 167
சுக்கிலம் 3,51, 19
சுக்கிலவாசயம் 51
சுக்கு 27
சுட்டிகை 214
சுடர் நெய் 204
சுண்ணம் 208,230,273
சுத்தகங்கை 273
சுத்த ஞான சித்தி 86
சுத்த நரம்பு 185
சுந்தரானந்தர் 82
சுரப்பி நோய் 8
சுரம் 8,144,154,248
சுருக்கு மெழுகு 227
சுரோணிதம் 3
சுவலி 269
சுவாசகாசம் 162,248
சுவாசம் 27
சுவாதிட்டானம் 10,54,267
சுவை 25,26,27,42,135,137,219,241
சுழுமுனை 10,21,46,79,169,172,173
சுறுசுறுப்பு 187
சூதனர் 2
சூரணம் 200, 201,221
சூரியப்புட நெய் 204
சூரியன் 8,10,17,100,101,102,185
சூல் 188
சூலை நோய் 165,248
சூலையெரிவு 144
செங்கரும்பின் சாறு 237
செங்கல் தூள் 189
செஞ்சந்தனம் 185
செண்பகம் 188
செந்தவளம் 245
செந்தூரம் 200,207,223,228
செந்நீர் 218
செம்புப் பற்பம் 27
செயல் தூய்மை 74
செயற்கை உப்பு 226
செயற்கை உலோகம் 224
செரிமன நீர் 48
செரிமனப் பாதை 239
செவ்வாய் 100, 101, 102
செவி 43
செவிடன் 186
செவிடு 8,9
சேரன் செங்குட்டுவன் 97
சேராங்கொட்டை 254
சைவம் 121
சொறி 192

சோகை 102,167
சோதிடக் கலை 97,99
சோபை 160,161,235
சோம்பல் 41
சோற்றுப்பு 273
ஞாபக சக்தி 268
ஞாயிற்று மண்டிலம் 56
ஞானக் கண் 69
ஞானசர நூல் 276
ஞானசாதனை 78
ஞான சித்தி 86
ஞானம் 186
ஞானயோகம் 264
ஞானவெட்டியான் 270
ஞானேந்திரியம் 19,20,39,42,43
தகனம் 240
தங்கபற்பம் 145,146
தங்கம் 185
தசை 51
தட்சிணாயணம் 9
தண்ணீர் 247
தத்துவ ஆராய்ச்சி 29
தத்துவ ஞான சித்தி 86
தத்துவ நாயகி 88
தத்துவங்கள்-96 38
தந்திரம் 71
தமோ குணம் 21,121,131,159,246
தமோத்துவம் 240
தயிர் 247
தர்ப்பணம் 117
தரித்திரன் 186
தலை 276
தலைசுற்றல் 187
தலையணை 196
தலைவலி 189,190
தவளப்பொருள் 245
தற்காப்பு 197
தன் வயமாதல் 40,48,51,53
தனஞ்செயன் 50
தனி நாடி 176,182
தாது 2,3,5
தாதுப் பொருள் 25,200,224
தாதுப்பொருள் கற்பம் 253
தாம்பூலம் 255
தாமச குணம் 61
தாமசம் 218
தாமரை 185
தாமிரப் பாத்திரம் 221
தாய் உப்பு 274
தாரணை 74,82,253,265
தாவர உணவு 121
தாவரம் 2,5
தாழம்பாய்ப் படுக்கை 196
தாள்காப்பு 198
திங்கள் மண்டிலம் 56
திசு 51,58
திப்பிலி 27
தியானம் 74,82,253,265
திராட்சைச் சர்க்கரை 244
திராபோகம் 275
திரிலோகச் செந்தூரம் 225
திரிலோகம் 225
திருக்குறள் 42,74
திருக்கூத்து 113
திருநீறு 114
திருமந்திரம் 22,93,94,251,253
திருமால் 114,124
திருமூலர் 4,11,19,35,78,79,106,
109,122,123,199,200,252,268,269,270
திருமூலர்நாடி நூல் 174
திருவள்ளுவர் 77,97,151,273
திருவிளையாடல் புராணம் 87,88,90
திரை 74,75,78,251
தினை 155
தீ 17,31,40
தீ மண்டிலம் 55
தீட்டு 119, 120
தீநீர் 206
தீநீர் நெய் 204
தீப்புண் 8

தீபூதம் 135.241
தீயகம் 79
தீயின் கூறு 40.41
தீவினை 56,57,193
துக்கம் 158
தும்மல் 48,49
துயரம் 148
துரித உணவு 249
துவர்ப்பு 4,9,136,155,159,242
துளசி 114
துளை நெய் 205
துன்பம் 63
தூக்கம் 41
தூதுளை இலை 188
தேகியின் இலக்கணம் 127
தேயுவின் கோபம் 22
தேரர் 58,59
தேரர்யமக வெண்பா 230
தேரன் 173,237,238
தேரன் காப்பியம் 258
தேரன் மகா கரிசல் 257
தேரன் யமக வெண்பா 260
தேவதத்தன் 49
தேவதை 194
தேவ மருந்து 200
தேவர் 122
தேவாரம் 88
தேனூறல் 206
தைப்பொங்கல் 116
தைலம் 222,224
தொக்கணம் 212
தொடு உணர்வு 42
தொண்டரடிப்பொடி ஆழ்வார் 35
தொண்ணூற்றாறு தத்துவம் 35
தொந்த தேகி 130
தொந்த நாடி 176,182
தொந்தி 242
தொப்பை 242
தொல்காப்பியர் 37,112
தொற்றுநோய் 220
தோடம் 57,152
தோல் சுரசுரப்படைதல் 218
தோல் தடிப்பு 220
தோற்றம் 106
நகம் 198
நச்சுப்பொருள் 220
நசியம் 213
நடத்தல் 41
நடு உப்பு 275
நடுக்கால் 155,273
நதிக்கரை 80
நமைச்சல் 115
நரசிம்ம அவதாரம் 125
நரம்புச் சாலம் 53,54
நரம்புத் தளர்ச்சி 8
நரம்புத் திசு 268
நரம்பு மண்டலம் 37,53
நரர் 2
நரை 74,75,78,251
நல்வினை 56,57,193
நவமணி 5,6
நனவு 64
நா 169
நாகன் 49
நாசிகாபரணம் 213
நாட்டுச் சர்க்கரை 189
நாடி 45,57,80,169,170
நாடிநடை 173
நாதம் 3,19
நாதாந்தம் 89
நாமம் 119
நாயன்மார்கள் 54
நாயுருவி 188
நாரி மருந்து 122,200
நாவல் 188
நாவல்பட்டை 190
நாவறட்சி 189
நாள் ஒழுக்கம் 185
நாளமில்லாச் சுரப்பி 37
நான்கறிவுயிர் 112

நிண மூப்பு 239
நியமம் 73,74,75,76,253,264
நிருவிகற்பம் 69
நிரோதினி 93
நிலை சக்தி 32
நிற்றல் 41
நிறம் 169
நீதுரச வாயு 58
நீர் 17,31,40,213,231
நீர்க்கட்டு 152
நீர்க்கால் 58
நீர்க்கோவை 8
நீர்த்துவம் 40,41
நீர் நெய் 204
நீர்பூதம் 135,241
நீர்வேட்கை 146
நீரின் கூறு 40,41
நீறு 207
நுண்ணுயிரி 115
நுண்நிலை 19,21
நெய் 202,222,247
நெய்தல் 148
நெல்லிக்காய் 135
நேர்மை காண்டல் 69
நேர்மையற்ற காண்டல் 69
நையாயிகம் 111
நொச்சி 188
நொச்சி இலை 189
நோய்க்கிருமி 114
பக்கம் 70
பக்கவாதம் 189
பக்கவீதனம் 269
பக்குவம் 205
பக்குவாசயம் 165
பக்தி யோகம் 264
பகிர்வாசயம் 51
பச்சரிசி 116
பச்சைப் பயிறு 192
பசி 218
பசு 30,107,108,110,194
பசுவின் பால் 189
பசுவின்நெய் 192
பசை 214,231
பஞ்சஉப்பு 226
பஞ்சகற்பம் 192
பஞ்சகற்ப விதி 256
பஞ்சசூதம் 232
பஞ்சபிராணாதி வாயு 20
பஞ்சபூத உப்பு 226
பஞ்சபூத உபரசம் 227
பஞ்சபூத உலோகம் 225
பஞ்சபூத பஞ்சீகரணம் 16,33
பஞ்சபூதம் 2, 18,23,26,27,29,218,241
பஞ்சலோகச் செந்தூரம் 225
பஞ்சலோகம் 226
பஞ்சீகரணம் 4,29
பட்டினத்தார் 93,276
படை 163
படைத்தல் 1,15,92,113
பத்திய முறை 255
பத்திய வர்க்கம் 25
பத்திரகிரியார் 266,276
பத்மாசனம் 78
பதங்கம் 207,228
பதஞ்சலி முனிவர் 265,273
பதார்த்த குண சிந்தாமணி 144,145
பதி 30,106,107,108,109,110,111,113
பதினெண் சித்தர் நாடி சாஸ்திரம் 171
பதுமம் 78
பயனல்ல சொல்லல் 194
பயித்திய தோடம் 144
பரசுராம அவதாரம் 125
பரஞ்சோதியார் 87,88
பரப்பிரம்மம் 1
பரமாத்மா 82
பரவுகால் 155
பராசக்தி 122
பராபர தேகி 86
பரிணாம வளர்ச்சி 12,124
பருத்திப் பஞ்சணை 195

பருநிலை 19
பருவ காலம் 9
பல் நோய் 8,190
பல்லிடுக்கு ரத்தம் 147
பல்லிப்பூண்டு 190
பலராம அவதாரம் 125
பவுத்திரம் 167
பழச்சர்க்கரை 244
பழம் 246,248
பழமலம் 256
பழைய சாதம் 155
பற்பம் 200,223,228
பற்று 211
பன்மை வாதம் 126
பன்னிரண்டாமிடத்து அதிபதி 99
பனையோலை விசிறி 197
பாசம் 30,107,108,109,110
பாடாணம் 223,224,226
பாண்டு 202,235
பாதரசம் 193
பாம்பாட்டிச் சித்தர் 276
பாம்பு 186
பார்வை 42
பாரம்பரிய மருத்துவம் 217
பாரிச வாயு 8
பால் 247
பாலை 143,148
பாளை 189
பாறையுப்பு 275
பானம் 247
பிங்கலை 10,21,26,45,79,89,169,172,173
பிட்டு 201,222
பிடிநெய் 205
பிடிபாடு 63
பிண்டம் 1,6,9,10,14,27,98
பிண்டோற்பத்தி 18
பிணக்கு 62
பிணி 74,75,78
பித்த ஐயத் தொந்தம் 176
பித்த சத்தி 237
பித்த தேகி 127
பித்த நோய் 145
பித்தத்தில் பித்தம் 175
பித்தவாதத் தொந்தம் 176
பித்தவாயு 146
பிரகாமியம் 85,90
பிரகிருதி 110
பிரண்டைத்துவையல் 117
பிரணவ தேகம் 87
பிரத்தியட்சப் பிரமா்ணம் 111
பிரத்தியாகாரம் 74,82
பிரப்பங் கிழங்கு 189
பிரப்பம்பாய் படுக்கை 196
பிரபஞ்ச ஆராய்ச்சி 34,36
பிரபஞ்சம் 1,10,15,17,23,95,98
பிரமக்கல் 273,275
பிரமமுனி 174
பிரமாணம் 33,34
பிரமேகம் 144,146
பிராணகல்பதேகி 86
பிராணமயக்கோசம் 52
பிராணவாயு 80
பிராணன் 3,26,47,172,173
பிராணாயாமம் 73,79,80,81,82,253,264
பிராத்தி 85,88
பிரியம் 63
பிருக்கோட்ரி 269
பிருதிவி 2
பிருதிவியின் அர்த்தாம்சம் 21
பிள்ளையார் 118
பிள்ளையார் சதுர்த்தி 116
பிறப்பு 107
பிறவி 56,57,107
பின்குடுமி 118
பின்பனி 9,152
பின்பனிக் காலம் 137,147,148
பீச்சு 215
புகை 212
புங்கு 188
புண் 220

புத்தாண்டு 117
புத்தி 20,39,44,45,73
புதன் 8,100,101
புராணம் 71
புருடன் 46,110,169
புரை 220
புலன் 39,43,77
புலால் உணவு 121
புலித்தோல் 78
புலிப்பாணி சோதிடம் -300 99
புழுக்கடி 167
புளிப்பு 4,80,135,136,155,242
புளிமா வேர்ப்பட்டைச் சாறு 237
புளியேப்பம் 158
புற்று நோய் 8,220
புறநானூறு 17,37
புறமருந்து 200, 210
புன்னை 188
புனல் 15
பூச்சு 211
பூஞ்சக்காளான் 120
பூதநாடி 172
பூநீறு 273,274,275
பூப்பெய்தல் 120
பூர நஞ்சு முறிவு 233
பூரகம் 80,94
பூரம் 233
பூலாறு 188
பூனை 186
பெண்ணாசை 62
பெருங்கழிச்சல் 247
பெருங்குமிழ் 188
பெருநோய் 147,163
பெருமருந்து 267
பெருவாகை 188
பேரண்டம் 15,30,105,123
பேரறிவு 54,106,107,108,109,113
பேரின்ப நிலை 266
பேரின்பம் 77
பேரீச்சம் பாய் 196
பேரீச்சை 219
பேருறக்கம் 65
பேறு 152
பொட்டணம் 211
பொடி 214,231
பொடி திமிர்தல் 212
பொது கற்பம் 253
பொய் சொல்லல் 194
பொருமல் 167
பொருள் 68,71,141,198
பொருள் பற்று 60
பொற்றலைக் கையான் இலை 188
பொறாமை 195
பொறி 39,43,77,116
பொறிநெய் 205
பொன்னாங்காய் 192
போகர் 273
போகர் ஏழாயிரம் 271
போகர் கற்பம் -300 255,262
போகர் -3000 27
போகாப்புனல் 275
பௌத்தம் 110
மக்கள் 2
மக்கள் மருந்து 200
மகிமா 85,89
மகிழ் 188
மகேசுர தத்துவம் 93
மகோதரம் 102,147
மச்ச அவதாரம் 124
மச்சமுனி 273
மஞ்சள் 114,115
மஞ்சள் காமாலை 8
மஞ்சள் தவளம் 245
மஞ்சள் நோய் 247,248
மண் 15,17,32
மண்டிலம் 55
மண்ணின் கூறு 40
மண்ணீரல் நோய் 9,247
மண்நெய் 204
மண் பாத்திரம் 221

மண்பூதம் 241
மணப்பாகு 202,222
மணம் 42,73
மணல் 189
மணி 73
மணிபூரகம் 10,54,267
மணிமந்திர வைத்திய சேகரம் 99
மதம் 41,63
மதியமுது 77,256,269,270,276
மது 80
மதுமேக நோய் 114,247
மந்தம் 187,236
மந்திரம் 71,73,122
மப்பு 275
மயிர் 198
மயிர் நரைத்தல் 242
மயில் இறகு விசிறி 197
மரணமில்லாப் பெரு வாழ்வு 276
மரநெய் 204
மருதம் 143,144,148
மருது 188,190
மருந்து 73,199
மருந்து நீர் 201
மருந்து வர்க்கம் 25
மலக்கட்டு 152,155,158,242
மலச்சிக்கல் 248
மலசலபந்தம் 147
மலம் 56,59,60,169
மலரணை 195
மலவாசயம் 51
மலைப்பகுதி 80
மறைத்தல் 16
மறைவு 107
மன அழுத்தம் 165
மனச் சலிப்பு 158,159
மனச்சோர்வு 187
மனத்திட்பம் 195
மனத்துயரம் 194
மனத்தூய்மை 74,122
மனது 20
மனநோய் 8
மனம் 39,95
மனமகிழ்ச்சி 186
மனவளர்ச்சியின்மை 8
மனோமயக்கோசம் 52
மனோன்மணி 93,273
மா 188
மாச்சத்து 243
மாணிக்கவாசகர் 57
மாத்திரை 205,222
மாத்திரைக்கல் 229
மாதவிடாய் 120
மாதவிடாய்க் கோளாறு 8
மாந்தம் 152
மாமிசம் 80
மாயை 57,82
மார்புவலி 189
மாரியம்மன் 114, 115
மாருதமதியமுதம் 54,56
மாவிலங்கு 190
மாவுப்பொருள் 239
மாற்சரியம் 63
மான்தோல் 78
மிகுதாகம் 192
மிகு தூக்கம் 218
மிருத்யுஞ்சயம் 228
மிருதங்கம் 186
மிளகு 27
மீசை 198
மீமாம்சகம் 111
முக்குற்றநாடி 182
முக்குற்ற நோய் 161,162
முக்குற்றம் 3,13,57
முக்கூட்டு நெய் 192
முகப்பரு 220
முகில் சூழ்ந்த மலை 185
முசுமுசுக்கை இலை 188
முட்டை 120,247
முடக்கு வாயு 155
முடிக்கனல் 273
முடிநெய் 205
முத்தாது 240
முதல் உப்பு 274
முதுவேனிற் காலம் 9,136,147
முப்பற்றுகள் 60
முப்பு 27,267
முப்புச் சத்து 269
மும்மலம் 59

முல்லை 143,144,148
முறம் 186
முறிச்சல் 214
முன்பனிக் காலம் 137,144,147
மூக்கடைப்பு 248
மூக்கு 42
மூங்கிற்பாய்ப் படுக்கை 196
மூச்சுப் பயிற்சி 268
மூச்சு விடுதல் 48
மூட்டுவலி 155
மூத்திரம் 169
மூப்பு 74,75,78,152,251
மூப்பு நோய் 154
மூர்ச்சை 146,192
மூலக்கனல் 270
மூலநோய் 156,157,158
மூலாதார நாடி 172,173
மூலாதாரம் 10,53,267
மூலிகை கற்பம் 230
மூலிகை மருத்துவம் 217
மூவகை உலோகம் 225
மூவறிவுயிர் 112
மூளை 41,51,268
மூன்றாவது உப்பு 275
மெய் 42
மெய்ஞானம் 33
மெய்வருத்தம் 218
மெழுகு 206,227
மேகம் 159
மேல்நோக்குங்கால் 155
மை 212
மைதுனம் 41
மொட்டைத் தலை 186
மொழி 169
மோகம் 41,63
யானைக்கால் 8
யானைக்காலன் 186
யூகிமுனிவர் 38,39,170
யூகி வைத்திய சிந்தாமணி-800 4
யோகசித்தி 86
யோக ஞான சித்தி 86
யோகநிலை 156
யோக நூல்கள் 93
யோகப் பயிற்சி 42
யோகம் 95,264
யோகமுப்பு 256,267,270
யோகாசனம் 78
வசிட்டர் முப்பு வைத்திய சூத்திரம் 275
வசித்துவம் 85,92
வசியம் 186
வடகம் 200, 202,222
வடகலை 23
வடலூர் வள்ளலார் 93
வயல் 185
வயிற்றில் ஆமைக்கட்டி 144
வயிற்று நோய் 8
வயிற்றுப்புண் 9
வயிறு வீங்கல் 152
வர்த்தி 214,231
வராக அவதாரம் 124
வல்லை நோய் 145
வலதுகரம் 173,175
வழலை 267,273
வழலைக் கட்டி 144
வள்ளலார் 141
வளர்சிதை மாற்றம் 269
வளி 17,30,58
வளி உடல் 24
வளி தோடம் 57
வளிபூதம் 135
வறுமை 194
வன்னிபீசம் 273
வாசிப் பயிற்சி 11
வாட்டம் 218
வாதக் கபத் தொந்தம் 176
வாதக் குன்மம் 147
வாதத்தில் வாதம் 175
வாத தேகி 127
வாத தோடம் 144
வாத நடுக்கம் 144
வாத நோய் 145
வாதப்பித்தத் தொந்தம் 176
வாதமுப்பு 267,272
வாதுமை 219
வாந்தி 48,153,154,158,189,
வாமன அவதாரம் 125
வாய் 42,43
வாய்க்குடித்திடும் புனல் 201

வாய்குமட்டல் 158
வாய்நீரூறல் 218
வாய்ப்புண் 189
வாய்வு 167
வாயு 47,80
வாயுக் கோளம் 31
வாயுதாரணை 78,270
வாயு பூதம் 241
வாயு மண்டலம் 17,32
வாயுவின் அர்த்தாம்சம் 20
வாயுவின் கோபம் 22
வாரி 275
வாலைப் பெண் 273
விக்கல் 152, 166
விசர்க்க காலம் 9
விசுத்தி 11,55,267
விஞ்ஞானம் 33
விஞ்ஞானமயக்கோசம் 52
விடகரப்பான் 167
விடயம் 39,50
விண் 16,17,40,61
விண்ணின் கூறு 40,41
விண்ணோர் மருந்து 122,200
விண்மீன் 5,6,7,12,14
விதவை 186
விதை நோய் 102
விந்து 3,87,218
விபரீதக் காட்சி 70
வியர்வை 59,148
வியர்வைக் கோளம் 40
வியாழன் 8,101, 102
வியானன் 48
விருந்தினர் 194
வில்வ இலை 114
விலங்குப் பொருள் கற்பம் 253
விலம் 53
விழி 169
விளக்கு 185
விளக்குமாறு 186
விளா 188
வீடு 141
வீதனம் 269
வீரநஞ்சு முறிவு 232
வீரம் 78,232
வீரமருந்து 122,123,200
வீரியப் பெருக்கம் 186
வீரியம் 25,219
வெங்காயம் 220
வெட்டிவேர் விசிறி 197
வெட்டை 146
வெண்குட்டம் 8,235
வெண்சாமரை 197
வெண்ணீர் -41
வெண்ணெய் 202,222,247
வெண்தவளம் 245
வெந்தயம் 220
வெப்பத் தன்மை 219
வெப்புநோய் 189,190
வெருப்பு நோய் 160,161
வெள்ளி பாத்திரம் 221
வெள்ளெருக்கம்பூ 116
வெள்ளைக்கல் 273
வெளிமருந்து 200
வெளுப்பு நோய் 8
வெற்றிலை 187
வெறிநோய் 154
வேகாத் தலை 273,275
வேங்கை 273
வேதம் 34,71
வேது 211
வேப்பங்கொழுந்து 115
வேப்பம்பூ 117
வேப்பம்பூ பச்சடி 118
வேப்பம்பூ ரசம் 118
வேப்பிலை 114
வேம்பு 188,190
வேல் 188
வேனில் காலம் 148
வைக்கோல் 189
வைகுண்ட ஏகாதசி 116
வைசேடிகம் 111
வைட்டமின் சத்து 116
வைணவம் 119
வைத்திய முப்பு 267,272,273
வைத்தியர் 194
வைதிகர் 34
ஸ்பரிசம் 169
ஹடயோகம் 266

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

தமிழ் மொழியின் வளர்ச்சி ஒன்றையே குறிக்கோளாகக் கொண்டு 1946ஆம் ஆண்டு, அந்நாள் கல்வியமைச்சர் திரு தி.சு. அவினாசிலிங்கம் அவர்களால் தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் நிறுவப்பட்டது. தொடக்க காலம் முதல் 1982 ஆம் ஆண்டு வரை அவர் அதன் தலைவராக இருந்து சிறப்பாகத் தொண்டாற்றி வந்தார். பின்னர் 1982 ஆம் ஆண்டு முன்னாள் மாநில, மைய அமைச்சரான திரு சி. சுப்பிரமணியம் அவர்கள் கழகத்தின் தலைமைப் பொறுப்பேற்றுச் சீரிய முறையில் தமிழ் வளர்ச்சிக்கு வழிகாட்டி வந்தார். அவரைத் தொடர்ந்து 1990-ஆம் ஆண்டு முதல் முனைவர் வா. செ. குழந்தைசாமி அவர்கள் தலைமைப் பொறுப்பை ஏற்றுச் சீரிய பணியாற்றி வருகிறார்.

1947ஆம் ஆண்டு முதல் திரு ம.ப. பெரியசாமித் தூரன் அவர்களைத் தலைமைப் பதிப்பு ஆசிரியராகக் கொண்டு, 'கலைக்களஞ்சியம்' 10 தொகுதிகள் வெளியிடப்பட்டன. இப்பணி 1968-இல் நிறைவு பெற்றது. இதுவே இந்திய மொழிகளில் முதல் முயற்சியாகத் திகழ்கிறது. பின்னர், அவரையே ஆசிரியராகக் கொண்டு 'குழந்தைகள் கலைக்களஞ்சியம்' 10 தொகுதிகள் 1968 முதல் தொடங்கி 1976 ஆம் ஆண்டிற்குள் வெளியிடப்பட்டன. இதன் இரண்டாவது திருத்திய பதிப்பும் (10 தொகுதிகள்) 1988 இல் முடிவுற்றது. அதன் பின்னர், தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் அறிவியல் தொடர்பான நூல்களை வெளியிடும் பணியில் ஈடுபட்டு, நான்கு நூல்களை வெளியிட்டது.

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் மருத்துவ அறிவியலைக் கருத்தில் கொண்டு, 'மருத்துவக் களஞ்சியம்' என்னும் தலைப்பில் 12 தொகுதிகளை வெளியிடும் பணியை மேற்கொண்டது. இதில் 'உடல் நலம்' என்னும் தலைப்பில் முதல் தொகுதியும், 'தாய் சேய் நலம்' எனும் தலைப்பில் இரண்டாவது தொகுதியும், 'புலனுறுப்புகள்' எனும் தலைப்பில் இரு நூல்களாக மூன்றாவது நான்காவது தொகுதிகளும், 'நரம்பு மண்டலம், மனநோய், நாளமில் சுரப்பிகள் ' ஆகியவை அடங்கிய ஐந்தாவது தொகுதியும், 'செரிமான மண்டலமும் மூச்சு மண்டலமும்' இடம்பெற்ற ஆறாவது தொகுதியும், 'தொற்று நோய்களும் பால்வினை நோய்களும்' எனும் தலைப்பில் ஏழாவது தொகுதியும், 'புற்று நோய், முதியோர் நலம்' அடங்கிய எட்டாவது தொகுதியும், 'இதய இரத்தநாள மண்டலம்' எனும் தலைப்பிலான ஒன்பதாம் தொகுதியும். 'சீறுநீரகம் மற்றும் இனவள உறுப்பு மண்டலம்' என்னும் பொருள் பற்றிய பத்தாம் தொகுதியும், 'எலும்பியல், மாற்றுறுப்பியல், ஒட்டறுவை மருத்துவம்' ஆகிய மூன்று பகுதிகளைக் கொண்ட பதினொன்றாம் தொகுதியும், 'மரபியல், விபத்து மருத்துவம், நோய் எதிர்ப்பாற்றல் மண்டலத்தின் அடிப்படைகள்' எனும் பகுதிகள் அடங்கிய பனிரண்டாம் தொகுதியும், 'மருத்துவக் களஞ்சியம்-கலைச்சொல் அடைவு' என்னும் நூலும் வெளியிடப்பட்டு இப்பணி நிறைவு பெற்றது.

அலோபதி மருத்துவமுறை நூல் வெளியீட்டுத் திட்டத்தைத் தொடர்ந்து, தமிழகம் தரணிக்கு அளித்த மருத்துவ முறையாம் சித்த மருத்துவம் பற்றிய நூல் வெளியீட்டுத் திட்டத்தில் ஏழு தொகுதிகளை வெளியிடும் பணியைக் கழகம் மேற்கொண்டுள்ளது. இதில் 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-1: வரலாறு', 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-3: சிறப்பியல்', 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-4: வாதம் தொடர்பான நோய்கள், பகுதி-1, பகுதி-2', 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-5: பித்தம் தொடர்பான நோய்கள்', 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-6: கபம் தொடர்பான நோய்கள்' என்னும் தொகுதிகள் ஏற்கனவே வெளியிடப்பட்டன. இப்போது 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-2: அடிப்படைகள்' எனும் நூல் வெளிவந்துள்ளது. ஏனைய தொகுதிக்கான தயாரிப்புப் பணி நடைபெற்று வருகின்றது.

சித்த மருத்துவம்

தொகுதி-3 : சிறப்பியல்

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் சென்னை-600 005.

சித்த மருத்துவம்

தொகுதி - 3 : சிறப்பியல்

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்
சென்னைப் பல்கலைக்கழக வளாகம்
சென்னை - 600 005

2004

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

சென்னைப் பல்கலைக்கழக வளாகம்
சேப்பாக்கம், சென்னை - 600 005.

நிறுவனர்
திரு. தி.சு. அவினாசிலிங்கம்

தலைவர்
டாக்டர் வா.செ. குழந்தைசாமி

துணைத் தலைவர்கள்
டாக்டர் நா. மகாலிங்கம்
டாக்டர் பெ. இராமசாமி

செயலாளர்
டாக்டர் கொடுமுடி சண்முகன்

தொகுப்பாசிரியர்
திரு. மா. மதியழகன்

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழக வெளியீடு

முதற் பதிப்பு 2004
இரண்டாம் பதிப்பு 2007

பதிப்புரிமை உடையது

ஆசிரியர் குழு

மரு. ஜ.ரா. கிருஷ்ணமூர்த்தி (ஒருங்கிணைப்பாளர்)
மரு. ஆ. குமரவேல்
மரு. ஆர்.எஸ். இராமசுவாமி
மரு. அ. மரிய ஜோசப்
மரு. கோ. தியாகராஜன்
மரு. எஸ். இராஜலட்சுமி
மரு. செ.நெ. தெய்வநாயகம் (மறுசீராய்வாளர்)

விலை: ரூ. 180/-

அச்சிட்டோர் : பாவை பிரிண்டர்ஸ் (பி) லிமிடெட்
சென்னை - 600 014.

Bibliographical Data

Name of the Book	:	Siddha Maruttuvam Vol.3 Cirappiyal
Author/Editor	:	Dr. J.R. Krishnamoorthy (Coordinator)
Edition	:	First - 2004 Second - 2007
Copy Right	:	Tamil Valarchi Kazhagam
Language	:	Tamil
Subject	:	Siddha Maruttuvam Vol.3 Cirappiyal
Pages	:	xx + 261
Price	:	**Rs. 180/-**
Paper	:	Maplitho
Size	:	Double Crown
Binding	:	Deluxe
Point	:	10 Pt
Wrapper Design	:	Sivagami Printographics
Published by	:	Tamil Valarchi Kazhagam University Building Chepauk, Chennai- 600 005. Ph: 25365440
Printed by	:	Pavai Printers Pvt. Ltd. J.J. Khan Road, Royapettah. Chennai-600 014. Ph. 28482441, 28482973

உள்ளடக்கம்

முகவுரை		...	vii
ஒருங்கிணைப்பாளர் உரை		...	ix
Introduction		...	xv
1.	காயகற்பம்	...	1
2.	யோகம்	...	27
3.	வர்மக்கலை	...	85
4.	தோல் மற்றும் பிற நோய்கள்	...	147
I.	கரப்பான்	...	148
II.	புழுவெட்டு	...	154
III.	காணாக்கடி	...	157
IV.	தேமல்	...	162
V.	படர்தாமரை	...	164
VI.	படுக்கைப் புண்	...	166
VII.	சேற்றுப் புண்	...	168
VIII.	தழும்பு	...	169
IX.	காளாஞ்சகப்படை	...	171
X.	தோல் புற்று	...	182
XI.	வெண்படை	...	189
XII.	தொழுநோய்	...	194
XIII.	அக்கி	...	222
XIV.	பாலுண்ணி	...	225
XV.	முடி உதிரல்	...	226
XVI.	பொடுகு	...	229
VII.	பேன்கள்	...	231
சொல்லடைவு		...	235

முகவுரை

சித்த மருத்துவ நூல் வரிசையில் தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் வெளியிடத் திட்டமிட்டுள்ள ஆறு தொகுதிகளுள், இந்நூல் மூன்றாம் தொகுதியாகும். சித்த மருத்துவத்தின் வரலாறு, அடிப்படைகள், வாதம் (வளி) தொடர்பான நோய்கள், பித்தம் (அழல்) தொடர்பான நோய்கள், கபம் (ஐயம்) தொடர்பான நோய்கள் என்ற வரிசையில் இத்தொகுதி சிறப்பியலாக அமைகிறது.

இத்தொகுதியில் காயகற்பம், யோகம், வர்மக்கலை, தொழுநோய், காளாஞ்சகப்படை மற்றும் தோல்புற்று, வெண்படை, கரப்பான், புழுவெட்டு, காணாக்கடி, தேமல், அக்கி போன்ற பதினைந்து வகையான தோல் நோய்கள் பற்றிய செய்திகள் விரிவாகப் பேசப்பட்டுள்ளன.

மருத்துவர் ஐ.ரா. கிருஷ்ணமூர்த்தி அவர்கள் சித்த மருத்துவப் பயிற்சியிலும் ஆராய்ச்சியிலும் தொடர்ந்து ஈடுபட்டு, பொது மக்களிடையேயும் சித்த மருத்துவ அறிஞர்களிடையேயும் நன் மதிப்பைப் பெற்றவர். அவர்கள் 'சிறப்பியல்' என்னும் இத் தொகுதிக்கு ஒருங்கிணைப்பாளர் பொறுப்பை ஏற்றது உண்மையிலேயே சிறப்பானதொரு நிகழ்வாகும். இவர் தன் பங்களிப்பாக, 'காளாஞ்சகப்படை' என்ற கட்டுரையையும் இத்தொகுதியில் இடம்பெறச் செய்துள்ளார்.

மரு. ஆ. குமரவேல் (காயகற்பம்), மரு. ஆர். எஸ். இராமசுவாமி (யோகம்), மரு. அ. மரிய ஜோசப் (வர்மக்கலை), மரு. கோ. தியாகராஜன் (தொழுநோய்),

மரு. எஸ். இராஜலட்சுமி (தோல் நோய்கள்) ஆகியோர் இத்தொகுதியின் ஆசிரியர் குழுவைச் சேர்ந்தவர்களாவர். சித்த மருத்துவப் பயிற்சி, சித்த மருத்துவத்தைக் கற்பித்தல், ஆராய்தல் முதலிய பணிகளில் ஊக்கமுடன் செயல்பட்டு வருபவர்கள் இவர்கள்.

பல்வேறு பணிகளுக்கிடையே, குறித்த காலத்தில் கட்டுரைகளைத் தொகுத்தளித்த மரு. ஐ.ரா. கிருஷ்ணமூர்த்தி அவர்களுக்கும் ஏனைய ஆசிரியர் பெருமக்களுக்கும் எங்கள் உளங்கனிந்த நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கின்றோம். சித்த மருத்துவ நூல் வெளியீட்டுப் பணியில் மிகுந்த ஆர்வம்

காட்டி, திருத்தங்களைச் செய்து உதவும் மரு. செ. நெ. தெய்வநாயகம் அவர்களுக்கும் மரு. கு. கணபதி அவர்களுக்கும் நன்றி பாராட்டிக் கொள்கின்றோம்.

கணினியில் நூலை வடிவாக்கம் செய்த திரு. து. வேல்முருகன், திரு. க. செல்லதுரை ஆகியோரும், அச்சிட்ட பாவை அச்சகத்தாரும் நன்றிக்குரியோராவர்.

சித்த மருத்துவத் துறையில் நல்ல நூல்களின் வரவை எதிர்நோக்கி இருந்த மக்களின் தாகத்தை, இத்திட்டத்தின் முதல் தொகுதி தணித்தது போலவே இத்தொகுதியும் தணிக்கும் என்பதில் ஐயமில்லை.

வா.செ. குழந்தைசாமி
தலைவர்
தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

ஒருங்கிணைப்பாளர் உரை

சித்த மருத்துவம் இன்றளவும் மக்களுடைய பிணி தீர்க்கும் மருத்துவமாக வளர்ந்து வந்துள்ளதைப் பெருமையுடன் நாம் ஏற்றுக்கொள்வோம். தொல்காப்பியர், திருவள்ளுவர், திருமூலர் வாழ்ந்த காலத்திற்கு முற்பட்டு பன்னெடுங்காலமாக நிலைத்து நிற்கும் தமிழர் நாகரிகத்தின் ஓர் அங்கமே தமிழ் (சித்த) மருத்துவம்.

வடமொழி ஆரிய நாகரிக வளர்ச்சிக்கு அடிகோலியது. அந்த நாகரிகத்தின் ஓர் அங்கமே ஆயுர்வேதம். காலம் நாகரிகத்தின் தனித்தன்மையைத் துளைத்து மொழியையும், இனங்களையும், கலைகளையும், சங்கமிக்கச் செய்தது வரலாறு ஆயிற்று.

இன்று தமிழ் மண்ணில் கலாச்சார சங்கமங்களைத்தான் பார்க்கிறோம். ஆயினும் தனித்தன்மை குன்றாமல் மிளிருவது சித்த மருத்துவமே என்றால் அது மிகையாகாது. இதனால்தான் மத்திய அரசு நம் நாட்டின் மருத்துவ முறைகளைச் சீர்படுத்தும் முடிவோடு, சித்த மருத்துவத்தை ஒரு தனி மருத்துவமாக, ஆயுர்வேதத்தினின்றும் வேறுபட்ட மருத்துவமாக ஏற்றுக் கொண்டுள்ளது.

இந்திய மருத்துவ மையக் குழு (Central Council of Indian Medicine) என்ற அமைப்பில் ஆயுர்வேதம், சித்த மருத்துவம், யுனானி மருத்துவம், யோகம், இயற்கை மருத்துவம் என்பன தனித்தனி அங்கங்களாகத் திகழ்கின்றன. பட்டப்படிப்பு, பட்ட மேற்படிப்பு, ஆய்வுகள் தொடர்பான படிப்பு, ஆகிய துறைகளும் தனியாகவே உள்ளதால், நம் நாட்டு மருத்துவ முறைகள் வளர்ச்சியடைய இந்த அமைப்புகள் உதவுகின்றன.

உலகளாவிய மருத்துவ முறையாகச் சித்த மருத்துவம் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட வேண்டுமெனில், நம் மருத்துவத்தின் அடிப்படைத் தத்துவத்தில் தொடங்கி, நோய்கள், அவற்றின் கணிப்பு முறை, மருத்துவம், நலம் பேணும் தற்காப்பு முறை, உணவு, நோயில்லா நெறி, உள ஒழுக்க இயல், உடலைப் பேணும் இயல் என்று பல நோக்குகளில் ஆய்வு செய்யப்பட்டு, அவை தெளிவான அறிவார்ந்த நூல்களாக வெளிவரவேண்டும். இந்த உயரிய

நோக்கத்தைக் கருத்தில் கொண்டு தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம், சித்த மருத்துவ நூல்களை வெளியிட முன்வந்துள்ளது, நம் மருத்துவத்திற்கு மேலும் பெருமை சேர்க்கின்ற செயலாகும். வருங்காலத்திலும் நமது மருத்துவம் போற்றப்பட வேண்டும் என்கிறார் கழகத் தலைவர் பேராசிரியர் வா.செ. குழந்தைசாமி அவர்கள். அவரது கருத்தே தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகத்தின் கருத்து என்று கூறுவது மிகையாகாது. சித்த மருத்துவ நூல்களை வெளியிட அமைக்கப்பட்ட குழுவின் ஒருங்கிணைந்த பணி மிகவும் மகத்தானது. அவ்வாறே இந்த மூன்றாம் தொகுதியும் உள்ளது.

இத்தொகுதியில் *காயகற்பம்* முதல் பகுதியாக அமைந்துள்ளது

'உடம்பினாலன்றி உணர்வுதானில்லை'

'கற்பத்தையுண்டால் காயமழியாது'

எனும் உடலைப் பேணும் பொன்மொழிகள் பல திருமூலரின் திருமந்திரத்தில் கூறப்பட்டுள்ளன.

உயிரை உயர்நிலைப்படுத்தத் தவமிருக்கும் முனிவர்களுக்கும், யோகிகளுக்கும் கூறப்படுவதல்ல காயகற்பம். 'உணவே மருந்து, மருந்தே உணவு' என்கிற கொள்கையே இங்குக் காயகற்பமாகக் கூறப்படுகின்றது. தாவரப் பொருட்கள், கனிமப் பொருட்கள், இறைவனால் படைக்கப்பெற்ற உயிரினங்கள், அவற்றின் கழிவுகள் யாவுமே காயத்தைக் கற்பமாக்குபவை. காயத்தைத் துறந்து உயிரைப்பேண இயலாது. ஆகவே உடம்பும் வளர வேண்டும். உயிரும் வளர வேண்டும் என்கிறது சித்த மருத்துவம். உடம்பை வைத்தே உயிர் வளர்த்தேன் என்கிறார் திருமூலர். உயிர் வளர்வது என்பது உயிரை மேம்படுத்துவது என்று கொள்ளல் வேண்டும். இதுவே யோகமுறை.

காயகற்பம் பகுதியில் எளிய முறைகள் பல கூறப்பட்டுள்ளன. முப்பு, அமுரி, கற்ப மூலிகைகள், அமுரிதாரணை, கற்பம் உண்ணும் காலத்தில் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய கட்டுப்பாடுகள், வழலை வாங்கல், பழ மலம் நீக்கல், அஞ்சனம், ஆக்கிராணம் என்கிற முறைகள் இப்பகுதியில் விரிவாகக் கூறப்படுகின்றன.

கருவூரார் வாதகாவியம் 700, திருமூலர் திருமந்திரம், சட்டமுனி வாதகாவியம் 1000, போகர் கற்பம் 300 எனும் நூல்களிலிருந்து மேற்கோள்கள் காட்டப்பட்டுள்ளன. கடுக்காயின் சிறப்பை அறியாதவர்களுக்கு இந்நூல் அரியதோர் வாய்ப்பு. இப்பகுதிக்கு ஆதாரமான நூல்களில் முதன்மையானது மரு. ஆர். தியாகராஜன் எழுதிய சித்த மருத்துவம் (சிறப்பு) என்னும் நூல். அவர்கள் எனக்கும் எனக்குப் பின் வந்த இரு தலைமுறை பட்டதாரிகளுக்கும் ஆசான்.

அவரது நூல் சித்த மருத்துவக் கல்லூரிகளில் பாடப்புத்தகமாக உள்ளது. பல்வேறு நூல்களினின்று திரட்டி, தனது அனுபவத்தினையும் கூட்டி, பேராசிரியர் மரு. ஆ. குமரவேல் இப்பகுதியை அளித்துள்ளார்.

யோகம் என்ற பகுதியை மரு. ஆர்.எஸ். இராமசுவாமி எழுதியுள்ளார். இவர் பாளையங்கோட்டை சித்த மருத்துவக் கல்லூரியில் உடல் தத்துவம், சிறப்பு மருத்துவம் மற்றும் யோக விரிவுரையாளர். யோக சாதனைகளைப் பற்றி ஆன்றோர் பலரது கருத்துகளையும் அனுபவங்களையும் இப்பகுதியில் விளக்கியுள்ளார். ஆணவம், கன்மம், மாயை எனும் மலங்கள் ஆன்ம தரிசனத்துக்கு எவ்வாறு இடையூறு செய்கின்றன என்பதையும் புரியவைக்கிறார் ஆசிரியர்.

யோகத்தின் எண் (எட்டு) நிலைகள் விரிவாகக் கூறப்படுவதுடன், ஆசனம் பயில்வோர்க்கான விதிமுறைகளும் விளக்கம் பெறுகின்றன. யோகாசனம் செய்முறை விளக்கப்படங்களுடன், அவ்வகை ஆசனம் செய்வதனால் ஏற்படும் நன்மைகளும் தெளிவாகக் கூறப்படும் பாங்கு ஆசிரியரின் அனுபவம் பேசுவது போலுள்ளது.

பிராணாயாமம் (மூச்சை வசப்படுத்தல்), பிரத்யாகாரம் (புலனை வசப்படுத்தல்), தாரணை (மனதை ஒருமைப்படுத்தல்) யோகத்தின் ஏழாம் நிலையான தியானம், இறுதி நிலையான சமாதி என வரிசைப்படுத்தி விளக்கியுள்ளார் ஆசிரியர்.

மாணவர்களுக்கு மட்டுமின்றி, யோக சாதனையாளர்களுக்கும், சன்மார்க்க போதகர்களுக்கும் இப்பகுதி பெரிதும் உதவும். மேலும் ஆய்வாளர்கள் அறிய வேண்டிய கருத்துகளும் நிறைய கூறப்பட்டுள்ளன.

வர்மக்கலை என்னும் தலைப்பில் தனியாக ஒரு பகுதி வருவது, சித்த மருத்துவத்திற்கு மேலும் சிறப்பூட்டுகிறது. வர்மக்கலை குறிப்பாக, கிழக்கு ஆசிய நாடுகளில் காலங்காலமாகப் பயிற்றுவிக்கப்படுவதுடன், மேல் நாட்டார் அனைவரையும் இக்கலை ஈர்த்துள்ளது என்பதையும் நாம் அறிவோம். ஆயினும் சித்த மருத்துவத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டுள்ளதே 'வர்மக்கலை' எனக்கூற வேண்டுமாயின் சான்றுகள் தெளிவாகக் கிடைக்கவில்லை.

தென் குமரி நாட்டின் சிறப்பே வர்மக்கலை. தென் குமரியும், கேரளத்தின் தென் மண்டலமும் குமரி நாட்டில் அடக்கம் என்ற கருத்துகளை நோக்கும்போது, வர்மக்கலை வளர்ந்த சூழ்நிலை குமரிக்கண்டத்தைச் சுட்டிக் காட்டுகிறதோ எனவும் எண்ணத் தோன்றுகிறது. எவ்வாறாயினும், செறிந்த பாரம்பரியம் உள்ள கலை வர்மக் கலை என்பதை ஆய்வாளர்கள் ஒப்புக் கொள்கின்றனர்.

மறைக்கப்பட்ட இக்கலை, அவ்வாறு மறைக்கப்பட்டதால், கால வெள்ளத்தில் பல நுணுக்கங்கள் காணாமல் போயின. இடம் பெயர்ந்து கீழை நாடுகளுக்குப் பரவியது என்பது சிலரது கருத்து. தற்காப்புக்கலை என்று கூறப்பட்டாலும், பிணியுற்றவர்க்கும் மருத்துவமாக அமைந்துள்ளது வர்மக்கலை.

அச்சேறாத நூல்கள் எனவும், அச்சேறிய நூல்கள் எனவும் பலவற்றை ஆசிரியர் பட்டியலிட்டுக் கூறுகிறார். தமிழில் மட்டுமின்றி மலையாள மொழியில் வெளியான நூல்களைப் பற்றியும் ஆங்கில மொழியில் வெளியான நூல்களைப் பற்றியும் குறிப்பிட்டுள்ளார் மரு. அ. மரிய ஜோசப். இவரால் வெளியிடப்பட்ட வர்மக்கண்ணாடி எனும் நூல் இன்று சித்த மருத்துவக் கல்லூரியில் வர்மக்கலைப் பாட நூலாக அமைந்துள்ளமை, இவ்வாசிரியரின் பெருமுயற்சிக்குக் கிடைத்த பரிசாகும்.

உடல் அமைப்புக்கு ஏற்றவாறு தலை முதல் கால் வரை 108 வகை வர்மங்கள் கூறப்பட்டுள்ளன. உடல்கூற்றுப் படங்களுள் வர்மஸ்தானங்களின் விளக்கம், அவற்றின் இயக்கம் என்பன மிகவும் சிறப்பாக அமையப்பெற்றுள்ளன. ஆய்வாளர்களுக்கு இந்தப் பகுதி ஒரு அரிய பொக்கிஷமாகும். போற்றிப் பாராட்டப்பட வேண்டியவர் மரு. அ. மரிய ஜோசப் அவர்கள்.

"தோல் மற்றும் பிற நோய்கள்" என்னும் நான்காவது தலைப்பின் கீழ் பதினேழு வகையான நோய்கள் விவரிக்கப்பட்டுள்ளன. ஒரு காலகட்டத்தில் இன்றைய நவீன மருத்துவத்தின் முந்தையர்களும் தொழு நோயுற்றவர்களைப் பாவிகள் என்று எண்ணி, சமுதாயத்தில் இருந்தே ஒதுக்கி வைத்திருந்தார்கள். அவர்களின் பரிதாப வாழ்க்கையைப் படம் பிடித்துக் காட்டிப் பல நூல்கள் வெளிவந்துள்ளன.

விஞ்ஞானம் தொழுநோய்க்குரிய காரணங்களைக் கண்டறிந்து, தொழுநோய்க்கு Lepra Bacilli எனும் நுண் உயிரியே காரணம் என உறுதியாக அறிவிக்கப்பட்ட பின்னரே, தொழுநோய்க்கான சிகிச்சையும், நோயாளிகளின் பராமரிப்பு மற்றும் மறு வாழ்வு இல்லங்களும், தன்னார்வ இயக்கங்களும், சேவை அமைப்புகளும் உலகெங்கும் தோன்றி, இன்று உலகினை விழிக்கச் செய்துவிட்ட சாதனை, இரு நூற்றாண்டு சரித்திரமே.

தொழுநோயாளிகள் இனி தொழுதுண்டு வாழ வேண்டியதில்லை. கௌரவமாக வாழலாம் எனும் தன்னம்பிக்கையை ஊட்டிய பெருமை விஞ்ஞானிகளையே சாரும். உலகில் தோன்றிய ஏனைய மருத்துவ முறைகளைப் போன்று, சித்த மருத்துவத்திலும் தொழுநோய், பெருநோய் என்ற பெயரில் தோல் சம்பந்தப்பட்ட நோயாகக் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

யூகிமுனிவர் இந்நோயின் இலக்கணங்களைத் தெளிவாகக் கூறியதுடன் மருத்துவமும் கூறியுள்ளார். இவரது நூல் ஒன்றே இன்று நம்மிடையேயுள்ள சித்த மருத்துவ நூல்களில் சிறப்பாக விளங்குகிறது. பெருநோய் என்பதைக் குட்ட நோயை (Leprosy) மட்டுமே குறிக்கும் சொல்லாக ஏற்றுக்கொள்ள இயலாது. ஏனெனில், பல்வகையான தோல் நோய்களின் பகுப்புகள் இந்நோய்க் கூட்டத்தில் அடங்கியுள்ளன.

யூகி நூலின் வாயிலாக இன்று நம் மருத்துவத்தில் அறியப்படுகின்ற வெண்படை, காளாஞ்சகப்படை, சொறிப்படை, ஒட்டுப்படை, கடுவன் போன்ற நோய்களும் இப்பகுப்பில் அறியப்படுகின்றன. தெளிவான குறிகுணங்களுடன் இந்நோயின் பிரிவுகளை யூகியின் நூல் விளக்குகின்றது. ஆய்வாளர்களுக்கு இந்நூல் இன்று பெருமளவில் பயன்படுகின்றது என்பதையும் இங்கே கூறவேண்டும்.

ஆக, பெருநோய் என்பதைக் குட்டம் எனக் கருதாமல் யூகியின் கருத்தைச் சார்ந்து ஆய்வு செய்தல், ஆய்வாளரின் இன்றைய பணியாகும். நூலில் உள்ளபடி எடுத்து விளக்கியுள்ளார் மரு.எஸ். இராஜலட்சுமி.

காளாஞ்சகப்படை எனும் தலைப்பில் உள்ள கட்டுரை எனது பங்களிப்பு. சித்த மருத்துவத்தில் மிகச்சிறந்த ஆய்வுகளில் முதன்மையாகக் கருதப்படும் '77 ஆயில்' எனும் எண்ணெய் எனது கண்டுபிடிப்பு. இது காளாஞ்சகப்படைக்குப் பயனாகிறது. சென்னை மத்திய சித்த மருத்துவ ஆய்வு நிலையத்தில் மேற்கொள்ளப்பட்ட இந்த ஆய்வுகள் பின்னர் காப்புரிமம் செய்யப்பட்டுள்ளன. காளாஞ்சகப்படை நோயின் முற்குறி, நோய் வரும் வழி, நோயின் இயல்பு, வகைகள் என விரிவாகக் கூறப்பட்டுள்ளது. மருத்துவ முறைகள் விளக்கப்பட்டுள்ளன. பயனுள்ள கட்டுரையாக அமைந்துள்ளது.

இப்பகுதியில் 'தோல் புற்று', 'வெண்படை', 'புழுவெட்டு', 'காணாக்கடி', 'தேமல்' என்னும் ஐந்து வகையான நோய்களைப் பற்றியும் மரு. எஸ். இராஜலட்சுமி அவர்களே எழுதியுள்ளார். மேலும் 'படர்தாமரை', 'படுக்கைப்புண்', 'கரப்பான்', 'சேற்றுப்புண்', 'முடிஉதிரல்', 'பொடுகு', 'அக்கி', 'தழும்பு', 'பாலுண்ணி', 'பேன்கள்', என்னும் பத்து வகையான நோய்களைப் பற்றியும் மரு. கோ. தியாகராஜன் அவர்கள் விவரித்துள்ளார்.

தோல் புற்று என்ற தலைப்பில் புற்று நோய் வகைகளை ஆதாரங்களுடன் விளக்குகிறார் ஆசிரியர். தேரையர் வைத்திய காப்பியம் 1500, புலிப்பாணி வைத்தியம் 500, தேரையர் வைத்தியம் 1001, அகத்தியர் செந்தூரம் 300, அகத்தியர் வைத்திய காவியம் 1500, அகத்தியர் பள்ளு 2000, போகர் 7000,

யாகோபு வைத்திய சிந்தாமணி, புலத்தியர் வாத சூத்திரம், யாகோபு லோக செந்தூரம், போகர் சத்த காண்டம் எனப் பல நூல்களிலிருந்து மருத்துவக் குறிப்புகள் எடுக்கப்பட்டு, பல்வேறு நிலை புற்றுகளுக்கு மருத்துவம் கூறப்பட்டுள்ளது. இது ஆய்வுக்கு மிகச் சிறந்த உதவியாக இருக்கும்.

வெண்படை என்ற தலைப்பில் கூறப்படும் நோய், பதினெண் குட்டங்களில் ஒன்று என யூகிமுனி பெருநூல் 800 கூறுகிறது. குறிகுணங்கள் தெளிவாக விவரிக்கப்படுகின்றன. புற மருந்துகள், அக மருந்துகள் எனப் பிரிக்கப்பட்டு, அவற்றின் வழக்கு மருத்துவமும் கூறப்படுகிறது. வெண்படை ஆய்வுகள் பற்றிய குறிப்புகளும் உள்ளன.

கரப்பான் நோய் விரிவாக வகைப்படுத்தப்பட்டு, மருத்துவமும் கூறப்பட்டுள்ளது. இவை எளிய மருத்துவமாக அமைந்துள்ளன.

புழுவெட்டு, காணாக்கடி, தேமல் ஆகிய தலைப்புகளில் வழங்கப்பட்டுள்ள கட்டுரைகள் தனித்தனியே சிறப்பாக உள்ளன. மரு. ஆர். இராஜலட்சுமியின் ஆய்வுத்திறனும், அனுபவமும் இக்கட்டுரைகளில் நிறையவே வெளிப்படுகின்றன.

அக்கி, பாலுண்ணி, படர்தாமரை, படுக்கைப்புண், சேற்றுப்புண், என்ற வகையில் நோய்கள் சித்த மருத்துவ முறைப்படியும், நவீன மருத்துவ முறைப்படியும் அறியப்பட்டு, சித்த மருத்துவ முறைப்படி மருந்துகள் கூறப்பட்டுள்ளன. சில மருந்துகளை ஆய்வுக்குரிய மருந்துகளாகத் தேர்வு செய்யலாம்.

தழும்புகள் பற்றிய கட்டுரையில் கூறப்பட்ட மருத்துவம் எளிமையாக உள்ளது. அவரவர் வீடுகளிலேயே மருந்துகளைச் செய்து கொள்ளலாம்.

முடி உதிரல், பொடுகு, பேன்கள் என அடுத்த கட்டுரைகளில் கூறப்பட்டுள்ளன. எளிய மருத்துவமும் உள்ளது.

சித்த மருத்துவ நூல் வரிசையில், சிறப்புப் பகுதியாக அமைந்த இத்தொகுதிக்கு ஒருங்கிணைப்பாளராக இருக்கும் வாய்ப்பினை நல்கிய தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகத்தாருக்கும், கட்டுரைகளை உரிய காலத்தில் எழுதிக் கொடுத்த சித்த மருத்துவ ஆசிரியர் பெருந்தகைகளுக்கும், திருத்தங்களைச் செய்து கொடுத்த மரு. செ.நெ. தெய்வநாயகம் அவர்களுக்கும் மரு. கு. கணபதி அவர்களுக்கும் என்னுடைய மனமார்ந்த நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

மரு. ஐ.ரா. கிருஷ்ணமூர்த்தி

Introduction

Siddha medicine is considered to be a remedy for a number of diseases and people have accepted this reality. Siddha medicine is part of Tamil culture; is believed to have more than 2000 years of existence before the period of Tholkappiyar and Tiruvalluvar.Though Tirumoolar's period is controversial among historians, his contributions are original and inspirational to successive Siddhars.

Sanskrit was the foundation language for Aryan civilization. Ayurveda is a part of that civilization which later on over a period of time amalgamated all the languages, races, arts and culture.

What we observe today is only a culture, which is the assimilation of the Aryan, Dravidian and others, and yet the uniqueness of Siddha Medicine is still maintained. That is why the Government of India decided to reform and strength on the Indian Medical Systems, viz. Ayurveda, Siddha, Unani. Naturopathy and Yoga.

Siddha Medicine is recognized as a separate system of medicine and not a branch or part of Ayurveda. The Central Council of Indian Medicine, which governs the policy on ISM, consists of Ayurveda, Siddha, Unani, Yoga and Naturopathy, but maintains separate units. Graduate, Post Graduate and Research related education programmes are looked after by separate departments under the ministry of ISM.

If Siddha medicine is to be recognized as Global Medicine, we have to begin with the fundamental principles, the causative factors of disease, diagnostic methods, treatment, health care, preventive medicine, diet, mind and body strengthening exercises etc. This should be subject to research and should be published as high profile research materials.

This object was taken into consideration by Tamil Valarchi Kazhagam which came forward to publish the series under Siddha Medicine. This gesture adds more value to our system of medicine. Prof. V.C. Kulandaiswamy, Chairman of Tamil Valarchi Kazhagam foresees the possibility of Siddha Medicine as a global system of medicine only when we restructure organise the Siddha literature and promote research. It is not an exaggeration when we say that the view of Prof. V.C. Kulandaiswamy reflects the view of Tamil Valarchi Kazhagam. The services of the co-ordination committees to publish Siddha Medical books are very much laudable.

The first chapter deals with Kayakarpam. These golden words are taken from **Tirumandiram.** Kayakarpam is not mean for developing higher virtues among yogis and sages performing penance. In fact this treatment is meant for an ordinary person who follows the dictum, "Diet is medicine and Medicine is diet". Whatever we find in this world like plants, minerals, metals and animal excretions have medicinal values.

The secondary metabolites of plants, excretions of animals, metals and minerals help to rejuvenate the body system. Life cannot exist without body. Therefore Siddha medicine says "for the growth of the soul, the body should have good nourishment. Growth of the soul is meant in terms of elevating the value of once life". This is Yoga system.

Kayakarpam chapter gives simple remedies like Muppu, Amuri, Karpa herbs, Amuridharanai, Karpam treatment, Vazhalai Vangal, regulations of excretion, ophthalmic applicants, inhalation procedure etc. They are beautifully presented in this chapter. Quotations are given from **Karuvurar Vatha Kaviyam 700, Tirumoolar Tirumandhiram, Sattaimuni Vadha Kaviyam 1000, Bogar Karpam 300**. Those who do not know the medicinal values of Kadukkay (Terminalia chebula) can get valuable informations in this chapter. The source material for this chapter is Siddha Medicine 'Special' written by Dr. R. Thyagarajan who was my Guru and also for succeeding generations of Siddha graduates. His works are adopted as text books in Siddha Medical Colleges. Dr. A. Kumaravel has compiled this chapter from various sources infusing his experience in this field.

Dr. R. S. Ramaswamy has written the chapter 'Yogam'. He is lecturer in Siddha Medical College, Polayamkottai, in subjects like Fundamental Principles, Special Medicine and Yoga. He has brought to this chapter the experience and considered opinions of the experts on yoga. He explains how Anavam, Kanmam, Mayai, impede the vision of Anma.

The eight stages of Yoga are vividly described in this chapter, which includes practical instructions for the student of Yoga. Photographs of demonstrations are presented for better understanding and practice. The author explains the benefits of different Asanam procedures based on his experience. Yoga and its different stances are described in a simple language for elevation of the soul. Students as well as Yoga practitioners and Sanmargis, will find this chapter very useful. For research workers, plenty of materials are available in this chapter.

It is rewarding to Siddha medicine, which is honoured by the chapter under the caption Varmakkalai. This 'varma' is practised in Eastern countries traditionally over 1000s of years. We are aware that Varmakkalai is an attraction to the westerners. That Varmakkalai has its roots in Siddah medicine, is clearly established by the author in this chapter.

Thenkumari boasts of its traditional Varmakkalai. It is interesting to explore the claims about the origin of Varmakkalai to Kumarikkandam the land which is now extinct but its remnants are now parts of Tamil Nadu and Kerala. Whatever may be the historical conclusions, researchers accept that Varmakkalai has its own venerable tradition.

This hidden art, due to poor patronage by rulers lost many of its technical values over a period of time. This is also responsible for its migration to eastern countries. Varmakkalai is an art of defence but it is practised as an alternative to drug therapy in Siddha system.

The author presents list of published and unpublished literature. Dr. A. Maria Joseph refers to some of the literature originally published in Malayalam and translated from Tamil into English. **Varmakkannadi 500,** edited by Dr. A. Maria Joseph is the approved text book in the Department of Varmakkalai, Siddha Medical Colleges, Tamil Nadu.

The author is rewarded for his endeavour: 108 varmas are identified in the body from head to foot depending on the condition of the body. Varma locations are described with figures. The functioning of these locations are also detailed in this chapter. Research workers will find this chapter as a rare treasure. Dr. A. Maria Joseph deserves our felicitations.

In the fourth chapter named "Skin and other Disorders", about seventeen diseases are explained with separate captions.

At one period of time, the Allopathic medical science segregated the lepers from society, despising them as sinners. Plenty of literature depicts this abominable period of medicinal history.

Modern science has identified 'Lepra bacilli' as the causative organism of Leprosy. After this discovery the treatment methodology, patient care, rehabilitation, service through non Government organizations etc revolutionised the management of this global disease . The scientists deserve all credits for these achievements, which amazed the obscurantic humilating beliefs on this problem, prevailing over several 1000s of years. Like many other systems of traditional medicines, Siddha medicine also describes treatment of Leprosy, which is termed Thozhunoy or Perunoy in literature.

Yugimunivar has described clearly the signs and symptoms of this disease. The clinical literature of Yugimuni is the best among other Siddha literature. We cannot accept Leprosy as literally meaning Kuttanoy, since other skin disorders are also classified under Kuttanoy section. Venpadai (Vitiligo), Kalanjagapadai (Psoriasis), Soripadai (Scabies), Ottu padai (Fungal dermatosis) and Karappan (Eczema) find a place in this chapter. Yugi describes the signs and symptoms of each disorder clearly. As such, the research workers find this classical work of Yugi very useful. Therefore it is better to consider Perunoy, different from general skin disorders under classifications of Kuttam. This is also the philosophy of Yugi. Dr. S. Rajalakshmi who has authored this chapter describes the disease as found in the Yugi's work.

Kalanjagapadai (Psoriasis) is the topic contributed by me in this book. '777 oil' which is a remedy for Kalanjagapadai is my original research finding, which is the best research topic in Siddha Medicine so far. '777 oil' was clinically evaluated at Central Institute for Siddha at Chennai and was

subsequently patented by Central Council for Research in Ayurveda and Siddha, Government of India. In this chapter the causative factor, signs and symptoms of the disease and line of treatment are vividly described. This will be very useful to the practitioners and for research workers.

In this chapter, five disorders called 'Tol Purru', 'Venpadai', 'Puzhuvettu', 'Kanakkadi' and 'Themal' are written by Dr. S. Rajalakshmi. 'Padarthamarai', 'Padukkaippun', 'Karappan', 'Serruppun', 'Mudi Uthiral', 'Podugu', 'Akki', 'Thazhumpu', 'Palunni' and 'Penkal' are described by Dr. K. Thyagarajan.

The author describes Tolpurru (Skin cancer) with reference from **Therayar Vaidhya Kappiyam 1500, Pulippani Vaidhyam 500, Agatiyar Pallu 2000, Bogar 7000, Yacobe Vaidhya Sigamani, Pulathiyar Vaadha Soottiram, Yacobe Loga Chenduram, Bogar Saththa Kandam** etc. Purrunoy (Cancer) and their various clasifications are described in this chapter. Research workers will find it very useful.

Venpadai (Vitiligo) comes under 18 Kuttams (Leprosy) as described by **Yugi Perunool 800**. Clinical signs and symptoms, treatments external and internal are described with research notes. Karappan (Eczema) is classified and simple treatments are prescribed.

Puzhuvettu (Aloepecia), Kanakkadi (Urticaria & Insect sting), Themal (Tinea infection) are written by Dr. Rajalakshmi, who has exhibited her research experience as well as practical observations.

Akki (Herpes), Palunni (Moluscum contigeosum), Padarthamarai (Tinea versicolaris), Paddukkaippun (Bed sore), Serruppun (Athlets foot) and Thazhumpu (Scar) are classified and diagnosed in Siddha and Modern methodology. Siddha medical treatment is detailed for each problem. The research workers can find a few herbs useful for further research. Mudi Udhiral (Hair fall), Podugu (Dandruff), Pen (Head Lies) are described in the next captions with simple remedies.

I take this opportunity to thank the Tamil Valarchi Kazhagam and particularly our Chairman Prof. Dr. V.C. Kulandaiswamy and the learned members of this committee for providing me an opportunity to function as co-ordinator of this volume.

I thank the authors for timely contribution of their topics allotted to them in this volume. I immensely thank Dr. C. N. Deyvanayakam and Dr. G. Ganapathy for adjudicating the articles.

Dr. J. R. Krishnamoorthy

1

காயகற்பம்

மரு. ஆ. குமரவேல்

முன்னுரை

சித்த மருத்துவ முறைகளில் காயகற்பம் முதன்மையானது. இது சித்தர்கள் கண்டு, பயனடைந்து, உலக நன்மைக்காகத் தமிழகத்திற்குத் தந்த முறையாகும்.

மனித உடலில் ஏற்படும் நரை, திரை, பிணி, மூப்பு ஆகியவற்றால் உடலை அழியாதபடிக் காத்து, பலப்படுத்தி நீண்ட காலம் வரை உயிரோடு இருக்கச் செய்யும் முறை இது. சித்த முறையில் உடலின் நன்மையைக் காப்பது காயகற்பம் எனப்படும். காயகற்பம் அல்லது சாகாக் கலை தமிழர்களின் தனிச் சொத்தாகும். உலகில் வேறு எந்த மனித இனமும் அடைந்திராத பேறு. சித்தர்கள் தமிழகத்திற்கு விட்டுச் சென்ற ஈடு இணையற்ற செல்வம். இது எண்வகைச் சித்திகளை அடைவதற்கு ஏதுவான மருந்தாகும்.

மனித உடலைக் காத்துப் பேணல் எந்த அளவுக்கு அவசியம் என்பதை,

உடம்பார் அழியில் உயிரார் அழிவர்
திடம்பட மெய்ஞ்ஞானம் சேரவும் மாட்டார்

என்ற திருமந்திர வரிகளாலும்,

உடம்பினா லன்றியுணர்வுதா னில்லை
உடம்பினா லுன்னியதே யாம்

மற்றும்

உயிர்க்குறுதி யெல்லா முடம்பின் பயனே

என்ற ஔவை குறளாலும் உணர முடிகிறது.

உடம்பைக் காப்பது காயகற்பம். இது உடம்பைக் கல்லைப் போலாக்கும். கல்லினால் செய்த சிலை நீண்ட நாட்களாயினும் நரை, திரை, மூப்பு, பிணி அடையாததைப் போல, கற்பமாக உடலும் இத்தகைய மாற்றங்களை அடைவதில்லை. இதனை,

கற்பத்தை யுண்டால் காயம் அழியாது

என்ற திருமூலர் வாக்கால் உணரலாம்.

பாரப்பா வெகுகோடி கால மட்டும்
பண்பாக சடத்தோடே இருப்பதற்கு
நேரப்பா கற்பமது கொள்ள வேணும்
நேர்மையுடன் பத்தியமாய் இருக்க வேணும்
காரப்பா உப்புவகை கட்ட வேணும்
கருத்துடனே குரு முடித்துக் கொள்ள வேணும்
சீரப்பா இவையாவும் முடித்தோன் சித்தன்
செகத்திலே நெடுநாள்தா னிருப்பான் பாரே

என்று கருவூரார் வாதகாவியம் 700 என்ற நூல் கற்பத்தின் பயனை எடுத்தியம்புகிறது.

உடலை நோயின்றி நல்ல நிலையில் வைத்திருக்கவும், பல ஆண்டுகள் நோய்களைப் போக்கி நீண்ட காலம் உயிரோடு வாழவும், நோய்களை நீக்கி உடலைத் தேற்றவும், நோய் வரும் முன் தடுக்கவும் கற்ப மருந்துகள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

நரை, திரை, பிணி, மூப்பு வராதவாறு தடுத்து நீண்டகாலம் உயிருடன் வாழச் செய்வது பொதுக் கற்பமென்றும், உடலில் ஏற்பட்ட பிணியைப் போக்கி, உடலை வன்மை பெறச் செய்து, நீண்ட நாட்கள் உயிருடன் வாழச் செய்வது சிறப்புக் கற்பமென்றும் கொள்ளலாம்.

காயகற்பத்துள் மூலிகை கற்பம், தாது கற்பம் ஆகிய மருந்துகளும், உடலைக் காத்தும், நோய்களை நீக்கியும் நன்மை தரும் ஆசனம் முதலிய பயிற்சிகளும், மூச்சுப் பயிற்சியும், யோக முறைகளும், முப்பு, தீட்சை ஆகியவைகளும் அடங்கும்.

முப்பு என்ற உயரிய மருந்து மூன்று முக்கிய பூதச் சேர்க்கை யாலானதாகும். இதில் வைத்திய முப்பு, வாத முப்பு, யோக முப்பு என மூன்று

முறைகள் உள்ளன. வைத்திய முப்பு உடலுக்குற்ற நோய்களை மிக விரைவில் போக்கி, உடலைத் தேற்றும் வல்லமை கொண்டது. வாத முப்பு என்பது உடல் நோய்வாய்ப்பட்டு அழியும் நிலையிலிருந்தாலும், அவற்றை நீக்கி அழியாதபடி காக்கும். யோக முப்பு என்பது நமது உடலினுள்ளேயே சுரந்து, உடலை அழியாதபடி காத்து நன்மை செய்யும் சிவக்குடிலை நீர் போன்ற சத்துக்களாகும். இவை ஆயுட்காலத்தை அதிகரிக்கச் செய்யும் தன்மை கொண்டவை. யோகப் பயிற்சியின் மூலம் யோக முப்புவை ஒழுங்குபடுத்தி, நீண்ட நாட்கள் நோயின்றி வாழ முடியும்.

இவை தவிர அமுரிதாரணை, தசதீட்சை, இயமம் எனும் நல் மனது, நியமம் எனும் நன்னடத்தை ஆகியனவும் காயகற்பங்களாகும்.

கற்ப மருந்துகள் என்பவை மூலிகைகள், தாதுப் பொருள்கள் மற்றும் சீவப் பொருள்களாகும். இவற்றைத் தனியாக அல்லது மற்ற பொருள்களுடன் கலந்து, பக்குவப்படி அளவு, நாள் அளவு, பத்தியத்துடன் உட்கொண்டு வரவேண்டும். இது தினந்தோறும் புதிதாகச் செய்து உட்கொள்பவை, ஏற்கனவே செய்து வைத்திருந்து உட்கொள்பவை என இரு வகையாகவும் உட்கொள்ளப்படுகிறது.

கற்பம் உண்ணும் காலத்துக் கூறப்பெற்ற விதிமுறைகளைத் தவறாமல் கடைப்பிடிக்க வற்புறுத்தப்பட்டுள்ளது. இவ்வாறு செய்ய. சிறந்த பலனைக் கொடுக்கும் என்பதில் ஐயமே இல்லை. சில கற்ப மருந்துகளுக்குப் பத்திய முறைகள், துணை மருந்து, நாளளவு, ஆகியவைகள் சிறப்பாகச் சொல்லப்பட்டுள்ளன. கணவன் சொல் தவறாத பத்தினிப் பெண் மேம்பாடு அடைவது போல், கற்பம் உண்பவர், மருத்துவர் கூறும் விதிமுறைகளைத் தவறாமல் கடைப்பிடித்தால் நல்ல பலன் கிடைக்கும். இதனை,

கற்புமுறை பெண் போற் கணவனெனும் பண்டிதன் சொல்
கற்ற முறை

என்ற தேரையர் யமக வெண்பா பாடல் உணர்த்துகிறது. கற்பமுண்ணும்போது மனத் தூய்மை மிகவும் அவசியம். மனத் தூய்மையினால் கற்ப மருந்து சிறந்த பலனைத் தரும். கற்ப மூலிகைகளை முறைப்படி உண்பதால் சாகா நிலை அடைய முடியுமென சித்தர்கள் உறுதிபடக் கூறியிருக்கிறார்கள்.

போகர், திருவள்ளுவ நாயனார், சட்டை முனி, கொங்கணர், புலத்தியர், தேரையர் முதலான மாபெரும் சித்தர்கள் கற்ப முறைகளைப் பற்றி மிக விரிவாகத் தங்களது நூல்களில் விளக்கியுள்ளனர்.

கற்பம் உண்ணத் தொடங்குமுன் தலையிலும் மார்பிலும் உள்ள கபத்தையும், வயிற்றிலுள்ள பித்தம், அடிவயிற்றிலுள்ள மலம் ஆகியவற்றையும் நீக்கி, உடலைச் சுத்தம் செய்து கொள்ள வேண்டும் எனக் கூறப்பட்டுள்ளது. இது வழலை நீக்கல் எனப்படும்.

பிறகு கடுக்காய், மிளகு என்று படிப்படியாகக் கற்ப மூலிகைகளை உண்ண வேண்டும். மேலும் எந்த மாதத்தில், எந்த அனுமானத்தில் உட்கொள்ள வேண்டும் என்றும் விளக்கப்பட்டுள்ளது.

சட்டைமுனி வாதகாவியம் 1000 என்ற நூலில் காயகற்ப மருந்துகளை உட்கொள்ளும் வரிசைக் கிரமம் கீழ்க்கண்டவாறு விவரிக்கப்பட்டுள்ளது:

வாங்கியதோர் காயசித்தி செய்யும் மார்க்கம்
வரிசையாய் சொல்லுகிறேன் கேளு
ஓங்கியதோர் கடுக்காயை முந்தியுண்ணு
உத்தமனே இருபது நாளான பின்பு
பாங்கியதோர் அவ்வைந்தாய் மிளகை யேற்றி
பரிவாக நூறு மட்டும் அமுரியிலே கொள்ளு
தாங்கியதோர் கடந்த பின்பு சொல்லக் கேளு
தப்பாம லேறுகிற முறையைக் கேளே.

முறையோடே பொற்றிலையும் அவுரி கூட்டி
மூதண்டவல்லாரை கரந்தை கூட
நிறையோடு காக்குறட்டான் அஞ்சுங் கூட
நேராக சூரணித்து வைத்துக் கொண்டு
மறையோடு பாக்களவு பாலிலுண்ண,
மக்களே காயசித்தி கசடு போகும்.

கொண்டபின்பு கெந்தியுண்ணு தங்கமுண்ணு
கொங்கியதோர் பூநாகத்தை யுண்ணு
கண்டபின்பு சூதமுண்ணு சட்டைக்கும்
காற்றடைப்பாய் குகையி னுள்ளே இருந்து கொள்ளு
உண்டபின்பு வயிரமுண்ணு வயிரதேகம்
உத்தமனே முன்னெடுத்த தேகம் போச்சு
தண்டபின்பு சூதத்தால் தேகமாச்சுச்
சதகோடி கற்பவரை நிற்கும் பாரே.

கற்பம் உண்ணும் காலத்தில் பத்தியம் காப்பது மிகவும் அவசியம் என்பதை போகர் கற்பம் 300 என்ற நூல் விவரிக்கிறது.

புளி, உப்பு, சுண்ணம், மாமிசம், மீன், மோர், உள்ளி, காரமான பொருள்கள், பெருங்காயம், ஆகிய உணவுப் பொருள்களையும், பெண்போகம், அதிகத் தூக்கம், சோம்பல் ஆகியவற்றையும் நீக்க வேண்டும். மூச்சுப் பயிற்சியை நன்கு அறிந்து, இரவும் பகலும் அதிலே முறைப்படி கவனமாக இருக்க வேண்டும்.

பால், நெய் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். ஒரு சேரையளவு மட்டும் சமைத்து, ஒரு பொழுது மட்டுமே சாப்பிட வேண்டும் எனக் கூறப்பட்டுள்ளது.

பணியாரம், பழம், தேன், வெள்ளாட்டிறைச்சி, மலைமான் இறைச்சி, காடை, கவுதாரி இறைச்சி சேர்த்துக் கொள்ளலாம் என்று கூறப்பட்டுள்ளது.

சோற்றுப்புக்குப் பதிலாகக் கட்டின உப்பைச் (உப்புக்கட்டு) சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

புளிக்குப் பதிலாகப் புளியாரை, புளியரணை, சீயக்காய் கொழுந்து சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

நெல்லிக்காய், பசலைக்கீரை பயன்படுத்தலாம். பயறு, இளநீர், கரும்பு, குளிர்ந்த நீர் இவைகளை நீக்க வேண்டும்.

வெற்றிலை போட வேண்டின் (தாம்பூலம் தரிக்கும் போது) சுண்ணாம்புக்குப் பதிலாக, கற்பூர சிலாசத்துச் சுண்ணம், முத்துச் சுண்ணம், பவளச் சுண்ணம், அண்டச் சுண்ணம் ஆகியவற்றைப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிப்பதற்குப் பதிலாகப் பசு நெய் தேய்த்து, பசும்பயறு அரைப்பைப் பயன்படுத்தி, பதினைந்து நாட்களுக்கொருமுறை தலை முழுக வேண்டும்.

மேலும் பதினைந்து நாட்களுக்கொருமுறை பின்வருமாறு தலை முழுக வேண்டும்:

மிளகு, மஞ்சள், நெல்லி, கடுக்காய், வேப்பம் வித்து இவைகளைச் சம அளவாக எடுத்து, பசும்பால் விட்டரைத்து, தலையில் தேய்த்து, ஒரு சாமம் (சுமார் 3 மணி நேரம்) சென்ற பின்பு வெந்நீரில் தலை முழுக வேண்டும்.

மேலும் வழலை வாங்கல், பழயமலம் நீக்கல், அஞ்சனமிடல், ஆக்கிராணம் செய்தல் ஆகியவைகளைக் கடைப்பிடிக்க, கற்பத்தினால் உண்டாகும் பலன் வெகுசீக்கிரத்தில் கிடைக்கும் என்றும், அதன் முறைகளைக் கீழ்க்கண்டவாறும் போகர் விளக்குகிறார்:

வழலை வாங்கல் : காலையில் வழலை வாங்க, கரிசாலைச் சாற்றோடு சம அளவு பசு நெய் சேர்த்து, அங்குட்டவிரலில் (பெருவிரல்) தடவிக் கொண்டு உள்நாக்கின் மேலே தடவ, தலையில் நின்ற கபம் விழும். சங்கிலித் தொடர் போல் தொடர்ந்து கபம் விழுந்தால் காயசித்தியும், யோக சித்தியும் சீக்கிரமே கிடைக்கும்.

பழயமலம் நீக்கல் : ஆமணக்கெண்ணெயை ஆள்காட்டி விரலில் தடவிக்கொண்டு ஆசனக் குழலில் (குஞ்சனத்தில்) வலப்பக்கமாகவும் இடப்பக்கமாகவும், அவ்விரலால் 100 தடவைகள் தடவ, பழயமலங்கள் கழன்று நீங்கி, காயசித்தி ஏற்பட ஏதுவாகும். இதைச் செய்யும்போது பறவையைப் போல் கால்களை வைத்துக் கொண்டு செய்ய வேண்டும்.

அஞ்சனமிடல் : செங்கடுக்காயைச் சுட்டகரி ஒரு வராகன் (சுமார் 54 கிராம்), துருசைச் சீலையில் முடிந்து சுட்டு எடுத்த தூள் ஒரு வராகன், வெண்ணெய் ஒரு பலம் எடுத்துக் கொண்டு, மேற்படித் தூள்களை ஒரு கிண்ணத்திலிட்டு, தாம்பிரத்தாலாகிய சொம்பால் நன்கு அரைக்க வேண்டும். பின்பு கோரோசனை ஒரு வராகன் சேர்த்து, நான்கு சாமம் விடாமல் அதே தாம்பிரச் சொம்பால் நன்கு மை போல் அரைத்து, நல்ல மாட்டுக் கொம்பில் செய்யப்பட்ட சிமிழில் பத்திரப்படுத்த வேண்டும்.

எள் அளவு மையை அந்தி, சந்தி இருவேளையும் கண்களிலிட, கண்பார்வை ஒளிபெறும். ஒரு வருடம் இப்படிச் செய்து வர வேண்டும்.

ஆக்கிராணம் : பெரிய வறட்சுண்டி (ஆடுதின்னாப்பாளை) வேரை நிழலிலுலர்த்திப் பொடித்து, துணியில்வடிகட்டி, குடுப்பையில் பத்திரப்படுத்த வேண்டும். மூக்கில் இப்பொடியை ஆக்கிராணம் செய்ய, அடைப்பு நீங்கி அழுக்கெல்லாம் கீழே விழும். கபாலம் கெட்டியாகும்.

மூலிகைக் கற்பங்கள் நூற்று எட்டு எனத் திருமூலரும், கருவூராரும் கீழ்க்கண்ட வரிகள் மூலம் உணர்த்துகின்றனர்:

அஞ்சயுகத்தி லழியாமற் காயந்தான்
மிஞ்சிய கற்பம் விளம்பினோம் நூற்றெட்டுத்

தஞ்சமுறவே தான்தின்ன வல்லோர்க்கு
பஞ்சுநரைபோய்ப் பதிந்தோங்கி வாழ்வரே

(திருமூலர்)

நூற்றியெட்டு கற்பமதும் அறிந்து
நுணுக்கமுடனே தானும்
நேர்த்தியுடனே கொண்டால் சடலம்
நிலைத்து விழும் தப்பாது.

(கருவூரார்)

மேற்கண்ட நூற்றியெட்டு மூலிகைகளும் தற்காலத்தில் கிடைப்பது அரிது. நூல்வழியாகத் தெரிய வருபவை :

1. கடுக்காய், 2. மிளகு, 3. விஷ்ணுக்கரந்தை, 4. வெள்ளைவிஷ்ணுக்கரந்தை, 5. சூரியகாந்திப்பூ, 6. ஓரிலைத்தாமரை, 7. சீந்தில், 8. நூறாண்டு சென்ற வேம்பு, 9. கருவேம்பு, 10. வேம்பு, 11. வெள்ளைத்தூதுவேளை, 12. சிவனார்வேம்பு, 13. கீழாநெல்லி, 14. பொற்றலை, 15. செங்கொடிவேலி, 16. கருநெல்லி, 17. வில்வப்பூ, 18. மருதோன்றி, 19. பலாசு, 20. வெண்புரசு, 21. பொற்கொன்றை, 22. வெள்ளை மந்தாரை, 23. வெள்ளைநீர்முள்ளி, 24. செந்நாயுருவி, 25. வெள்ளெருக்கு, 26. சிவப்புக்கள்ளி, 27. கருந்துளசி, 28. வெண்தாமரை, 29. குரோசாணி, 30. செங்கரந்தை ஆகியவைகளாகும்.

கீழே கூறப்பட்ட மூலிகைகள் யாதென்று அறிய இயலாத, கண்டுபிடிக்க இயலாத மூலிகைகளாகும்.

1. நூறுகரந்தை, 2. சங்கநிறக்கரந்தை, 3. வெண்கரந்தை, 4. விடத்தேர், 5. கிளிமூக்கு மாங்காய் (கற்பாந்தச்சி-பன்னிரண்டு ஆண்டுகட்கொருமுறை ஒரேயொரு பழம் மட்டும் காய்க்கும் எனப்படுகிறது), 6. சங்கத்தூதுவேளை, 7. பிரமி, 8. நெல்லிப்பூ, 9. கருவீழி, 10. சுரபிசித்தி, 11. நெல்லிமுள்ளி, 12. கல்பிரமி, 13. குழலாதொண்டை.

கற்பம் உட்கொள்ளும்போது கடுக்காய், மிளகு என்று கற்பமூலிகைகளைப் படிப்படியாக உட்கொள்ள வேண்டும். கடுக்காய் கற்பத்தை எண்பது வயதுவரை உட்கொள்ளலாம். எண்பது வயதுக்கு மேல் உட்கொண்டால் பலனில்லை என்று சித்த மருத்துவ நூல்களில் கூறப்பட்டுள்ளது.

கடுக்காய் கற்பம்

கற்பங்களில் கடுக்காய் கற்பம் முதலாவதாக உட்கொள்ள வேண்டுவதாகும். பிறகு படிப்படியாக வேறு கற்பங்களை உட்கொள்ள வேண்டும். கடுக்காய் கற்பம் உட்கொள்ளும் போது வயதுக்குத் தக்கவாறு, கற்பம் சாப்பிடும் நாட்களின் எண்ணிக்கை அமைய வேண்டும் என்பது போகர் கருத்து.

கற்பமுண்பவருக்கு	இருபது வயதானால்	20 நாட்களும்
கற்பமுண்பவருக்கு	முப்பது வயதானால்	25 நாட்களும்
கற்பமுண்பவருக்கு	நாற்பது வயதானால்	30 நாட்களும்
கற்பமுண்பவருக்கு	ஐம்பது வயதானால்	35 நாட்களும்
கற்பமுண்பவருக்கு	அறுபது வயதானால்	40 நாட்களும்
கற்பமுண்பவருக்கு	எழுபது வயதானால்	45 நாட்களும்
கற்பமுண்பவருக்கு	எண்பது வயதானால்	50 நாட்களும்

என்றவாறு உட்கொள்ள வேண்டுமென்று போகர் வரையறுத்துக் கூறியிருக்கிறார்.

மேலும் கடுக்காயில் உள்ள ஏழு வகைகளுக்கும் தனித்தனியாகக் கற்பம் சாப்பிடும் முறையையும், உண்டாகும் பலனையும் கூறுகிறார்.

1. விசையன் கடுக்காய் கற்பம் : இதன் சூரணத்தை வெருகடியளவு (பூனையின் அடி) அமுரியில் (சிறுநீரில்) நாற்பது நாட்கள் விதிப்படி உட்கொள்ள, வாதம் நீங்கும்.
2. உரோகிணிக் கடுக்காய் கற்பம் : இதன் சூரணத்தை ஒரு மண்டலம் அமுரியில் குழப்பி உட்கொள்ள, அதிக சீதம் விலகும். கிருமிகள் செத்து ஒழியும்.
3. பிருதிவிக் கடுக்காய் கற்பம் : மேல்தொலி சிறுத்தும், சதைப் பகுதி அதிகம் காணும். இதன் சூரணத்தை வெருகடியளவு அமுரியில் நாற்பது நாட்கள் உட்கொள்ள, ஆமம் (அசீரணம்) கழன்று நீங்குவதோடு, கிருமிகள் ஒழியும். நாடிசுத்தி, தேகசுத்தி உண்டாகும்.
4. அமிர்தக் கடுக்காய் கற்பம் : மஞ்சள் நிறமாக இருக்கும். இதன் சூரணத்தை வெருகடியளவு அமுரியில் ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள, சதைகளைப் பற்றிய நோய்களெல்லாம் விலகும்.

5. சிவந்திக் கடுக்காய் கற்பம் : பொன் நிறமாக இருக்கும். இதன் சூரணத்தை அமுரியில் வெருகடியளவு ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள, ஆசன குழாயில் கண்ட நோய்கள் யாவும் நீங்கும். தேகம் பலப்படும்.

6. திருவிருதைக் கடுக்காய் கற்பம் : பஞ்சவர்ண நிறமாக இருக்கும். இதன் சூரணத்தை வெருகடியளவு, அமுரியில் ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள, வளி (வாத), அழல் (பித்த), ஐய (கப) குற்றங்கள் நீங்கி, உடல் கற்பாந்த காலம் (ஆயிரம் கோடி வருடம்) நிலைத்திருக்கும் எனப்படுகிறது.

7. அபையன் கடுக்காய் கற்பம் : கறுப்பு நிறமாக இருக்கும். இதன் சூரணத்தை அமுரி நீரில் உட்கொள்ள முக்குற்ற விகற்பங்கள் நீங்கி, நாடி முறுக்கேறும். ஆயுள் நீடிக்கும்.

கறுமை நிறக் கடுக்காய் கிடைக்காவிட்டால் பொன் நிறக் கடுக்காய் சூரணத்தை ஆனி, ஆடி மாதங்களில் வெல்லம் சேர்த்தும், ஆவணி, புரட்டாசி மாதங்களில் இந்துப்பு கால்பங்கு கூட்டியும் அமுரியில் உட்கொள்ள, ஆமம் (அசீரணம்) கழன்று நீங்கி உடல் சுத்தமடையும்.

ஐப்பசி, கார்த்திகை மாதங்களில் சர்க்கரையிலும், மார்கழி, தை மாதங்களில் சுக்குக் குடிநீரிலும், மாசி, பங்குனி மாதங்களில் அமுரியிலும், சித்திரை, வைகாசி மாதங்களில் தேனிலும் உட்கொள்ள வேண்டும்.

கடுக்காயை மேற்கண்ட முறைப்படி உட்கொண்டபிறகு செங்கற்றாழையை ஒரு மண்டலம் சாப்பிட, முக்குற்றங்களும் சமனடையும். ஏற்கனவே சாப்பிட்ட உப்புகளின் கெடுதி எல்லாம் உடலைவிட்டு நீங்கும். மரணம் நேரிடாது.

செங்கற்றாழை கிடைக்காவிட்டால் வரிக் குமரிச்சோறு, சதுரக்கள்ளிக்காய் ஐந்து, இரண்டையும் அமுரியில் அரைத்து, ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள, உடம்பில் புளி என்ற மலம் நீங்கி, பலப்படும்.

மேற்சொன்ன கற்பங்களை உட்கொண்ட பின்பு, கீழ்க்கண்ட மருந்தை உட்கொள்ள வேண்டும். கருவேம்பு ஈர்க்கு, முருங்கை ஈர்க்கு, கற்கண்டு, சுக்கு ஆகியவற்றை வகைக்கு அரைபலம் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். முதலிரண்டு ஈர்க்குகளையும் வறுத்தெடுத்தும் பின்னிரண்டையும் சிறு துகள்களாக நறுக்கியும், நல்ல தண்ணீரில் போட்டு முறைப்படி குடிநீரிட்டு, நான்கில் ஒன்றாகக் குறுக்கி, மாலையிலே அருந்த, மயக்கமும் தியக்கமும் (சோர்வு) நீங்கும்.

கடுக்காய் கற்பம் உட்கொள்ளும் போது தினமும் வழலை நீக்கம் செய்ய வேண்டும். எண்பது வயதுக்குள் இக்கற்பத்தை உண்டால் காய சித்தி உண்டாகும்.

வாத, பித்த உடல் உடையோருக்குக் கடுக்காய் கற்பம் உட்கொள்ளும் போதும் மலம் கழியாது, சிக்கிக் கொள்ளும். இதனால் காயசித்தி கிடைக்காது. இது நீங்க, சிவதை சூரணத்தை உட்கொள்ள வேண்டும்.

சிவதையைப் பாலிலிட்டு அடுப்பேற்றி, எரித்து வேக வைத்து எடுத்து உலர்த்தி சூரணம் செய்து, இதனுடன் இரண்டு பங்கு கடுக்காயத்தூள் சேர்த்து அமுரியில் (சிறுநீர்) குழப்பி உட்கொள்ள வேண்டும்.

மிளகு கற்பம்

ஒவ்வொரு நாளும் ஐந்து ஐந்து மிளகாய் ஏற்றி, இப்படி இருபது நாட்களும் பின்னர் ஐந்தைந்து மிளகாக இறக்கி இருபது நாட்களும், அமுரியில் (சிறுநீர்) கலந்து உட்கொள்ள வேண்டும். ஒவ்வொரு நாள் மாலையிலும், அருகன்வேர் ஒரு பலம், மிளகு இருபத்தைந்து சேர்த்து, எட்டில் ஒன்றாகக் குறுக்கிய குடிநீரை, இறக்கு முகத்தில் பாக்களவு பசுவெண்ணெய் சேர்த்து, பாக்களவாக ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ளவேண்டும். இவ்வாறு ஒரு மண்டலம் உண்டபிறகு பழய மலத்தை முன்பு விளக்கியபடி நீக்க வேண்டும்.

இவ்வாறு மிளகு கற்பம் உட்கொண்ட பிறகு கீழ்க்கண்ட மருந்தை உட்கொள்ள வேண்டும்.

கடுக்காய் நான்கு பலம், திப்பிலி, சுக்கு, சீரகம், ஓமம், இந்துப்பு நறுக்கு மூலம் வகைக்கு ஒரு பலம் எடுத்து, கடுக்காயின் விதையை நீக்கிவிட்டு, எல்லாவற்றையும் சூரணமாகச் செய்து வெருகடியளவு (பூனையின் அடி) வெந்நீரில் உட்கொள்ள வேண்டும்.

மிளகு கற்பம் சாப்பிடுவதால் ஏற்படும் மாறுதல்களுக்குக் கீழ்க்கண்டவாறு பரிகாரம் செய்ய வேண்டும் :

மல, சல கட்டிற்கு	-	காந்த கற்பம் சாப்பிட வேண்டும்
உடலசந்து வீங்கல்	-	இரும்பு கற்பம் உட்கொள்ள வேண்டும்
கண் மங்கி மறைப்புக்கு	-	கற்பூரசத்து உண்ண வேண்டும்
கடி விடம் போல உடல் வீழ்ந்தால்	-	விழிவேர் சூரணத்தில் சூதபற்பம் வைத்து உட்கொள்ள, பதினெட்டு குட்டங்களும் நீங்கும்.

சிவகரந்தை கற்பம்

நாறுகரந்தை சமூலத்தை (இலை முதல் வேர் வரையிலுள்ள அனைத்துப் பகுதிகளையும்) நிழலிலுலர்த்தி, சூரணம் செய்து, பால், நெய், தேன் இவற்றில் ஏதாவதொன்றில் உட்கொள்ள, ஒரு மாதத்தில் உடல் நாற்றம் நீங்கும். இரண்டு மாதங்களில் வாதம் நீங்கும். மூன்று மாதங்களில் பித்தம் நீங்கும். நான்கு மாதங்களில் குட்டநோய்கள் நீங்கும். ஐந்து மாதங்களில் உடல் வெப்பம் நீங்கும். ஆறு மாதங்களில் ஞானம் அதிகம் ஏற்படும். ஏழு மாதங்களில் உடல் பொன்போலாகும். எட்டு மாதங்களில் உடல் சட்டை போகும். அதாவது உடலில் உள்ள மலங்கள் நீங்கும். ஒன்பதாம் மாதத்தில் ககனம் செய்ய (விண்வெளியில் செல்லும்) வல்லமை உண்டாகும்.

வெண்கரந்தை கற்பம்

வெண்கரந்தை சமூலச் சூரணத்தைப் பாக்களவாக, பாலில் ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள, முகம் குற்றமற்ற சந்திரனைப் போல அழகு பெறும். நரைத்த மயிர் கறுப்பாகும். உடல் சிவந்து ஒளி பெருகும்.

கறுங்கரந்தை கற்பம்

கறுங்கரந்தையை நிழலிலுலர்த்தி, சூரணித்து எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். நான்கில் ஒரு பங்கு கந்தகமும், இரசமும் சேர்த்துக் கரிப்பான் சாற்றினாலும், கரந்தை சாற்றினாலும் அரைக்கக் கறுப்பாக இருக்கும். இக்கறுப்புப் பொடியோடு மேலே செய்துவைத்துள்ள சூரணத்தைச் சேர்த்து நன்கு கலந்து, தேன் விட்டு, நன்கு மை போல அரைத்து, சுண்டைக்காயளவு உருண்டை செய்துகொள்ள வேண்டும். இவ்வுருண்டையை ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள, உடலுக்குக் கேடு இல்லை. சோபதாபம் (ஆயாசம், வறட்சி) இல்லை. மயக்கம் நீங்கும். உடல் வன்மை பெறும். பதைப்பு நீங்கும். கண் பார்வை ஒளி பெறும். வயிற்றுக் கிருமிகள் நீங்கும். உடல் நாற்றம் நீங்கி நறுமணம் பெறும். தலை நோய்கள் நீங்கும். உடல் குற்றமற்று நன்னிலை அடையும்.

கொட்டைக் கரந்தை கற்பம்

கொட்டைக் கரந்தை சமூலத்தை நிழலிலுலர்த்தி, சூரணித்து நான்கில் ஒரு பங்கு கற்கண்டு சேர்த்து வெருகடியளவு வெந்நீரில் உட்கொள்ள, கால் கைகளுக்குப் பலமுண்டாகும்.

விஷ்ணுக்கரந்தை கற்பம்

விஷ்ணுக்கரந்தையைப் பாலில் அரைத்து உண்ண, ஞாபகமறதி நீங்கி நினைவாற்றல் அதிகரிக்கும். என்பு சுரம் நீங்கும். உடல் கறுத்து ஒளி பெறும். கண் பார்வை பலப்படும். மூச்சுப் பயிற்சி நன்கு நடந்து சுழுமுனை (தசநாடிகளுள் ஒன்றான இடைப்பட்ட நிலை) திறக்கும்.

வெள்ளை விஷ்ணுக்கரந்தை கற்பம்

வெள்ளை விஷ்ணுக்கரந்தையை நிழலிலுலர்த்தி, சூரணித்துத் தேனில் கலந்து வெருகடியளவு ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள, சாவு ஏற்படாது. இது கருவூரார் உட்கொண்ட கற்பமாகும் என்கிறார் போகர்.

சூரியகாந்திப்பூ கற்பம்

சூரியகாந்திப் பூவை நிழலிலுலர்த்தி, சூரணம் செய்து, வெருகடியளவு பசுவின் பாலில் ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள, உடலில் குற்றங்கள் நீங்கி, ஒளி பெறும்.

ஓரிலைத் தாமரை கற்பம்

இதன் சமூலச் சூரணத்தை நெய்யில் உட்கொள்ள, உடலில் நின்ற குற்றங்கள் நீங்கி, சிறுநீர் குளிர்ச்சியாக இருக்கும். கண் புகைச்சல், காமாலை, வறட்சி, அதிக பித்தம் நீங்கும். எல்லாப் பெரிய பிணிகளும் உடலைவிட்டு நீங்கும்.

விடத்தலைவேர் கற்பம்

விடத்தலை வேர்ப்பட்டைச் சூரணம் நான்கு பலம், இரசம் நான்கு பலம், இவற்றை மல்லிகைப்பூச் சாறு விட்டு எட்டு சாமம் அரைத்து, பொடி செய்து, நாற்பது நாட்கள் தேனில் உட்கொள்ள, 18 வகை குட்டங்களும் நீங்கும்.

சீந்தில் கற்பம்

பொற்சீந்தில் அல்லது கறுப்புச் சீந்தில் கிடைத்தால் நன்று. கிடைக்காவிட்டால் நற்சீந்திலை நிழலிலுலர்த்தி, சூரணித்து நான்கில் ஒரு பங்கு சர்க்கரை சேர்த்து, வெருகடியளவு ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள குன்மம், வாந்தி, விக்கல், என்புசுரம், உடல் மறத்துப் போதல், மூத்திரக்கிரீச்சரம், நீர்க்கடுப்பு, கபால

வாயு முதலியன நீங்கும். நாடிசுத்தி உண்டாகும். காமப்பால் உடம்பிலூறும். இது அமிர்த சஞ்சீவியாகும்.

வேம்பு கற்பம்

நூறாண்டு சென்ற வேம்பின் பட்டையை நிழலிலுலர்த்தி சூரணம் செய்து, கறுங்குன்றிச்சாறு விட்டு, சூரிய ஒளியில் வைத்து பாகம் செய்ய வேண்டும். இவ்வாறு ஐந்து முறை பாகம் செய்த தூளோடு நான்கில் ஒரு பங்கு கற்கண்டு சேர்த்து ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள, உடல் வயிரம் போல் கெட்டியாகும். கண்கள் சிவப்பாகும். ஊழ்வினையால் வந்த கெடுதல்கள் நீங்கும். உடல் அழியாது நீண்ட காலம் இருக்கும். நரம்பு முறுக்கேறும். நரை, திரை, மாறி காயசித்தி உண்டாகும். அறிவு பெருகும். சாவு உண்டாகாது.

கறுவேம்பு கற்பம்

கறுவேம்பு சூரணத்தை ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள வெளுத்த உடல் கறுவண்டு நிறமாகும். உடல் உரோமம் எல்லாம் நிமிர்ந்தெழும். கற்பாந்த காலம் சமாதி நிலையிலேயே இருக்கலாம். இருட்டறையில் இருந்தாலும், சூரியனது உதிக்கின்ற ஒளிக்கதிர்கள் போல உடல் ஒளிபெற்று மிளிரும்.

சர்க்கரை வேம்பு கற்பம்

இதன் பட்டை கற்கண்டைப் போல இனிக்கும். இதன் இலை கரும்பைப் போல இனிக்கும். இதன் காய் மாம்பழம் போன்ற ருசி உடையதாயிருக்கும். இதன் வேர் கஸ்தூரி போன்று மணம் கமழும். இதன் விதை நெல்லிக்காயின் சுவையைக் கொண்டிருக்கும். இதன் சமூலச் சூரணத்தை ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள காயசித்தி, யோகசித்தி, லோகசித்தி முதலிய உயர்ந்த சித்திகள் எல்லாம் உண்டாகும்.

பொற்றலைக் கையான் கற்பம்

பொற்றலைக் கையான் சாற்றில் செம்புத்தகட்டைப் பதினோரு முறை தோய்த்து எடுத்து, மைபோலரைத்து, இலேசான வில்லை தட்டி, அண்ட (கோழி முட்டை) ஓட்டுப் பொடியில் பொதிந்து, ஆயிரம் வறட்டியில் புடமிட்டு, ஆறவிட்டு எடுத்துக் கொள்ளவும். இது குருபற்பம் எனப்படும். இதனால் இரசம் கட்டும். வேதைக்குதவும்.

பொற்றலைக் கையான் இலையை அரைத்து பாக்களவு எடுத்து, பணவெடை குருபற்பம் சேர்த்து ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள, உடல் ஒளி பெறும். மாணிக்க மணியின் ஒளி போல உடல் ஒளிபெற்று வடிவுடன் திகழும்.

கிளிமூக்கு மரக் கற்பம்

இதன் இலைகள் அரிசியைப் போலிருக்கும். பூ பூத்த மறு நாளே, அது பழமாக மாறிவிடும். இப்பழத்தை உண்டால் ஒரு சாமத்திற்குள்ளாகவே காயசித்தி உண்டாகும். கிடைப்பது அரிது.

கரிசாலை கற்பம்

கரிசாலை, குப்பைமேனி, சிறுசெருப்படி இவைகளை, போகர் நூலில் கூறியபடி மூலிகைகளைக் கருப்பாக்கும் முறைப்படி கருப்பாக்கி, இடித்து சூரணித்து, தேன்விட்டுக் கிண்டி வைத்துக் கொண்டு ஒரு கழஞ்சளவு, அந்தி, சந்தி, ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள, தசைகளிலேற்படும் எல்லாவித நோய்களும் நீங்கும். எல்லா சித்தர் நூற்களிலும் கூறப்பட்டவாறு கருவெல்லாம் அறியும் திறன் உண்டாகும். உடல் பொன்னிறமடையும். மன்மதனை ஒத்த அழகை உண்டாக்கும். கஞ்சமலர் போல் கண்கள் சிவப்பாகும்.

கரிசாலை, கரந்தை, பொற்றலை, நீலி, வல்லாரை இவற்றைச் சூரணித்து, பாக்களவு பாலில் ஒரு மண்டலம் உட்கொண்டால் உடல் பொன்போல மின்னும். பேச்சின் ஒலி சிறப்பாக இருக்கும். மூச்சுப் பயிற்சியில் நன்மை பெருகும்.

சிவனார் வேம்பு கற்பம்

சிவனார் வேம்பு, வாலுழுவை இவற்றை சம அளவாக எடுத்து நைய இடித்து, பூமிப்புடமிட்டுத் தைலம் இறக்கி, இதில் சீரகமும் சர்க்கரையும் சேர்த்துக் கலக்கி வைத்துக்கொண்டு, கால் கழஞ்சு அளவு அந்தி, சந்தி ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள முக்குற்றங்களும் சமனடையும், தாது விருத்தியாகும். எவ்வளவு தூரமானாலும் சோர்வின்றி நடக்குமளவு கால்கள் பலப்படும். சமாதியிலிருந்தாலும் தளர்ச்சி இல்லாமல் பலத்தை உண்டாக்கும். மூச்சுப் பயிற்சியைச் சிறப்பாக நன்முறையில் செய்ய இயலும்.

வெள்ளைத் தூதுவேளை கற்பம்

வெள்ளைத் தூதுவேளை இலை, தக்கோலம், சாதிக்காய், வாலுழுவை விதை, கொடுவேலி வேர்ப்பட்டை, நிலப்பனங்கிழங்கு, பொற்கொன்றைப் பூ, ஐங்கோல விதை இவற்றைச் சம அளவெடுத்துப் பொடி செய்து, வெருகடியளவு, ஒரு மண்டலம் பன்றிநெய்யில் உட்கொண்டு வர, உடல் அழியாது. யுகாந்த காலம் உடலோடு வாழலாம்.

அமுரி (சிறுநீர்) கற்பம்

அடிகனத்த தேற்றான் வேரை ஒரு பாத்திரம் போலக்கடைந்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். சிறுநீரானது முதலில் வருவதையும், கடைசியில் வருவதையும் நீக்கி, நடுவில் வருவதைச் சேகரித்து, மேற்படி தேற்றான் பாத்திரத்தின் நடுவில் ஊற்றி, ஒரு தேற்றான் விதையை அதில் பொடித்துப் போட்டு கால் நாழிகை நேரம் வைத்திருக்க, சிறுநீரிலுள்ள மலினங்களெல்லாம் முறிந்து சுத்தமாகிவிடும். கற்பத்தில் பயன்படுத்தும் அமுரி என்பது இவ்வாறு சுத்தப்படுத்தப்பட்டதாக இருக்க வேண்டும்.

இதைப்போலவே தேன், நெய் இவைகளுக்கு வேம்பால் செய்த பாத்திரத்தில் மேற்படியாகவே சுத்தம் செய்து கொள்ள வேண்டும்.

அமுரி கற்பம் உட்கொள்ளும்பொழுது ஊன்கொள்ளப்பட்டால், ஊனை காந்தத்தால் செய்த பாத்திரத்தில் சுத்தம் செய்து கொள்ள வேண்டும்.

குடிநீர் கற்பம்

கற்பம் சாப்பிடும்போது உடல் எரிச்சல், மயக்கம், சோபம், (ஆயாசம் அல்லது சோம்பல்), தாபம், மூர்ச்சை, சுரம் ஆகியவை ஏற்பட்டால் கீழ்க்கண்ட குடிநீரை உட்கொள்ளவேண்டும்.

தாளிசபத்திரி, சுக்கு, அதிட்ஷுரம், சீரகம், சிறுதேக்கு, கற்கண்டு இவைகளை வகைக்குக் கால்பலம் எடுத்து, நீர்விட்டு எட்டில் ஒன்றாகக் காய்ச்சி, குறுக்கி உட்கொள்ளவேண்டும். பின்பு பஞ்சகற்பந் தேய்த்து வைத்து மருந்து நீரில் முழுகவேண்டும்.

குளியல் நீர் கற்பம்

பற்பாடகம், நாகல், மருதமர இலைக்கொழுந்து, பழையபாசி, செம்பரத்தை இலை, குளத்தி இலை (நற்குளத்தி, குளறி என்ற இலை), ஓரிலைத் தாமரையின் வேர், இவைகளை வெந்நீரிலிட்டு முழுக, காந்தல் எல்லாம் நீங்கும்.

நீலஞ்சோதி கற்பம்

நீலஞ்சோதி, கந்தகம், இரசம், திப்பிலி,ஏலம் இவைகளைச் சமபங்கெடுத்து கல்வத்திலிட்டு, அவுரிச் சாறு விட்டு நான்கு சாமம் நன்கு அரைத்து மைபோல ஆனபின்பு எடுத்துக் காயவைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

கால் கழஞ்சளவு தேனிலுண்ண, வாயு நீங்கும். வாசியானது (மூச்சு) உள்நோக்கி உடல் கற்பம் அடையும். சமாதியில் அசைவில்லாது நன்னிலையில் இருக்க இயலும். உரோமம் கறுக்கும்.

பிரமி கற்பம்

பிரமிச்சாறு ஒரு படி, ஆவின் நெய் ஒரு படி காய்ச்சி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். நாட்டுச் சர்க்கரை நான்கில் ஒரு பங்கு, மிளகு, திப்பிலி, இந்துப்பு, சுக்கு, நெல்லி, தான்றி, மஞ்சள் சம அளவாய்ச் சேர்த்து, அதாவது ஒவ்வொன்றும் ஒரு பலம் சேர்த்து இடித்து, சூரணம் செய்து, முன் செய்து வைத்துள்ள நெய்யோடு சேர்த்துக் கிளறி எடுத்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

மிளகு கற்பம் சாப்பிடும் காலத்து, காலையிலே செந்தூரம் உட்கொண்டால், மாலையிலே இம்மருந்தை உட்கொள்ள வேண்டும். உடல் பதினாறு வயதுள்ளதைப்போல் வன்மையடையும். பெண்கள் சாப்பிட்டால் கர்ப்பம் உண்டாக உதவும். பகலிலேயே நட்சத்திரங்கள் கண்ணுக்குத் தெரியுமளவு கண்பார்வை கூர்மையடையும். வெள்ளெழுத்து நீங்கும். வாசிப்பயிற்சி நன்கு அமைந்து, பலன் அதிகரிக்கும். காமப்பால் உடலில் ஊறி, சக்தியுண்டாகும். கடிய செந்தூரத்தின் வேகம் உடலைத் தாக்காது.

நெல்லி கற்பம்

நெல்லி முள்ளியைச் சூரணித்து, எட்டில் ஒரு பங்கு அப்பிரகச் செந்தூரம் சேர்த்து, தேனில் குழைத்து, ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள உடல் வன் மையடையும்.

நெல்லிப்பூவை நிழலிலுலர்த்தி, சூரணமாக்கி, பாலில் குழைத்து ஒரு மண்டலம் சாப்பிட வரிச்சல், நீர்க்கழிச்சல், கெட்டவிரணங்கள் (புண்கள்), சோகை, பாண்டு நீங்கும்.

இச்சூரணத்தோடு லோகபற்பம் சேர்த்து சாப்பிட, வெகுதூரம் ஓடினாலும் மூச்சு வாங்காது, இதயம் பலப்படும்.

கறுநெல்லி கற்பம்

கறுநெல்லி கிடைக்காவிட்டால் சித்தர் கூறியபடி கறுப்பு மூலிகையாக்கி, சூரணம் செய்து நாற்பது நாட்கள் பாலில் உட்கொள்ள சாவு வாராது. உடல் ஒளி பெறும்.

கற்பூரவில்வ கற்பம்

இதை அரைத்துப் பாக்களவு பாலில் உண்ண, உடல் உஷ்ணம் நீங்கும். மேகநீர் குணமாகும். வாத, பித்த தோடத்தை நீக்கும். வாய்நீர் அதிகமாக ஊறுதல் குறையும். வெள்ளெழுத்து நோய் கட்டுப்படும்.

பலாசு கற்பம்

பலாசு வேர்ப்பட்டை, காய், பூ இவைகளை நிழலிலுலர்த்தி, இடித்து சூரணம் செய்து, வெள்ளாட்டுப் பாலில் ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள மரணம் நேராது.

வெள்ளை நீர்முள்ளி கற்பம்

இதன் இலையை அரைத்துப் பாக்களவாக, ஒரு மண்டலம், பாலில் உட்கொண்டால் முகம் மாசற்ற சந்திரன் போல் அழகாகும்.

கறுந்துளசி கற்பம்

கறுந்துளசி இலையை அரைத்துப் பாக்களவு தேனிலுண்ண, உடல் கல் போல பலமாகும். சுக்கிலம் கீழிறங்காது.

அண்ட கற்பம்

ஒரு பாத்திரத்தில் கல்லுப்பைப் பொடி செய்து பாதியளவு நிரப்பி. அதன் மேல் ஒரு கறுங் கோழியிட்ட முட்டையை வைத்து, ஆகாசக்கருடன் கிழங்குச்சாறு

ஒரு படி சேர்த்து, மூடி, இருபது நாட்கள் கழித்துப் பார்க்க, முட்டை கட்டிப் போயிருக்கும். பின்பு அதை ஆகாசக்கருடன் கிழங்குச் சாற்றிலிட்டு, நீர்வற்றும் வரை காய்ச்சி எடுத்து, முட்டையின் மேலோட்டை நீக்கி, இரண்டு பங்காக்கி அந்தி, சந்தி இரண்டு வேளையும் உட்கொள்ள வேண்டும். தினந்தோறும் புதிதாக இதுபோல் செய்து உட்கொள்ள வேண்டும்.

உடலில் ஊசியால் குத்தினாலும், ஊசி உடலுள் இறங்காத அளவு உடல் கறுங்கல்லைப் போல பலப்படும். மரணமின்றி வாழலாம். நித்திரை வராது. பசியும் எடுக்காது. சோபமும், தாபமும் ஏற்படாது. உடல் கற்பமாகும்.

மலட்டு கற்பம்

மூங்கில் வேர், கறுவேல மரத்தின் வேர், நாவல் மரவேர், வகைக்கு அரை பலம், நல்ல தண்ணீர் முக்கால் படி சேர்த்து, புதுப் பாண்டத்திலிட்டுக் காய்ச்சி, கால் பங்காகக் குறுக்கி குடிநீர் செய்து, இதில் பனைவெல்லம், பசுவெண்ணெய் வகைக்கு அரை பலம் சேர்த்து அளவாக மேல்வாயிலும், கீழ்வாயிலும் படாமல் ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள மலடு நீங்கும்.

சுக்கிலத்தம்பன கற்பம்

காட்டு மாங்காய்ப் பருப்பு, முருங்கைப் பருப்பு, முந்திரிகைப் பருப்பு, கோதுமை வகைக்கு ஒரு பலம் எடுத்து, பனிரண்டு பலம் அத்திப்பாலிட்டு, ஆறு நாள் அரைத்து வில்லை தட்டி, ஆறு நாட்கள் நிழலில் உலர்த்தி, இதற்குச் சம எடை நெய்யும், சர்க்கரையும் சேர்த்து நன்கு கலந்து அரைத்து, பங்கிட்டு ஒரு மண்டலம் அருந்த விந்து இறுகும்.

புளி, பெண் சேர்க்கை நீக்க வேண்டும். பால் சாப்பிட வேண்டும். மறுபத்தியமாக ஒரு மண்டலம் இருக்க வேண்டும். மறுபத்தியம் முடிந்த பின்னர் பெண், புளி, எள்நெய், பழச்சாறு, ஊறுகாய், தயிர், மோர், நாவற்பழம், மாம்பழம், நாரத்தம் பழம், இலந்தைப்பழம், வாழைப்பழம், திராட்சைப்பழம், உருளைக்கிழங்கு, வள்ளிக்கிழங்கு இவைகளைச் சேர்த்து வர, வன்மையும் வீரிய விருத்தியும் உண்டாகும். இதைக் 'காமேசுரக் கல்பாவிழ்தம்' என்பர்.

பஞ்சகற்பம்

கஸ்தூரிமஞ்சள், மிளகு, வேப்பம் வித்து, கடுக்காய்த் தோல், நெல்லிப் பருப்பு இவைகளைக் கிரமப்பிரகாரம் காராம் பசுவின் பால் விட்டரைத்துக் கொதிக்க

வைத்துத் தலையில் தேய்த்துக் குளித்து வர, பிணிகள் வராது. இது பஞ்ச கற்ப விதி எனப்படும்.

தாதுப்பொருள் கற்பம்

இது மூன்று வகைப்படும். அவை :

1. அயசம்பீர கற்பம் : பாண்டு, சோகை நோய்கள் சிறப்பாக நீங்கும்.
2. அயபிருங்கராச கற்பம்: அளவுடன் தேன், நெய், பழச்சாறு, தயிர் ஆகியவற்றுடன் இருவேளையாக நாற்பது நாட்கள் உட்கொள்ள இரத்தக் குறைவு, நரை, அசதி முதலியன நீங்கும். புளி நீக்கவும்.
3. பூரண சந்திரோதயம் : அரை முதல் ஒரு குன்றியளவு கற்பூராதிச் சூரணத்தில் கலந்து, வெற்றிலையில் வைத்து உட்கொள்ள கபப்பிணிகள், கிராணி வகைகள், சூலை வகைகள், குன்ம வகைகள் மேக நோய்கள், காமாலை, கடிநஞ்சுவிடம் ஆகியவை நீங்கும்.

சீவப்பொருள் கற்பம்

பின்வரும் மூன்றும் சீவப்பொருள் கற்பமாகக் கூறப்பட்டுள்ளன :

1. பச்சைப் பசும்பால் : ஒரேயளவாகக் கறந்த சூட்டுடன் காலையில் மட்டும் அருந்த, பிணிகளை எல்லாம் நீக்கும். நாட்பட்ட காங்கை விலகும்.
2. காய்ச்சினப் பசும்பால் : நல்ல பசுவின் பாலை நன்றாகக் காய்ச்சி, இரவில் குடிக்க, பித்த காங்கையாகிய வெப்ப சூடு நீங்கும்.
3. இந்திரகோபப் பூச்சி : இது காய சித்தியைத் தரவல்லது. இதைக் கீழ்க் காணுமாறு பதார்த்த குண சிந்தாமணி உணர்த்துகிறது:

கருமேகந் தாதுநட்டம் கக்கும் கபம் போக்குந்
தருமே நற்காயசித்தி தன்னை - வருமேக
சாலமுறை வாரளக தையலே நன்மாரிக்
காலமுறை யியலது காண்.

கற்ப மூலிகைகள்

தேரையர் யமக வெண்பாவில் கூறப்பட்டுள்ள மூலிகை கற்பப் பொருட்கள் வருமாறு :

1. **இஞ்சித்தேன் :** தேனில் இஞ்சியைக் கீற்றுகளாக்கிப் போட்டு ஊறவைத்து, கற்ப முறைப்படி உண்டு வர நரை, திரை, பிணி, மூப்பு நீங்கி உடல் நலம் பெறும்.

2. **நெல்மாநெய் :** அரிசி மாவுடன் பசுவின் நெய்கூட்டி உண்பதும் கற்பமாகும்.

3. **பொன்னாங்காணி :** இலையை நெய்விட்டு வதக்கி மிளகு, உப்பு சேர்த்துப் புளி நீக்கிப் பத்தியத்துடன் உட்கொள்ள, உடல் அழகுடன் நிலைக்கும்.

4. **வேம்பு :** வேப்பந்துளிர், முதிர்ந்த இலை இவைகளை இடித்து, இதற்கு அரைப்பங்கு ஓமம், உப்புச் சேர்த்துப் பொடித்துப் பக்குவப்படுத்தி, உரோகிணி நட்சத்திரத்தில் நல்ல நாள் பார்த்து உண்ண, உடலுக்கு நன்மை உண்டாகும்.

5. **கற்றாழை :** இதை ஊறுகாயாகவாவது, வற்றலாகவாவது செய்து கற்ப முறைப்படி உண்ண, இரசவர்க்கப் பண்டங்களும், பழங்களும் சாப்பிடுவதால் ஏற்படும் நன்மை கிடைக்கும்.

6. **மணத்தக்காளி :** காய், பழம், இலை, வேர் ஆகியவற்றை ஊறுகாய், வற்றல், கறி, குடிநீர் ஏதாவது செய்து சாப்பிட, உடல் நலம் பெறும். மன மகிழ்ச்சி உண்டாகும்.

7. **விளா :** இலை, காய், பழம், பட்டை, வேர் இவற்றைக் குடிநீர், கறியாகச் செய்து சாப்பிட, மரணத்தைத் தடுக்கும்.

8. **வாட்கோரைக் கிழங்கு :** இதைக் கற்பமாக உண்ண முதுமை நீங்கி, இளமை உண்டாகும்.

9. **அமுக்கினாங் கிழங்கு :** சூரணம், நெய் சேர்த்து பத்தியம் தவறாமல் சாப்பிட, அழகுண்டாகும். ஆயுள் பெருகும்.

10. **கொடிபசளை :** இலையைக் கறியாக உணவுடன் உட்கொள்ள, உடல் பலமடையும்.

11. **பெருங்காளான் :** பக்குவம் செய்து உணவுடன் ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள, உடல் வன்மையும், மன வலிமையும் உண்டாகும். (முட்காளான் என்பது மற்றொரு வகையாகும்).

12. **உருளைக் கிழங்கு :** வேகவைத்து, தோல் நீக்கி அரிந்து, நெய்விட்டு, வெங்காயம், மிளகு, உப்பு முதலியன சேர்த்துப் பக்குவம் பண்ணி, உணவுடன் ஒரு மண்டலம் சாப்பிட நல்ல பலமும், வீரியமும் உண்டாகும். இது இறைச்சியை விட வன்மையுடையது.

13. கல்யாணப்பூசனி : சக்கையைக் கறியாக உண்டு, சாற்றை உடலில் பூசி, ஊறவைத்து வந்தால், உடல் உறுதி பெறும். உடல் வெப்பம் குறையும்.

14. கையான் : சமூலத்தைச் (மூலிகையின் அனைத்து உறுப்புகளையும்) சூரணம் செய்து இளநீரில் ஒருமாத காலமும், தேனில் ஒரு மாத காலமும் உட்கொள்ள நரை, திரை மாறும்.

15. களிப்பறட்டை : சமூலத்தைப் பாகம் பண்ணி உளுந்துத்தூள், மிளகு, உப்புப் பொடி சேர்த்து, நெய் விட்டுக் காரம் முதலிய சம்பாரப் பொருட்கள் சேர்த்து தாளிசம் செய்து பத்தியத்துடன் ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள கற்பமாகும்.

16. எருக்கு : முதிர்ந்த கட்டை, வேர் இவற்றுடன் சுக்கும் வகைக்கு நெல்லளவு எடுத்து, நல்ல தண்ணீரில் ஒரு மண்டலம் கற்பமாக உண்டால் வளிப்பிணி (வாதம்) விலகும். முன்போலவே திப்பிலியுடன் உண்ண அழலும் (பித்தம்). மிளகுடன் உண்ண ஐயமும் (கபம்) நீங்கும்.

17. அழிஞ்சில் : இதன் கொட்டையை எருக்கைப் போலவே சுக்கு, திப்பிலி, மிளகுடன் உண்ண வளி, அழல், ஐய, நோய்கள் நீங்கும்.

18. கீழாநெல்லிச் சமூலம் : அரைத்துப் பசுந்தயிரில் குழப்பிக் கலந்து, தினமும் கற்பமுறைப்படி உண்டால், மேகவெட்டைப் பிணி விலகும்.

19. சுரை: கீரையைப் பூண்டு சேர்த்து சமைத்து ஒரு மண்டலம் உட்கொண்டாலோ அல்லது கொடியைக் குடிநீரிட்டு உட்கொண்டாலோ, உடலை வீங்கச் செய்கின்ற நீரேற்றப் பிணியைப் போக்கும்.

20. கஞ்சாவிதை : கஞ்சா விதையை மிளகுடன் ஒன்று முதலாகத் தினமும் பெருக்கி ஒரு மண்டலம் உண்ண, நன்மை உண்டாகும்.

21. பேரீந்து : காயைக் கொட்டை நீக்கி, தேனில் ஊறவைத்து கற்பமுறைப்படி உண்ண. நொந்துக்கடுத்து, மார்பு அடைப்பை உண்டாக்கும் வாயுவைப் போக்கும்.

22. கடுக்காய் : மாலையில் கடுக்காய்த் தூளை நல்ல தண்ணீருடன் கற்பமாக உண்டு வர, காமாலைப் பிணி வராது. மகோதரம் நீங்கும். பிரமை முதலிய பித்த நோய்களையும் நீக்கும். கடுக்காயை மாலையில் உண்ண வேண்டுமென்பதை:

காலமே இஞ்சியுண்ணக் காட்டினார் சூத்திரத்தில்
மாலையதிலே கடுக்காய் மத்தியானஞ் சுக்கருந்த

சூலமே தேகமடா சுக்கிலத்தைக் கட்டிவிடும்
ஞாலமே லுனது விந்து நற்றேங்காய் போலாமே

என்ற திருவள்ளுவ நாயனார் கற்பம் 300 மூலம் அறியலாம்.

23. தருப்பை : வேரைக் குடிநீரிட்டுக் குடிக்க, பித்த காங்கை நீங்கும்.

24. **சீரகம்** : சீரகமும் நாட்டுச் சர்க்கரையும் சம அளவு சேர்த்து, தினமும் உட்கொள்ள தேகம் கட்டுப்பட்டு, பலம் உண்டாகும். மேலுதடு, கீழுதடு வீங்கி நோதலைக் கொடுக்கும் நோயும் விலகும்.

25. ஆலம்பால் : அறுகன்கட்டைச் சமூலச் சூரணத்தோடு அப்போதே எடுத்த ஆலம் பாலைக் கலந்து ஒரு மண்டலம் பத்தியத்துடன் உட்கொள்ள, பாண்டுநோய் நீங்கும்.

26. புளியாரை : புளியாரைத் துவையல், மிளகு, சீரகம், உப்பு அளவுப்படி சேர்த்து தனியாக அல்லது உணவுடன் உட்கொள்ள விரைவாதம், மேகவெட்டை நீங்கும்.

27. நொச்சில் : நொச்சிக் கொழுந்துக்குச் சமன் சுக்குப் பொடி சேர்த்து, அடிபற்றாமல் மத்தித்து, சீனி, நெய் சேர்த்துக் கிளறி ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள, உடல் மெழுகு மலை போலாகும். ஐய வெப்ப சேர்க்கையால் காணும் சீதக்கழிச்சல் கடுப்பு நீங்கும்.

28. வள்ளைக்கொடி : கொடி, இலை, சமூலத்தைக் கீரை சமைப்பது போல் சமைத்து, தனியாக அல்லது உணவுடன், பத்தியத்துடன் உட்கொள்ள வெகுமூத்திரம் நீங்கும்.

29. மூக்கிரட்டை : சமூலத்தைக் கீரையாகப் பாகம் செய்து அல்லது குழம்புவைத்து ஒரு மண்டலம் உண்ண, நாசியை அடைத்து, சுவாசத்தைத் தடைபடுத்தும் வாதபிரஷ்டம் நீங்கும்.

30. குப்பைமேனி : கீரையை வேகவைத்துப் பாகம் பண்ணி, ஆமணக்கு நெய் கொண்டு தாளிதம் செய்து கற்ப முறைப்படி ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள வாத-கபப் பிணியைப் போக்கும்.

31. தூதுவேளை : காயைக் கறி, வற்றல், ஊறுகாயாகவும், இலையைக் கீரையாகவும் சமைத்து, நெய் சேர்த்து ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள, கண்ணிலேற்படும் பித்தநீர் நீங்கும்.

32. சேராங்கொட்டை : வாத - கபம் தொந்தித்து, இரண்டு காலையும் விலங்கிட்டது போல் அசைக்க முடியாதபடி செய்தும், கடினமாயும்,

மார்பில் கடுக்கிற நோய் மிகுதியாகவும் இருந்தால், மரணமுண்டாகாமல் காயசித்தி உண்டாகி, உடல் உறுதியடைய சேராங்கொட்டைக் கற்பத்தை முறைப்படி, இளகம், நெய், சூரணம் இவற்றுள் ஏதாவது ஒன்றை ஒரேயளவாய் ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள வேண்டும். தேரையர் கரிசலில் கூறியபடி சேராங்கொட்டை லேகியம் செய்து சாப்பிட மேற்படி பலன்களைக் கொடுக்கும்.

33. பனைவேர் : வேரைப் புதுப்பாண்டத்தில் நறுக்கிப் போட்டு, இரு மடங்கு நல்ல நீர் சேர்த்து, சூரியபுடம் வைத்தெடுத்து, அடுப்பேற்றி, தீபாக்கினியாக (சிறிய தீ) எரித்து, குடிநீரிட்டுக் காலை, மாலை, உச்சி எனும் மூன்று வேளையும் அருந்த, பித்த வெப்பத்தினாலுண்டான படலம், மறைப்பு, காமாலை, புழுவெட்டு, அருகல் நீங்கும்.

34. தேற்றான் நெல்லி : இவற்றைத் தனித்தனியே ஊறுகாய், துவையல், குடிநீர் ஏதாவதொன்று செய்து கற்ப முறைப்படி உட்கொள்ள வல்லை, மகோதரம், சூலை வலி, மேகவெப்பம், பாண்டு, மூலம், பெரும்பாடு, வீக்கம், மூர்ச்சை ஆகியவை நீங்கும். திரும்பவும் நோய்கள் வராது உடல் வலுவடையும்.

35. ஓரிதழ் தாமரை : இதன் சமூலம், பச்சைக்கற்பூரம், கோரோசனையுடன் பசு நெய்யில் செய்த கறுத்த மையாகிய மருந்தைத் தடவ முகம், கழுத்தில் மேகவெட்டையால் உண்டாகின்ற துர்நாற்றம் வீசும் புண்கள் குணமாகும்.

36. ஏலம் : ஏலம், மிளகு, சீரகம் ஆகியவற்றை ஒன்று, முக்கால், அரை என்ற விகிதப்படி சேர்த்து, மூன்று பங்கு பச்சைப்புனுகு சேர்த்து, இரண்டு பங்கு பசு நெய் கலந்து, பஞ்சில் தோய்த்து ஒரு நாளைக்கு நான்கு தடவை ஆக்கிராணம் செய்ய (மோந்து பார்க்க), இரத்தம் வழிந்து வேதனை செய்யும் பீனிசநோய் நீங்கும்.

37. துளசி : கற்ப முறைப்படி துளசி வேர், இலை அல்லது சாற்றை எண்ணெயுடன் கலந்து, காய்ச்சி முழுக, பித்தத்தை நண்பனாக்கிக் கலந்த வாதப் பிணி, கபப் பிணி, விடமித்த கப நோயாகிய சன்னி முதலியன நீங்கும்.

38. வில்வம் : காய், கனி, வேர் முதலியவற்றை உணவு, ஊறுகாய், குடிநீர், தைலமாகப் பயன்படுத்த, உடலுக்கு அழகையும், மாண்பையும் உண்டாக்கும்.

39. கிட்டிக் கிழங்கு : இதைக் கறி, வற்றல், பட்சணமாகப் புசிக்க, வெண்குட்டம் நீங்கும்.

40. கோரைக் கிழங்கு : கிழங்கு மாவுடன் சர்க்கரை கூட்டி கற்பமாக உண்ண, கபத்தைப் போக்கும்.

41. நன்னாரி : சமூலத்தை நெய்யில் வதக்கி, வறுத்து, துவையல் அல்லது வடகமாகச் சிறிது புளி, மிளகு, உப்பு சேர்த்து, கடுகு நீக்கி, ஒரு மண்டலம் பத்தியத்துடன் உட்கொள்ள அக்குளில் காணும் கெட்ட நாற்றம் நீங்கும்.

42. சிறுகீரை : சமூலத்துடன் மிளகுப்பொடி, உப்பு சேர்த்து நெய் ததும்பவிட்டு பாகம் பண்ணி உணவுடன் ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள, புத்திக் கூர்மையும், உடல் பலமும் ஏற்படும்.

43. உத்தாமணி : சமூலக் குடிநீர் அல்லது உத்தாமணிப் பாலினால் தாளித்த கற்சுண்ணாம்பை ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள, விட சன்னி, சிரசு நோய்கள் நீங்கும்.

44. ஆல் : விழுது, வேர், பால் இவைகளில் ஒன்றில் ஒரு மண்டலம் பல் துலக்க, அல்லது பாலைப் பருகிவர, அல்லது ஆல் இலையில் உணவிட்டு சாப்பிட்டுவர, பற்கள் அசைவு ஏற்படாமல் உறுதியாகும். வீரிய விருத்தி உண்டாகும்.

45. ஆயில்பட்டை : இதன் பட்டையைப் பொடித்து ஒரு பலத்தைப் புதுப் பாண்டத்திலிட்டு, நல்ல நீர் ஒரு படி சேர்த்து, ஒரு நாள் சூரியபுடம் வைத்து, அதில் திரிகடுகுப்பொடி, வகைக்கு அரைக்கால் பலமாகக் கூட்டி அடுப்பேற்றி, கமலாக்கினியாக (மிதமான தீ) எரித்து, காய்ச்சி முக்கால் ஆழாக்காகக் குறுக்கி, விடியற்காலையில் தினமும் அருந்தி வர முப்பிணிகளும் தன்னிலைப்படும். சுரம் நீங்கும். உடல் உரமடையும்.

46. எலுமிச்சம்பழம் : பழச்சாறு, ஊறுகாய், தினமும் கற்ப முறையில் பத்தியத்துடன் ஆறு மாதம் உட்கொண்டால் நரைத்த உரோமமெல்லாம் கறுப்பாகும். நடுக்கம், உடல் மெலிவு, புத்தி மாறாட்டம், பிடிப்பு, மகோதரம், பக்க சூலை, முடக்கு வாதம், விரணம், உன்மத்தம் ஆகியவை நீங்கும்.

47. தாமரை மகரந்தப்பொடி : பூவின் மகரந்தப்பொடி தாதுடன் சர்க்கரையும், தேனும் சேர்த்து அதிகாலையில் பத்தியத்துடன் உட்கொண்டு வர செவிட்டுப்பிணி, நபுஞ்சகம் நீங்கும். ஆண்மைப் பெருகும்.

48. பிரம்மதண்டு மகரந்தப்பொடி : இதில் கால் வராகன் எடையோடு, முருங்கைப் பிசின்பொடி, நெய் வகைக்கு ஒரு வராகன் எடை கூட்டி, பத்தியத்துடன் உண்டு வர, நபுஞ்சக நோய் நீங்கும். ஆண்மை உண்டாகும்.

பிராணாயாமம் அல்லது மூச்சுப் பயிற்சியும் காயகற்பமே

நில்லப்பா கண்டங்கி விண்ணொன் றூணி
நிலையறிந்து பிராணாயாமஞ் செய்தால் - மைந்தா
கல்லப்பா தேகமது காலன் ஏது
காலனெனும் வியாதி யெல்லாம் காணாதோடும்

என்ற சுப்பிரமணியர் ஞானம் வரிகளாலும்,

எத்தியே திரியாமற் பிடரி மார்க்கம்
ஏறுகின்ற வாசியுந்தான் கற்பந்தானே

என்ற காகபுசுண்டர் பாடலாலும் மூச்சுப் பயிற்சியால் காயகற்பம் உண்டாகும் என்பதை அறியலாம்.

பிராணாயாமம் செய்ய யோகாசனங்கள் தேவை. யோகாசனங்கள் செய்வதால் உடல் நன்னிலையில் இருப்பதோடு, பிணிகள் உடலில் ஏற்படாதவாறு பாதுகாப்பதோடு, பிணிகள் இருந்தாலும் அவற்றைப் போக்குகின்றன. இப்பயிற்சிகளினால் மனம் தூய்மையாகி, ஒருமைப்பட்டு எழுச்சியுண்டாகும். எனவே யோகாசனங்களும் காயகற்பங்களேயாம்.

மூலாதாரத்திலுள்ள, குண்டலினிச் சக்தியை வாசியால் எழுப்பி, ஆதாரங்கள் வழியாக ஆக்கினைக்குக் கொண்டு செல்வதை இராசயோகம், அமுது, மதியமுது, பூரணம், சிவக்குடிலை நீர் என்றெல்லாம் அழைப்பர். இதனால் உடல் அழியாது நீண்ட நாள் வாழ்வர். எனவே இந்த யோகமும் காயகற்பமேயாகும்.

இயமம் என்ற மனத்தூய்மையும், நியமம் என்ற நற்செயலும் காயகற்பமேயாகும். இவற்றால் ஆயுள் நீடிக்கும் என்பது உறுதி.

எனவே காயகற்பம் எனப்படுவது கற்ப அவிழ்தங்கள் (மருந்துகள்) மட்டுமேயல்லாது, பிராணாயாமம், ஆசனங்கள், அமுரிதாரணை, முப்பு, இயமம், நியமம் ஆகியவைகளை உள்ளடக்கியது என்பதை உணரமுடிகிறது.

காயகற்பத்தின் முழுப்பயனை மக்கள் அடையவும், அதனால் ஏற்படும் தீங்குகளினின்று பாதுகாப்புப் பெறவும், மேலே கூறியபடி பத்தியம் காத்து, சொல்லிய அளவு, நாளளவு, வரிசைக்கிரமமாய்க் கற்பத்தையுண்டு, இயம, நியமாதிகளைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டுவது அவசியமாகும்.

பத்தியக்குறை விவரம்

காயகற்பம் உண்பவர் பத்தியம் காக்காமல் பயறு, பழ வகைகள் சாப்பிட்டால் நீர்க்கட்டும், மலக்கட்டும் ஏற்படும். தோள்பொருத்தும், கை கால்களும் சோர்ந்து போய்விடும். இதற்குத் தும்பைச் சாறு உட்கொண்டால் நீங்கும்.

கற்பமுண்பவர் புளி சாப்பிட்டுவிட்டால் வயிறு உப்பி கால், கைகள் வீங்கி, கால்கடுப்பும், கையில் திமிர்ப்பும் ஏற்படும்.

கற்பமுண்பவர் கிழங்கு வகைகள் சாப்பிட்டால் சோகை, பாண்டு நோய் உண்டாகும். மீன், மாமிசம் சாப்பிட்டால் மயக்கமும், சுரமும் ஏற்படும். மோர் உட்கொண்டால் குன்ம வலி ஏற்படும். சாதாரண சோற்றுப்பு சாப்பிட்டால் கண்கள் கெட்டுவிடும்.

கற்பம் சாப்பிடும்போது முறிவு ஏற்பட்டாலோ அல்லது குற்றங்கள் ஏற்பட்டாலோ கீழ்க்கண்ட மருந்து நன்மை பயக்கும்.

அப்பிரகச் சத்து ஒரு பலம், தங்கம் அரை பலம். இவை இரண்டையும் ஒன்றாக உருக்கிக் கொண்டு, அதனோடு அரை பலம் செயரசம் சேர்த்துப் பொடி செய்து எடுத்துக் கொள்ளவேண்டும். சுத்தித்த கந்தகம் இரண்டு பலத்தை ஓட்டிலிட்டு உருக்கி, வாகையிலிட்டுப் பனிரண்டு சாமம் எரித்து ஆறவிட்டுப் பார்க்க, அருண (சூரிய) நிறமாக இருக்கும். இதைப் பணவெடை வீதம் தேனிலுண்ண, தேகம் அழியாது, யோகசித்தியும், காயசித்தியும் உறுதியாகக் கிடைக்கும். மேலும் முறிந்த கற்பம் முற்றும் நன்றாகும். கற்பம் சாப்பிடும்போது ஏற்படும் குற்றங்கள் மிக அதிகமாக இருந்தாலும் எளிதில் நீங்கிவிடும்.

2

யோகம்

மரு. ஆர்.எஸ். இராமசுவாமி

முன்னுரை

சித்தர்கள் தமிழர்களுக்கு, தமிழ் மருத்துவமாம் சித்த மருத்துவத் துறைக்கு, அதன் வாயிலாக உலகோர் பயன்பெற அளித்த அருங்கலையே 'யோகம்' என்ற கலை ஆகும். உடல் நலத்தையும், உள நலத்தையும் பேணிக்காத்து, நரை, திரை, பிணி, மூப்பு, சாக்காடு முதலியவற்றை எளிதில் நெருங்கவிடாமல் தடுத்துப் பயனளிக்கும் காயகற்ப முறைகளுள் ஒன்றே 'யோகம்' ஆகும். சித்தர்கள் அருளிய இவ்வருங்கலையின் அருமையைத் தமிழர்கள் சரியாக உணர்ந்து போற்றாத நிலை ஏற்பட்டது. மேல் நாட்டார் இதன் பயனறிந்து ஆர்வத்துடன் நம்மவரிடம் கற்றுத் தெளிந்து பயன் நுகர்வதைக் கண்ட பிறகே தமிழர்களும் தற்போது விழிப்புணர்வு பெற்று, இக்கலையில் ஆர்வம் காட்டத் தொடங்கி இருக்கிறார்கள்.

யோகக் கலையின் தத்துவங்களையும் பயன்களையும் ஆராய்கின்றபொழுது, அவை அறிவியல் ரீதியாக மெய்ப்பிக்கத் தக்கதாயுள்ளன. இக் கலையானது, சித்த மருத்துவத்தில் பிணி வராமல் தடுக்கும் பொதுக் கற்பம் ஆகவும், வந்த பிணியைப் போக்கும் சிறப்புக் கற்பம் போலவும் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

யோகம் என்றவுடன் 'யோகாசனம்' என்று மட்டுமே எண்ணுவோர் பலருண்டு. 'யோகம்' என்பது எட்டு நிலைகளை உடையது. எனவேதான் 'அட்டாங்க யோகம்' என்றும் அழைப்பாருண்டு.

'யோகம்' என்ற சொல்லுக்கு 'ஒன்றித்தல்' என்று பொருள். யோகம் என்பதனை "ஐம்பொறி, புலன்களால் மனமானது சிதறிவிடாமல், அதனைக் கட்டுப்படுத்தி, பேரின்ப மெய்ப் பொருளாம் இறைமையை உணர்ந்து, அதனுடன் ஒன்றிக்கச் செய்யும் கலை" என்று சித்தர்கள் வரையறுத்துள்ளார்கள். பேராசிரியர் யோகி இராமையா அவர்கள் எளிமையாக இதனைக் "கடவுள் அல்லது சத்தியத்துடன் மனதை ஒன்றிக்கச் செய்யும் பரிபூரண விஞ்ஞானக் கலை" என்று விளக்கிக் கூறியிருக்கிறார்.

மானிடப் பிறவியின் நோக்கம் யாது என்பதனைக் கூறும்போது சித்தர்கள், "ஆன்மாவை (சீவான்மா) யோக நெறியில் தூய்மைப்படுத்தி இறையுடன் (பரமான்மா) ஒன்றிக்கச் செய்வதே மனிதப் பிறவியின் நோக்கம்" என்று கூறுகிறார்கள். எனவேதான் "அரிது அரிது மானிடராய்ப் பிறத்தலரிது" என்று இம்மனிதப் பிறவியின் மேன்மையைப் போற்றினார்கள். இம்மனிதப் பிறவியில்தான் பகுத்தறிவு கொண்டு ஆராய்ந்து தீவினைகளைப் போக்கி, நல்வினைகளின் துணை கொண்டு யோக நெறியில் திளைத்து, பிறவி அற்ற நிலையை- மெய்ப் பொருளுடன் ஒன்றிக்கும் நிலையை - அடைய இயலும். இந்நிலையை எய்த வழிகாட்டுவதே 'யோகம்' என்ற கலையாகும்.

யோகத்தின் எட்டு நிலைகளையும் தமிழ் மூவாயிரமாகிய திருமந்திரம்:

இயம நியமமே எண்ணிலா ஆதனம்
நயமுறு பிராணாயாமம் பிரத்தியாகாரம்
சயமிகு தாரணை தியானம் சமாதி
அயமுறும் அட்டாங்க மாவதுமாமே

என்ற செய்யுளில் வரிசைப்படுத்தி இயம்புகிறது. 'அட்டாங்க யோகம்' என்பதனை 'அகத்துவம் எட்டு' என்றும் அழைப்பர். இயமம், நியமம், ஆசனம், பிராணாயாமம், பிரத்தியாகாரம், தாரணை, தியானம், சமாதி என்ற அகத்துவம் எட்டனுள் முதல் நான்கு நிலைகளில் முறையான பயிற்சி மூலம் தேர்ந்துவிட்டால், பின் கூறிய நான்கு நிலைகளும் எளிதில் கைவரப் பெறும்.

யோக சாதனையின் பயன் குறித்து அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி தெளிவாக, எளிமையாக எடுத்துரைத்துள்ளார். அவரது கருத்துகளின் அடிப்படையில் பார்க்கும்போது, மனிதன் ஒரு பிறவியில் செய்யும் நல்ல, தீய செயல்கள், அவனது கரு மையத்தில் பதிவாகி, அவனது பரம்பரையான வழித் தோன்றல்களின் (வாரிசு) கரு மையத்திலும் பதிவாகிக் கொண்டே வருகின்றன. அப்பதிவுகளுக்குத் தக்கவாறு நல்ல, தீய விளைவுகள் பின்வரும் பிறவிகளில்

நிகழ்ந்து கொண்டே இருக்கின்றன. இவ்வாறு பரம்பரையாகத் தொடர்ந்து வரக்கூடிய பதிவுகளைத்தான் 'சஞ்சிதகர்மம்' என்று கூறுவர். அடுத்தடுத்து வரும் பிறவிகளில் செய்யும் நல்வினை, தீவினைகளும் கூடுதலாகச் சேர்ந்து பதிவாகின்றன. இதனைப் 'பிராரப்தகர்மம்' என்பர். இதனையே "பெற்றோர் செய்த வினை பிள்ளைகளைச் சேரும்" என்று வழக்கில் கூறுவர். நல்வினைகள் ஒரு பிறவியில் அதிகம் செய்யும்போது, அது பரம்பரையாக நல்ல விளைவுகளையும், தீவினைகள் மிகும்போது அது பின்வரும் தலைமுறையினரிடையே தீய விளைவுகளையும் ஏற்படுத்தும். பிறவியைப் பற்றி குறிப்பிடும்போது திருவள்ளுவர்:

உறங்குவது போலும் சாக்காடு உறங்கி
விழிப்பது போலும் பிறப்பு

என்று விளக்குகிறார்.

சித்தர்கள் பிறவியைப் பற்றி விளக்கும் போது, ஓர் ஆன்மாவானது (சீவான்மா) தூய நிலையாகிய இறை நிலையை அடையும்வரை பல பிறவிகளை எடுத்துக் கொண்டே இருக்கும். ஒரு குறிப்பிட்ட பிறவியில் செய்யும் நல்ல, தீய வினைகளுக்கு ஏற்ப அதனுடைய பின் வரும் பிறவிகளில் நன்மை தீமைகளை நுகர்கிறது. எந்தப் பிறவியில் தீவினை முற்றிலுமாக நீங்கி நல்வினைகளே மேலோங்குகிறதோ அப்போது அது முழுக்க முழுக்க சத்தியத்துடன், அதாவது உண்மையுடன் ஒன்றி ஊரும் நிலை ஏற்படும். அந்த உண்மை நிலையே ஆன்மா தன்னை முற்றிலும் உணரும் நிலை. அந்நிலைதான் அது இறைமையையும் (பரமான்மா) உணர்ந்து அதனுடன் ஒன்றும் சமாதி நிலையாகும். அதாவது யோகத்தின் இறுதி நிலை, தான் வேறு கடவுள் வேறு என்ற நிலை மாறி, இரண்டும் ஒன்றாகும் நிலை. அதுவே மானிடப் பிறவியின் நோக்கம் நிறைவேறிய நிலையும் ஆகும்.

மானிடப் பிறவியின் நோக்கம் வீடு பேறு (முக்தி) அல்லது பிறவியற்ற நிலை எனக் கண்டோம். அதற்கு அட்டாங்க யோகமே சிறந்த வழி என்றுரைக்கும்போது, துறவிகளுக்கும் அல்லது துறவியாவதற்கு மட்டுமே அந்நெறி பயனாகும் என்று தவறாகக் கருதி, யோக நெறிமுறைகளைப் பற்றி அறிந்துகொள்ளவும், பின் கடைப்பிடிக்கவும் இளைஞர்களும் இல்லறத்தாரும் முயற்சிப்பதில்லை. ஆனால் அட்டாங்க யோகத்தைப் பற்றி இளைஞர்களும் இல்லறத்தாரும் கட்டாயமாகக் கற்றுத் தெரிந்துகொண்டு, கற்ற வழி நடக்கும்போது இல்வாழ்விலும் தொழிலிலும் சிறந்து விளங்கும் ஆற்றலைப் பெறுகிறார்கள். சஞ்சலமற்ற மனதுடன் அமைதியான, நிறைவான வாழ்வை, ஒழுக்கமான வாழ்வை வாழ முற்படுகிறார்கள். தாமும் நன்கு வாழ்வதோடு, தம்மைச் சார்ந்தவர்களையும் அவ்விதமே வாழவைக்கிறார்கள்.

இனி அட்டாங்க யோகத்தின் எட்டு நிலைகளையும் (அகத்துவம்) ஒவ்வொன்றாய், விரிவாய்க் காண்போம்.

இயமம்

இயல்மம் என்பதே இயமம் என்றாயிற்று எனலாம். இயல் என்று கூறும்போது 'ஒழுங்கு' எனப் பொருள்படும். இயல்மம் அல்லது இயமம் என்றால் ஒழுங்கினைக் கற்றல் எனப் பொருள்படும். இது மனத்தைப் தூய்மைப்படுத்தும் ஒரு அகப்பயிற்சி - மன ஒழுக்கப் பயிற்சி ஆகும்.

மாவும் மாக்களும் ஐயறிவினவே
மக்கள் தாமே ஆறறிவுயிரே

என்று தொல்காப்பியம் இயம்புவது போல் மனிதன் கூடுதலான ஆறாவது அறிவாகிய பகுத்தறிவினால் மற்ற உயிர்களினின்றும் வேறுபட்டு மேம்படுகிறான். அப்பகுத்தறிவினால் நன்மை, தீமைகளைத் தெளிந்து, தீயன விலக்கி, நல்லன ஏற்று வாழும் வாழ்க்கையே ஒழுக்கமான வாழ்வு. அதனாலேயே அவன் சீர்மை பெற்று, மானிடப் பிறவியின் உண்மையான பயனைப் பெறுகிறான்.

ஒழுக்கம் என்பதனை அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள், "தனக்கோ பிறர்க்கோ, தற்காலத்திலோ பிற்காலத்திலோ, உடலுக்கோ உயிருக்கோ தீங்கு பயக்காதது எதுவோ அதுவே ஒழுக்கம்" என வரையறுக்கிறார்கள். இவ்வரையறை எக்காலத்திற்கும் எவர்க்கும் பொருந்துவதாக இருப்பதை உணர்கிறோம். இதனையே ஒழுக்கமுடைமை என்ற அதிகாரத்தில் திருவள்ளுவர்:

உலகத்தோடு ஒட்ட ஒழுகல் பலகற்றும்
கல்லார் அறிவிலா தார்

என்று தெளிவுபடுத்துகிறார்.

மனத்தைத் தூய்மைப்படுத்தும் வழி யாது என்பதற்கு:

புறந்தூய்மை நீரா னமையும் அகந்தூய்மை
வாய்மையாற் காணப் படும்

என்று திருவள்ளுவர் விடையளிக்கிறார். வாய்மையால் மனம் தூய்மையடைகிறது என்றுரைத்த திருவள்ளுவர்,

வாய்மை எனப்படுவது யாதெனின் யாதொன்றும்
தீமை யிலாத சொலல்

என்று வாய்மையை வரையறுக்கிறார். மனத்தின் தொழில் சிந்தித்தல் (எண்ணுதல்). எண்ணம், சொல், செயல் இம்மூன்றும் மனத்தின் வெளிப்பாடேயாகும். எண்ணம் தூய்மையாயிருப்பின் சொல்லும் செயலும் தூய்மையாகவே இருப்பது இயல்பு.

மனத்தின் இயக்கமானது உடலையும் உயிரையும் பாதிக்கக் கூடியது. நம் உடலுறுப்புகளின் உணர்வுகள் மூளை மற்றும் நரம்புகளின் ஆட்சியின் கீழ் உள்ளன. அம்மூளையின் செயல்பாடே மனம் - Mind is the function of the Brain என்று சொல்வதுண்டு. மனத்தில் ஏற்படும் மாற்றங்கள் உடலிலும் மாற்றத்தை விளைவிக்கின்றன. எடுத்துக்காட்டாக, அளவுக்கு மீறி கோபங்கொள்ளும்போது இரத்த நாடிகள் முறுக்கேறி, கண்ணும் முகமும் சிவந்து, உடல் சூடேறுவதையும், கோபம் தணிந்ததும் களைப்பும், சோர்வும் ஏற்படுவதையும் காண்கிறோம். மனத் தளர்ச்சி ஏற்படும்போது நரம்புத் தளர்ச்சி ஏற்பட்டு, உடலும் தளர்ந்துவிடுகிறது. மனம் தூய்மையடையும்போது உடலில் நோய்கள் தாக்குவதில்லை. இதனைத் திருவள்ளுவர்:

காமம் வெகுளி மயக்கம் இவைமூன்றன்
நாமங் கெடக்கெடும் நோய்

என்கிறார். மேலும்,

தன்னெஞ் சறிவது பொய்யற்க பொய்த்தபின்
தன்னெஞ்சே தன்னைச் சுடும்

என்ற குறளில் பொய்மையால் மனமானது உயிரையும் உடலையும் வருத்தும் என்று விளக்குகிறார்.

மனமானது குரங்கினைப் போல நிலையில்லாது அலைந்து திரிந்து கொண்டிருக்கிறது. புலன்களின் கவர்ச்சியில் சிக்குண்டு உயிராற்றலைப் புலன்களின் வழியே செலவாகும்படி செய்கிறது. மனத்தின் மூல மெய்ப்பொருளே இறைநிலை. அந்நிலையை வாய்மையால் அடையும்போது மனிதன் தெய்வமாகிறான். மனிதன் முதலில் தன் மனத்தைப் பற்றி நன்கு அறிந்து தெளிந்தால், அதன் மூலத்தையும் எளிதில் தெரிந்து, தெளிந்துகொள்ள முடியும்.

மனத்தின் அழுக்கு நீங்கப் பெறாத நிலையில் ஒருவன் தவயோகியானாலும் பயன் ஒன்றுமில்லை. மனத்தின் மாசு நீங்கி, தூய்மை பெற்ற ஒருவன் எத்தகைய தீமையான சூழ்நிலையிலும் மாசற்றவனாக நின்று ஒழுகி, மானிடப் பிறவியின் நோக்கமான பிறவியற்ற நிலையைப் பெற்றுய்வான். இதனையே,

மனத்தகத்து அழுக்கறாத மவுன ஞான யோகிகாள்
வனத்தகத்து இருக்கினும் மனத்தகத்து அழுக்கறார்
மனத்தகத்து அழுக்கறுத்த மவுனஞான யோகிகள்
முலைத் தடத்து இருக்கினும் பிறப்பறுத்து இருப்பரே

என்று சிவவாக்கியர் சிறப்பாய் விளக்குகிறார்.

உயிரானது உடலை இயக்குவதோடு (Physical Force) மனத்தையும் இயக்குகிறது (Mental or Psychic Force) என்று கண்டோம். அவ்விதம் உயிர் இயங்கும்போது, சூழ்நிலைக்கு ஏற்றவாறு புலன்வழித் தொடர்பு கொள்ளும்போது அது தனது படர்க்கை நிலை ஆற்றலான மனமாக இயங்குகிறது. மனத்தைச் சாதாரணமாக அறிவு என்ற பெயராலும் அழைக்கிறோம்.

புலன்களைப் பொறிகள் வாயிலாகத் தொழில் படுத்தும் கருவிகளே ஞானேந்திரியங்கள் எனப்படும். அக்கருவிகளை மனமே இயக்குகிறது. இக்கருத்தையே "மனத்தானாம் மாந்தர்க்குணர்ச்சி" என்று திருவள்ளுவரும் கூறுகிறார்.

உயிரானது மனத்தை இயக்கும்போது மூன்று விதமான மலங்கள் அதனைப் பற்றுகின்றன. அவை ஆணவம், கன்மம், மாயை ஆகும். ஆணவ மலமானது ஆன்மாவை உணரவொட்டாது அறிவை மறைத்து, 'யான்', 'எனது' என்ற செருக்கை உண்டாக்கி, பெண், பிள்ளை, செல்வம் இவற்றில் ஆசையை உண்டாக்கி, எல்லாம் தனக்கே என்று எண்ணுமாறு செய்து, எக்காலத்தும் கீழ்மைப்படுத்தி அறியாமையிலேயே அழுந்தியிருக்கச் செய்வது, கன்மம் என்பது ஏற்கனவே விளக்கியுள்ளபடி முற்பிறவியிலும், நடக்கும் பிறவியிலும் ஏற்படுகிற ஊழ்வினைப் பதிவுகளாகும். மாயை என்பது 'இருள்' எனவும் பொருள்படும். இது உலகத்தின், உடல் தத்துவங்களின் தோற்ற ஒடுக்கத்திற்குத் துணைக் கருவியாய் இருந்து உயிர்கட்கு உடலையும் தத்துவங்களையும் (கருவிகள்) அமைக்கக் கூடியது என்பர். இது உலக வாழ்வில் பற்றுதலை ஏற்படுத்தி, நிலையிலாதனவற்றை நிலையானதாக எண்ணச் செய்து, பிறருடைய உடைமைகளின் மீதும் ஆசையை ஏற்படுத்தி, மனத்தைப் புலனுணர்வுகளில் மயங்கிடச் செய்கிறது.

இத்தகைய மனத்தின் அழுக்குகள் நீங்க வேண்டுமாயின், அம்மனத்தோடு பிணைக்கப்பட்டுள்ள பொறி, புலன்களும் தொழில் கருவிகளும் அடக்கப்பட வேண்டும்.

மனத்தின் கட்டுப்பாட்டிலிருந்து நாம் விடுபட்டு, மனத்தை நம் கட்டுப்பாட்டின் கீழ் இயங்கச் செய்தால்தான் அழுக்கை நீக்க இயலும். அவ்வாறு சுத்தியானால்தான் மனத்தின் அகக்கருவியான ஆங்காரம் அடக்கப்பெற்று புலன்களின் உணர்வு நீங்கி வீடு பேறு அடையலாம் என்பதனை:

ஆங்காரம் உள்ளடக்கி ஐம்புலனைச் சுட்டறுத்து
தூங்காமல் தூங்கி சுகம் பெறுவதெக்கலாம்

என்ற பாடலில் பத்திரகிரியார் விளக்குகிறார்.

இவ்வாறு மனத்தைத் தூய்மைப்படுத்துவதற்கான யோகப் பயிற்சியே இயமம் ஆகும்.

நியமம்

நியமம் என்பது நியதி, நேமம், நேமகம் என்ற பிற சொற்களாலும் வழங்கப்பெறும். 'நியமம்' என்பதற்குச் செயல் ஒழுக்கம் அல்லது செயல் (வினைத்) தூய்மை என்பது பொருளாகும். இது யோகத்தின், அதாவது யோகப் பயிற்சியின் இரண்டாவது நிலையாகும். ஒருவன் தான் அன்றாடம் செய்யும் செயல்களில் தூய்மையை அல்லது நேர்மையைக் கடைப்பிடித்து ஒழுகுதல் நியமமாகும். மனத்தில் எழும் எண்ணங்களே சொல்லாகவும் செயலாகவும் வடிவெடுக்கின்றன என்று கண்டோம். எனவே இயமத்தில் நன்கு பயிற்சி பெற்று கைதேர்ந்தவர்களுக்கு நியமம் எளிதில் கைவரப் பெறும்.

ஒவ்வொருவரும் தம் வாழ்நாளில் அன்றாடம் இயற்றும் செயல்கள் தனக்கோ பிறர்க்கோ எவ்வித தீமையையும் விளைவிக்காததோடு, நன்மையை உண்டாக்குவதாக அமைந்தால் அதுவே நியமம் ஆகும். வைகறையில் துயில் எழுதல், மலசலங்கழித்தல், பல் துலக்கல், உடற்பயிற்சி அல்லது ஆசனப் பயிற்சி செய்தல், குளித்தல், தெய்வ வழிபாடு, உணவு உண்ணல், கல்விக் கூடத்திற்கு அல்லது பணியிடத்திற்குக் குறித்த காலத்திற்குச் செல்லல், பணியிடத்தில் தத்தம் அலுவல்களைக் குறித்த காலத்தில் நிறைவாகச் செய்து முடித்தல், இடையே குறித்த காலத்தில் உணவருந்தல், பணி முடிந்து வீட்டுக்கு வந்து இல்லறக் கடமைகளையும் ஒழுங்காகச் செய்தல், தியானித்தல், நேரத்திற்குப் படுக்கைக்குச்

சென்று நல்லுறக்கம் கொள்ளல் போன்றவைதான் ஒழுக்கமாகின்றன. இவற்றை நியமந்தவறிச் செய்யும்போது அல்லது செய்யக் கூடியவற்றைச் செய்யாமல் விடுவது அல்லது செயலில் முரண்படுவது என்பது தனக்கும் பிறர்க்கும் துன்பம் செய்வதாக அமைகிறது.

நியமத்தில் தவறி, தீய செயல்கள் செய்யும்போது அது உடலையும் அதன்பின் மனத்தையும் பாதிக்கிறது. இந்நாளில் மேல் நாட்டாரின் தாக்கம் நம்மை வெகுவாகப் பாதித்துள்ளதை யாவரும் நன்குணர்கிறோம். புகைப்பிடித்தல், மது அருந்துதல், போதைப் பொருட்களை உபயோகித்தல் ஆகிய செயல்கள் நம் உடலையும் மனத்தையும் பாதிக்கின்றன. திருவள்ளுவர்,

உண்ணற்க கள்ளை உணிலுண்க சான்றோரான்
எண்ணப் பட வேண்டா தார்

என்ற குறளில் மதுவைத் தவிர்க்குமாறு வலியுறுத்துகிறார். நேர்மையான வழிகளில் பொருள் சம்பாதித்து வாழ்வதே அனைவர்க்கும் நன்மை பயக்கும். யோக நெறியில் வாழ வேண்டும் என்ற விருப்பமுள்ளவர்கள் இதனைக் கடைப்பிடிக்காவிடில் அவர்களுக்கு வெற்றி கிடைக்காது. திருவள்ளுவரும்,

அறனீனும் இன்பமும் ஈனும் திறனறிந்து
தீதின்றி வந்த பொருள்

என்றுரைக்கின்றார். அதாவது, முறையான வழிகளில் , பிறர்க்குத் தீமை ஏற்படாமல் சம்பாதிக்கும் பொருளானது ஒருவனுக்கு நல்ல அறத்தையும் இன்பத்தையும் கொடுக்கும்.

அழக்கொண்ட எல்லாம் அழப்போம் இழப்பினும்
பிற்பயக்கும் நற்பா லவை

என்ற குறளின் கருத்துப்படி, பிறர் வருந்துமாறு நெறியற்ற வழியில் சேர்க்கும் பொருள் எல்லாம், அவ்வாறு சேர்த்தவன் வருந்துமாறு அவனை விட்டுப் போய்விடும். நல்ல வழிகளில் தேடப்பட்ட பொருளானது இழக்கப்பட்டாலும், பின்னர் ஏதேனும் ஒரு வழியில், ஒருவனுக்குப் பயன் தரும்.

நன்மைகளைச் செய்வதிலும் ஒரு நியதியைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டும். இதனை வள்ளுவர்:

நன்றாற்ற லுள்ளுந் தவறுண்டு அவரவர்
பண்பறிந் தாற்றாக் கடை

என்று குறிப்பிடுகிறார். அதாவது நாம் செய்யும் நற்செயல்களை, அவரவருடைய இயல்புகளை அறிந்து, அவரவர்க்குப் பொருந்துமாறு செய்யாவிட்டால் நன்மை செய்வதிலும்கூடக் குற்றம் உண்டாகும். அதன் காரணமாகத் தீய விளைவுகளும் ஏற்படும்.

ஆக நியமம் என்பதன் கீழ் எவ்வளவோ நெறிகளைத் தெரிந்துகொண்டு அதன்படி வாழ்வதே யோகத்தின் இரண்டாவது நிலையில் வெற்றி அடைய வழியாகும். சுருக்கமாகக்கூறின் திருவள்ளுவர் வாக்குப்படி:

செய்தக்க அல்ல செயக்கெடும் செய்தக்க
செய்யாமை யானும் கெடும்

அதாவது செய்யத் தகாதவற்றைச் செய்யாமலும், செய்யத் தகுந்தவற்றைச் செய்யாமல் விடாதும் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். இதுவே நியமமாம்.

ஆசனம்

இது யோகத்தின் மூன்றாவது நிலையாகும். ஆசனம் என்பதனை 'ஆதனம்' என்றும் சித்தர்கள் அழைப்பர். 'ஆசனம்' என்பதற்கு 'இருக்கை நிலை' (Posture or Pose) என்பது பொருள். அதாவது இவ்வெளியில் (Space) நம் உடல் எந்த நிலையில் இருக்கிறது (the position of our body with reference to space) என்பதனையே ஆசனம் என்கிறோம். சித்தர்கள் இதற்கு மற்றொரு விளக்கத்தையும் அளிக்கிறார்கள். ஆசனம் என்பது ஆ + சமனம் எனப் பிரிக்கப்பட்டு 'ஆ' என்றால் 'ஆன்மா' என்றும் 'சமனம்' என்றால் 'தளர்ச்சி', 'சமநிலை' என்றும் பொருளுரைக்கப்படுகிறது. ஆன்மாவைத் தளர்த்துதல் என்கிறபோது ஆன்மாவை இவ்வுலக வாழ்க்கையின் இறுக்கமான சூழ்நிலைகளிலிருந்து தளர்த்துதல் என்று பொருளாகும். அதாவது, ஆன்மாவைப் புலன்வழிக் கவர்ச்சியிலிருந்து விடுபடச் செய்தல் என்று பொருளாகும். ஆசனமானது யோகத்தின் ஓர் அங்கமாக இருப்பதால் 'யோகாசனம்' என்றும் அழைக்கப்படுகிறது.

ஆசனங்கள் யாவும் உடலுக்கும் மனத்திற்கும் பயிற்சியாக அமைகின்றன. ஆசனம் என்பது "உடல் முழுவதையுமோ அல்லது உடலின் சில அவயங்களையோ ஒரு குறிப்பிட்ட நிலையில், குறிப்பிட்ட காலத்திற்கு அசையாது வைத்திருத்தல்" ஆகும். (Keeping the body or part of the body steady and motionless in a particular posture for a specific time.)

உடற்பயிற்சிக்கும் யோகாசனத்திற்கும் உள்ள வேறுபாடு

ஆசனமானது சாதாரணமான உடற்பயிற்சியினின்றும் பல நிலைகளில் வேறுபட்டு, அதனினும் சிறப்பான, குறிப்பான பலன்களை நமக்கு அளிக்கின்றது. நடத்தல், ஓடுதல், நீந்துதல், மிதிவண்டி ஓட்டுதல் மற்றும் கருவிகளை வைத்துச் செய்யும் அளவான, மிதமான உடற்பயிற்சிகள் உடலுக்கும் மனத்திற்கும் பொதுவான நற்பலன்களை அளிக்கும் என்பதில் ஐயமில்லை. கடுமையாக முயன்று செய்யப்படும் உடற்பயிற்சிகள் குருதி ஓட்டத்தை விரைவும் மிகுதியும், படுத்தி எல்லா உறுப்புகளிலும் பாயச்செய்து, அவற்றிற்கு வன்மையூட்டுகின்றன. குறிப்பாக உடலின் மேற்புறமாக அமைந்துள்ள குருதிக் குழல்களையும், நரம்புகளையும், இயக்கு தசைகளையும் முறுக்கேறச் செய்து, வலுவான உடற்கட்டினை உண்டாக்குகின்றன. இவ்வாறு கடுமையாகப் பயிற்சி எடுப்பவர்களுக்கு அதிக அளவு உணவும், உழைப்பும், காலமும் தேவைப்படுகின்றன. எல்லோரும் எல்லா வயதிலும், எல்லாக் காலமும் இத்தகைய பயிற்சிகளை மேற்கொள்ள இயலாது. ஆனால் யோகாசனங்களை முறையாகப் பயிற்சி எடுத்துக் கற்றுக்கொண்டுவிட்டால் மேற்குறித்த கடுமையான உடற்பயிற்சியைக் காட்டிலும் அதிகப் பலன்களைக் குறைந்த காலம், உழைப்பு மற்றும் எளிய உணவு மூலம் பெற்றுவிடலாம்.

யோகாசனத்தின் சிறப்பு இயல்புகள்

யோகாசனங்கள் புற உறுப்புகளையும் இயக்கு தசைகளையும் மட்டுமின்றி, உடலின் இயங்கு தசைகளையும் உள்ளுறுப்புகளையும் (குறிப்பாக இதயம், நுரையீரல், இரைப்பை, கல்லீரல், மண்ணீரல், சிறுநீரகம், கருப்பை) வன்மைப்படுத்தி, அவற்றின் பணிகளைத் தூண்டி ஒழுங்குபடுத்துகின்றன. சுரப்பிக் கோளங்களை சரிவர சுரக்கச் செய்தும், உணவு செரிமானம், கழிவு நீக்கம் ஆகியவற்றை ஒழுங்குபடுத்தியும் உடலின் இரத்த ஓட்டம், வெப்ப ஓட்டம் மற்றும் காற்றோட்டத்தையும் சீராக அமைக்கின்றன. ஆயுள் காலத்தை வெல்லும் உறுப்புகளாகிய நாளமில்லா சுரப்பிகளைச் (Endocrine glands) சீராக இயங்குமாறு செய்கின்றன.

குறிப்பிட்ட யோகாசனங்களைச் செய்து அதன் மூலம் குறிப்பிட்ட உள் உறுப்புகளை மட்டும் தேவைக்கேற்பத் தூண்டி, அவற்றின் பணிகளைச் சீரமைக்க இயலும். அதாவது குறிப்பிட்ட உறுப்புகள் பாதிப்படைந்து நோய் உண்டாகும்போது அந்நோயைக் குணப்படுத்த முடிகிறது. யோகாசனங்கள் உடலுக்குப் பொதுவான பலன்களையும், தூண்டப்படும் உள்ளுறுப்புகளுக்கு ஏற்ப சிறப்பான

பலன்களையும் அளிக்கின்றன. பல பிணிகளை வராது தடுக்கவும், வந்த பல பிணிகளைப் போக்கவும் ஆசனங்கள் அவசியமான மருத்துவ முறையாகத் துணை நிற்கின்றன (Supportive as well as main therapy). கடின உடற்பயிற்சிகளினால் ஏற்படுவது போல் ஆசனங்கள் செய்துவரும்போது நாடி, நரம்புத் தசைகள் அதிகம் முறுக்கேறுவதில்லை. மாறாக நெகிழ்ச்சியும் மென்மையும் ஏற்பட்டு, நன்மையாக அமைகின்றன.

ஆசனங்கள் செய்து வருவதால் உடலில் இருக்கும் அபரிமிதமான கொழுப்பு, தசைகள் ஆகியவை குறைந்து, உடல் அழகு பெறுகிறது. முறையாக, தவறாது யோகாசனங்களைச் செய்து வருபவர்களுக்கு வீணான சதைப்பிடிப்பு, தொப்பை முதலியவை ஏற்படுவதில்லை. ஆக யோகாசனப் பயிற்சி ஒரு காயகற்பமாக அமைந்து அழகு, இளமை, ஆயுள் ஆகியவற்றை நீட்டிக்கின்றது. சோம்பலை விரட்டி, சுறுசுறுப்பு, தெளிந்த அறிவு, நினைவாற்றல் முதலியவற்றை வளர்க்கிறது. புலனடக்கத்திற்கும் மன ஒருமைப்பாட்டிற்கும் உதவுகிறது.

யோகாசனம் செய்வோருக்கான விதிமுறைகள்

யோகாசனம் செய்வோர் சில விதிமுறைகளைக் கடைப்பிடித்தே ஆகவேண்டும். அவ்வாறு இல்லையேல் ஆசனத்தினால் ஏற்படும் முழுமையான பலனைப் பெறமுடியாததோடு, எதிரிடையூான விளைவுகளையும் சந்திக்க நேரிடும்.

1. வயது வரம்பு : ஆசனங்களை நன்கு தேர்ச்சிபெற்ற குருவின் நேரடி மேற்பார்வையிலேயே கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். புத்தகங்களைப் படித்துவிட்டு செய்வதென்பது நல்லதன்று. "ஐந்திலே வளையாதது ஐம்பதிலே வளையுமா?" என்ற பழமொழிக்கு ஏற்ப மிக இளம் வயதிலேயே கற்றுக்கொள்ள ஆரம்பித்தால் எளிதாகக் கற்றுக்கொண்டுவிடலாம். உடல் அவயங்கள் எளிதில் விரும்பியபடி வளைந்து கொடுக்கும் நிலை இளம் வயதினரிடம்தான் நன்கு அமைந்திருக்கும். ஆனாலும் வயதாகிவிட்டவர்களும் ஆசனங்களைக் கற்றுக்கொண்டு செய்யலாம். எவ்வளவு தூரம் ஒரு குறிப்பிட்ட ஆசனத்தைச் செய்கிறார்களோ அவ்வளவுக்குப் பலன் உறுதியாக உண்டு. எல்லா ஆசனங்களும் கடினமானவை அன்று. பல ஆசனங்களை மிக வயது முதிர்ந்தவர்கள் கூட எளிதாகச் செய்து பலன் பெறலாம்.

2. உணவுப் பழக்கம் : ஆசனங்களைச் செய்பவர்கள் உணவு மற்றும் பிற பழக்க வழக்கங்களிலும் கட்டுப்பாடுகளை மேற்கொள்ள வேண்டியது அவசியம். அவ்வாறிருந்தால்தான் முழுமையான பலன்களைப் பெறமுடியும். அதிக புளிப்பு, காரம் நிறைந்த உணவுகளைத் தவிர்த்து, முடிந்தால் சைவ உணவுகளையே

உண்பது நல்லது. மது, புகைபிடித்தல், போதைப் பொருட்கள் போன்றவற்றை அவசியம் தவிர்க்க வேண்டும். ஏற்கனவே இத்தகைய பழக்கவழக்கங்களுக்கு அடிமைப்பட்டவர்களாயிருந்தாலும் அவர்களும் யோகாசனங்களைக் கற்றுக்கொள்ள ஆரம்பித்தால், சிறிது சிறிதாக அப்பழக்கங்களை, யோகாசனத்தின் நன்மையை உணர்ந்ததும் விட்டுவிட முற்படுவார்கள்.

பொதுவாகக் காலை மற்றும் மாலை நேரங்களே ஆசனம் செய்வதற்கு ஏற்றவையாகும். சிறப்பாகக் காலையில் எழுந்ததும் மலசலம் கழித்துவிட்டு வெறும் வயிற்றில் செய்வது மிக்க நன்மை பயக்கும். காலையில் காபி அல்லது தேநீர் அருந்தும் பழக்கமுடையவர்கள் அவ்வாறு அருந்தினால் குறைந்தது அரை மணி நேரம் கழித்தே யோகாசனம் செய்ய வேண்டும். சிற்றுண்டி உண்டால் இரண்டரை மணி நேரம் கழித்தும், மதிய உணவு உண்பவர்கள் நான்கரை மணி நேரம் கழித்தும் மாலையிலும் யோகாசனம் செய்யலாம். வயிறு நிறைய உண்டுவிட்டு செய்பவர்கட்கு அஜீரணம், மலக்கட்டு, பசியின்மை முதலியன ஏற்படும்.

3. இடம், உடை : போதிய காற்றோட்டமும் வெளிச்சமும் உள்ள இடத்தில், சமதளத்தில் ஏதேனும் மெல்லிய விரிப்பின் மேல் அமர்ந்து ஆசனம் செய்ய வேண்டும். குளிர் காற்றிலோ குளிர்ந்த தரை மீதோ அமர்ந்து செய்தல் கூடாது. எளிய, தளர்வான உடைகளை அணிந்துகொண்டு ஆசனம் செய்ய வேண்டும். பருத்தி ஆடைகளே எக்காலத்திற்கும் ஏற்றவை.

4. மூச்சு நிலை : ஆசனங்களைச் செய்யும்போது நிதானமாகவும், படிப்படியாகவும் செய்ய வேண்டும். ஒவ்வொரு ஆசனத்தின் உச்சநிலையையும் ஒவ்வொரு படியாக (நிலை), நிதானமாகச் செய்து அடைய வேண்டும். யோகாசனங்களைச் செய்யும்போது மூச்சை அடக்கவே கூடாது. இயல்பாக மூச்சு ஓடிக்கொண்டிருக்க வேண்டும். ஒவ்வொரு ஆசனத்தையும் அதன் மாற்று ஆசனத்துடன் (counter-pose) சேர்த்தே செய்ய வேண்டும்.

5. கிரியை : ஒரு குறிப்பிட்ட ஆசனத்தின் வெவ்வேறு நிலைகளில் ஏதேனும் ஒரு நிலையில் அல்லது அவ்வாசனத்தின் உச்சநிலையில் (இறுதி நிலை) இருந்து கொண்டு உடல் முற்றுமோ அல்லது ஏதேனும் ஒரு குறிப்பிட்ட அவயவத்தையோ அசைத்துப் பயிற்சி எடுத்தல் 'கிரியை' எனப்படும். இக்கிரியையினால் குறிப்பிட்ட உடலின் உள்ளுறுப்புகள் மிக நன்றாகத் தூண்டப்பட்டு செயல்பட ஏதுவாகிறது. ஆசனங்களைச் செய்யும்போது மனத்தை முழுமையாக ஈடுபத்திச் செய்ய வேண்டும். ஆசனங்களைப் பேசிக் கொண்டேயோ அல்லது வேறு ஏதேனும் சிந்தித்துக் கொண்டேயோ செய்வது நல்லதல்ல. அதனால் ஆசனத்தின் நற்பயன்

முழுமையாகக் கிடைக்காது. ஆசனங்களை அரை மணி நேரம் செய்தால் பின் இறுதி ஆசனமாகிய சவ ஆசனம் அல்லது பூரண சாந்தி ஆசனத்தைப் பத்து முதல் பதினைந்து நிமிடங்கள் வரை செய்து ஓய்வு எடுத்துவிட்டுப் பின்னர் குளித்துவிட்டு, உணவு உண்ண வேண்டும். குளித்துவிட்டும் ஆசனங்களைச் செய்யலாம்.

6. தேவைக்கேற்ற ஆசனம் : ஆசனங்கள் எண்ணிக்கையில் அடங்காதவை. 'எண்ணிலா ஆதனம்' என்ற திருமூலரின் கூற்று இதனைத் தெளிவுபடுத்துவதாய் அமைகிறது. எல்லா ஆதனங்களையும் கற்றுக் கொள்வதற்கும் பயன்படுத்துவதற்கும் முற்பட்டால் ஒரு பிறவி நிச்சயமாகப் போதாது. எனவே முக்கியமான, அடிப்படையான ஆசனங்களைக் கற்றுக்கொண்டு, உடல் நலத்தையும், மன நலத்தையும் காத்துக் கொள்ளலாம். நாள்தோறும் அரை மணி முதல் ஒரு மணி நேரம் வரை ஆசனங்களுக்கென்று ஒதுக்கி, ஒழுங்காகப் பயிற்சி செய்து வந்தாலே போதுமானது.

7. மென்மையான ஆசனம் : ஆசனங்களை ஏற்கனவே கூறியபடி எவ்வயதினரும், எக்காலத்திலும் செய்யலாம். நிதானமான, முறையான பயிற்சியினால் இது எளிதில் கைவரப்பெறும். குருவின் நேரடி மேற்பார்வையில் முழுமனத்தையும் செலுத்தி கற்றுக்கொண்டு பயிற்சி செய்து வர வேண்டும். உடலை வருத்தி, களைப்பு அல்லது வலி உண்டாகும் அளவிற்கு எந்த ஓர் ஆசனத்தையும் எக்காலத்திலும் செய்யக்கூடாது. வலியோ, களைப்போ ஏற்படுகிறபோது ஆசனம் செய்வதை நிறுத்திக் கொள்ள வேண்டும். சக்திக்கு மீறி செய்யும்போது தீமை ஏற்பட ஏதுவாகும்.

8. தொடக்கமும் முடிவும் : எல்லா ஆசனங்களையும் வட்டநிலை (Zero stage) என்ற நிலையில் தொடங்க வேண்டும். இந்நிலையை ஆங்கிலத்தில் Standing-at-ease என்று சொல்லும் நிலைக்கு ஒப்பிடலாம். அதாவது இருகால்களுக்கும் இடையே அரை அல்லது ஒரு அடிவரை இடைவெளிவிட்டுத் தளர்வாக நிற்றலாகும். இந்நிலைக்கு அடுத்த நிலை இரு கால்களையும் உடலோடு சேர்த்து, தலையை நிமிர்த்தி நேர் பார்வையுடன் நிமிர்ந்த நிலையில் நிற்றல் (Attention positon). இதுவே முதல் நிலையாகும். இரண்டாவது நிலையிலிருந்து ஆசனத்திற்குத் தக்கவாறு அமர்ந்து கொண்டோ படுத்துக்கொண்டோ பின் ஒவ்வொரு நிலையாக உடல் அவயங்களைக் கொண்டு சென்று உச்சநிலைக்கு, அதாவது ஆசனத்தின் இறுதி நிலைக்கு வரவேண்டும். குறிப்பிட்ட நேரத்திற்குப்பின் அதே நிலைகளில் படிப்படியாக நிதானமாகப் பின்னோக்கி செய்து கொண்டே வந்து இறுதியில் வட்ட நிலைக்கு வந்து சேர வேண்டும். இனி ஆசன வகைகளைக் காண்போம்:

தாமரை ஆசனம் (பத்மாசனம்)

'பத்மம்' என்றால் தாமரை என்று பொருள். ஆசனம் கற்றுக்கொள்வோர் முதலில் இந்த ஆசனத்தில் பயிற்சி பெறுவது அவசியம். இந்த ஆசனத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டே வேறு பல ஆசனங்களையும் செய்ய வேண்டியுள்ளது. தியானம் செய்யக் கூடியவர்கள் இந்த ஆசனத்தில் இருந்துகொண்டு செய்யலாம். இது தியான ஆசனங்களில் ஒன்றாகும். இந்த ஆசன நிலையில் இருப்போரை எளிதில் சாய்த்துவிட முடியாது. உடல் தரையில் நன்கு உறுதியாகப் படிந்திருக்கும். சித்தர்களும் தவயோகிகளும் இந்த ஆசனத்தில் இருந்து கொண்டு, காட்டில் நீண்ட காலம் தவம் இயற்றுவர்.

ஆசனம் செய்முறை

வலது காலை இடது தொடை மீது ஏற்றி, வலது குதிகால் அடிவயிற்றைத் தொடுமாறு வைத்து இருத்தல். அல்லது இடது காலை வலது தொடை மீது ஏற்றி, இடது குதிகால் அடிவயிற்றைத் தொடுமாறு வைத்திருத்தல்.

முதல் முதலில் பத்மாசனம் செய்பவர்கள் அர்த்த பத்மாசனத்திலேயே (பாதி தாமரை ஆசனம்) சில நாட்கள் பழகி வர வேண்டும். முதல் நாள் வலது காலையும் அடுத்த நாள் இடது கரலையுமாக மாற்றி மாற்றிப் பழக வேண்டும்.

முதலில் கூறியவாறு வலது காலை இடது தொடை மீது ஏற்றி, குதிகால் அடிவயிற்றைத் தொடுமாறு வைத்துக்கொண்டு, இப்போது இடது காலை வலது தொடைமீது ஏற்றி இடது குதிகாலும் அடிவயிற்றைத் தொடுமாறு வைத்துக்கொண்டு, கைகளை உள்ளங்கை மேல் நோக்கி இருக்குமாறு மடியில், முதலில் இடதுகையையும் அதன்மேல் வலது கையையும் வைத்துக் கொள்ளலாம். 'பாம்பு முத்திரை' அல்லது படத்தில் காட்டியவாறு உள்ளங்கை மேல்

நோக்கியவாறு கால் மூட்டுகளில் கைகளை வைத்து, ஆள்காட்டி விரலும் கட்டை விரலும் ஒன்றை ஒன்று தொட்டுக் கொள்ளுமாறு (வட்டமாக) வைத்துக் கொள்ளலாம். ஞானமுத்திரை என்று இதற்குப் பெயர். முதுகெலும்புத் தொடரும் தலையும் நேராக இருக்குமாறு வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இந்நிலையே பூரணமான பத்மாசனம் ஆகும்.

தொடக்க காலத்தில் ஒரு நிமிடம் முதல் மூன்று நிமிடங்கள் வரை இவ்வாசனத்தில் இருக்கப் பழகிக் கொண்டு, நாளாவட்டத்தில் தேவைக்கு ஏற்ப நேரத்தை அதிகப்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

முதன் முதல் பழகுபவர்கள் இவ்வாசனத்தைச் செய்ய முற்படுகையில் வலி தோன்றினால் உடனே ஆசனத்தைப் படிப்படியாக, மெதுவாகக் கலைத்து விடவேண்டும். வலியுடன் தொடர்ந்து செய்யக் கூடாது.

ஆசனத்தைக் கலைத்தல் : மேற்கூறிய உச்சநிலையிலிருந்து படிப்படியாக முதலில் இடது கால் பின்பு வலது காலைத் தொடையிலிருந்து கீழிறக்கி, சுக ஆசன நிலைக்கு வந்து பின் எழுந்து நிலை ஒன்றுக்கு வந்து, இறுதியாக வட்ட நிலைக்கு வந்து சேரவேண்டும். இவ்வாசனத்திற்கு மாற்று ஆசனமாகச் சவ ஆசனம் அல்லது பூரண சாந்தி ஆசனம் அமைகிறது.

நன்மைகள்

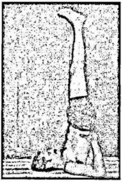
இவ்வாசனத்தினால் மன ஒருமைப்பாடு (Concentration) அதிகரிக்கும். மூட்டுகள் பலம் பெறும். வயதான காலத்தில் கீல்மூட்டு வாதம் வராமல் தடுக்கப்படும். இவ்வாசனத்தினால் செரிமான ஆற்றல் பெருகும். புத்தித் தெளிவும் சுறுசுறுப்பும் ஏற்படும்.

சர்வாங்க ஆசனம் (Shoulder Integral Pose)

சர்வ அங்க ஆசனம் என்ற பெயருக்கு ஏற்றாற்போல் உடல் முழுமைக்கும் நன்மை அளிக்கக்கூடிய ஆசனம் இது.

செய்முறை

வட்ட நிலையிலிருந்து முதல் நிலைக்கு (Attention Position) வந்து பின்னர் இரண்டாவது நிலையில் மல்லாந்து படுத்துக்கொண்டு, உள்ளங்கை மேல் நோக்கியும் உடலோடு ஒட்டியவாறும், கால்கள் இரண்டும் தளர்வாகச் சேர்ந்தவாறும் சிறிது ஓய்வெடுக்க வேண்டும்.



பின்னர் கால்கள் இரண்டையும் மேலே நேராகத் தூக்கி, இடுப்புப் பகுதியில் கைவைத்துத் தாங்கி உடலையும் தூக்கி, படத்தில் காட்டியவாறு நாடியானது (Chin) நெஞ்சுப் பகுதியில் பதிந்து இருக்குமாறு நிற்க வேண்டும். இந்நிலையில் பிடரி மற்றும் தோளிரண்டிலும் உடல் பாரம் முழுதும் ஏறியிருக்கும். கால்கள் தளர்வாக இருக்க வேண்டும். இதுவே உச்சநிலை. இந்நிலையிலே மூன்று நிமிடங்கள் வரை நிற்க வேண்டும். பின்னர் மெதுவாகக் கால்களை மடித்து, உடலை மெதுவாக இடுப்புப் பகுதியில் கைகளால் தாங்கி இறக்கி மீண்டும் நிலை இரண்டுக்கு - மல்லாந்து படுத்த நிலைக்கு வர வேண்டும். அப்படியே சிறிது நேரம் ஓய்வு எடுத்தபின் எழுந்து முதல் நிலைக்கும் பின்னர் வட்ட நிலைக்கும் வந்து ஆசனத்தை முடித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

நன்மைகள்

இந்நிலையில் கழுத்துப் பகுதியில் உள்ள தைராய்டு சுரப்பியில் (வீதன கோளம்) நல்ல குருதி ஓட்டம் பாய்ந்து, நன்கு அழுத்தத்திற்குட்படுவதால், அதன் சுரப்பு நன்கு சீராகத் தூண்டப்பட்டு நன்மை அளிக்கிறது. எனவே இவ்வாசனம் குறை வீதன நோய் (Hypothyroidism) உள்ளவர்களுக்கு நல்ல பலனை அளிக்கிறது. தலை ஆசனம் (சிரசாசனம்) செய்வதால் கிடைக்கும் பலன்களில் 2/3 பங்கு இவ்வாசனத்தால் கிடைக்கிறது.

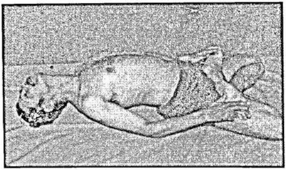
இவ்வாசனத்தால் நினைவாற்றல் பெருகும். நரம்பு மண்டலம் முழுதும் வலுப்பெறும். கால் பகுதியில் உள்ள காரி ரத்தம் (Venous Blood) சீராக இதயத்தை நோக்கிச் செல்லும். கால்களில் நாளச் சுருட்டு (Varicose Veins) உள்ளவர்களுக்கும், மூல நோயாளிகளுக்கும் இது நன்மை அளிக்கக்கூடியது. இவ்வாசனத்தால் தலை நோய்கள், குறிப்பாகக் காது, மூக்கு, தொண்டை நோய்களால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு நன்மை கிடைக்கும்.

மனச்சோர்வு (Depression), தூக்கமின்மை (Insomnia) ஆகிய நோய்களில் இவ்வாசனம் பலனளிக்கும்.

குறிப்பு

அதி குருதி அமுத்த நோயாளிகள் (Hypertensives) இவ்வாசனத்தை யோக மருத்துவரின் ஆலோசனையைப் பெற்றுச் செய்யவும்.

மீன் ஆசனம் (மச்சாசனம்)



செய்முறை

வட்ட நிலையிலிருந்து முதல் நிலைக்கு வந்து, பின் இரண்டாம் நிலையில் சுக ஆசனத்தில் உட்கார வேண்டும். பிறகு இந்நிலையிலேயே வலது கையால் இடது கால் கட்டை விரலையும், இடது கையால் வலது கால் கட்டை விரலையும், பிடித்துக் கொண்டபடி அப்படியே சுக ஆசனத்தில் இருந்தபடியே பின்னோக்கி முதுகும் பிடரியும் தரையில் படியும்வரை, மெதுவாகச் சாய்ந்து, பின் மீண்டும் உடலை முன்னோக்கித் தள்ளி சுக ஆசன நிலைக்கு வரவும். இப்படியாக 5-10 தடவைகள் கிரியை செய்யலாம். பின்னர் கடைசிக் கிரியை செய்யும் சமயம் பின்னோக்கி முதுகுப் பக்கத்தைச் சாய்த்துக் கொண்டு வரும் தருணம், இடுப்புக்குக் கீழே முன்னோக்கி வளைத்துக் கைகள், கால் கட்டை விரல்களைப் பிடித்தபடியே தொடை மற்றும் கால் மூட்டுகள், பாதங்களின் பக்கப் பகுதிகள் தரையில் படிந்திருக்குமாறு கொண்டு வந்து, அப்படியே கைகளைத் தலைக்குப் பக்கவாட்டில் கொண்டு வந்து, தரையில் படுத்து, தலையைப் பின்னோக்கி வளைத்துத் தூக்கி

உச்சந்தலை தரையில் படிந்திருக்குமாறும், முதுகுப் பகுதியைப் பின்னோக்கி வளைந்திருக்குமாறும் வைத்துக் கொண்டு (படத்தில் காட்டியவாறு), கைகளைக் கும்பிட்டபடியே (கும்பிடு கிரியை) இரண்டு நிமிடங்கள் வரை வைத்துக் கொண்டிருக்கலாம். மூச்சு இயல்பாய் ஓடிக்கொண்டிருக்க வேண்டும். இரண்டு நிமிடங்கள் கழித்துக் கைகளைத் தலைக்குப் பக்கவாட்டில் கொண்டு வந்து, தரையில் பதித்துத் தலையைத் தூக்கி நேராகத் தரையில் பிடரியும் படிந்த நிலைக்கு வந்து, பின் கைகளால் கால் கட்டை விரல்களை முன் போலவே பிடித்தவாறு இடுப்பைப் பின்னோக்கி வளைத்துப் பின் அப்படியே தலையையும் உடலையும் முன்னோக்கி வளைத்து மீண்டும் 5-10 கிரியைகள் செய்துவிட்டு, சுக ஆசன நிலைக்கு வந்து அமரவும். பின் எழுந்து முதல் நிலைக்கும் பின்பு வட்ட நிலைக்கும் வந்து ஆசனத்தை முடித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

குறிப்பு

சுக ஆசனத்திற்குப் பதில் படத்தில் காட்டியவாறு தாமரை ஆசன நிலையிலும் இவ்வாசனத்தைச் செய்யலாம்.

நன்மைகள்

இவ்வாசனமானது சர்வாங்க ஆசனத்திற்கு மாற்று ஆசனமாகும். அதிவீதன நோயில் (Hyperthyroidism) நன்மை அளிக்கும். உடலின் துர்நாற்றம் நீங்கும். முதுகுத்தண்டு பலம் பெறும். முதுகிலுள்ள சிறிய தசைகள் வலுப்பெறும். மார்பு விரியும். சுவாசப் பைகள் விரிவடையும். சுவாசப் பாதையில் ஏற்படும் நோய்களுக்கு இவ்வாசனம் நன்மை அளிக்கும். கால் மூட்டுகள் பலம் பெறும். செரிமான சக்தி பெருகும்.

வச்சிராசனம்

செய்முறை

முதல் நிலையாகிய கால்கள் இரண்டையும் சேர்த்தவாறு நேராக நிற்கும் நிலையிலிருந்து அப்படியே மண்டியிட்டவுடன், குதிகால்களை அகல விரித்து அதன் மீது அமர வேண்டும். கழுத்தும் முதுகுத்தண்டும் நேராக இருக்க வேண்டும்.

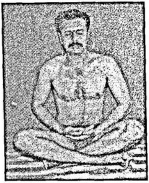
நன்மைகள்

செரிமான சக்தி பெருகும். மலச்சிக்கல் நீங்கும். பசி நன்கு ஏற்படும். தோள்கள், கால் மூட்டுகள் பலம் பெறும். இன விருத்தி உறுப்புகளும், வயிற்றுள் அமைந்துள்ள பிற மென் உறுப்புகளும் புத்துணர்ச்சி பெறும். முதுகுத்தண்டுக்கும் முதுகெலும்புகளுக்கும் பலம் கிடைக்கும். வீதன (Thyroid), மற்றும் பக்கவீதன (Parathyroid) கோளங்களுக்கு நன்கு குருதி ஓட்டம் கிடைக்கும். இது தியானத்திற்குரிய ஆசனங்களுள் ஒன்றாகும்.

குறிப்பு

கால் மூட்டிலுள்ள சில்லெலும்பு முறிவுக்குள்ளானவர்கள் இவ்வாசனத்தைச் செய்யக் கூடாது.

சுக ஆசனம்



தியானத்திற்குரிய ஆசனங்களில் மிக எளிதாகச் செய்யக்கூடிய ஆசனம் ஆகும். சாதாரணமாகச் சப்பணமிட்டு அமர்வது இவ்வாசனத்தின் முறைகளுள் ஒன்றாகும்.

செய்முறை

முதலில் கால்கள் இரண்டையும் முன்னால் நீட்டியபடி அமரவும். இடது முழங்காலை மடக்கி, இடது பாதத்தின் அகப்பக்கம் (அகக்கணுப் பகுதி) வலது தொடையின் அடியில் பதிந்து இருக்குமாறு வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். இப்போது வலது முழங்காலை மடக்கி, வலது பாதத்தின் அகக்கணுப் பகுதி இடது காலின் கெண்டைச்சதையின் இடப் பகுதியில் பதிந்த நிலையில் வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். இந்நிலையில் இரண்டு கால்களின் விரல்களும் வெளித்தோற்றமாய்த் தெரியும் நிலையில் இருக்க வேண்டும்.

மற்றொரு முறை

முதன்முதலாக (இடது முழங்காலுக்குப் பதிலாக) வலது முழங்காலை மடக்கி, வலது பாதத்தின் அகப்பக்கம் (அகக்கணுப் பகுதி) இடது தொடையின் அடியில் பதிந்து இருக்குமாறு வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். இப்போது இடது முழங்காலை மடக்கி, இடது பாதத்தின் அகக்கணுப் பகுதி வலது காலின் கெண்டைச்சதையின் இடது புறத்தில் பதிந்த நிலையில் வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். இந்நிலையில் இரண்டு கால்களின் விரல்களும் வெளியே தெரியும்படி இருக்க வேண்டும். மேற்சொன்ன இரண்டு முறைகளையும் மாற்றி மாற்றி பயன்படுத்திக்கொண்டு வரலாம்.

இவ்வாறு எந்த ஒரு முறையில் செய்து வரும்போதும், உள்ளங்கை மேல்நோக்கி இருக்கும் நிலையில் இடது கையை முதலில் மடியில் வைத்து அதன் மீது வலது கையையும் அதேபோல் வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். இதற்கு பைரவ முத்திரை என்று பெயர். முதுகு, கழுத்து, தலை முதலியன நேராக இருக்க வேண்டும். கண்களை மூடியபடி வைத்திருக்க வேண்டும்.

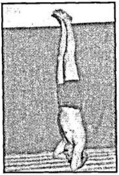
பைரவ முத்திரைக்குப் பதிலாகச் சின் முத்திரை அல்லது ஞான முத்திரையையும் அனுசரிக்கலாம்.

நன்மைகள்

இவ்வாசனத்தில் நெடுநேரம் தியான நிலையிலோ, சமாதி நிலையிலோ இருக்கலாம். மிகவும் எளிதாகவும், வசதியாகவும் இருப்பதால், எல்லா யோக சாதகர்களும் இவ்வாசனத்தைக் கடைப்பிடிக்கிறார்கள். இவ்வாசனத்தால் மன ஒருமைப்பாடும், மன அமைதியும் கிடைக்கும்.

தலை ஆசனம் (Head Pose)

இது 'சிரசாசனம்' என்றும் அழைக்கப்பெறும். இவ்வாசனம் பலராலும் சிறப்பாகச் சொல்லப்படக்கூடிய ஆசனம். என்றாலும் இதனை 25 வயதுக்கு உட்பட்டவர்கள் செய்யக்கூடாது. ஏனெனில் ஒரு மனிதனின் கபால எலும்புகள் நன்கு முதிர்ந்து பலம் அடைவது 25 வயதில்தான். எனவே அதற்கு முன்பாக இதனைச் செய்வது மூளைப் பகுதிகளில் அதிகமான, தேவையில்லாத அழுத்தத்தைக் கொடுத்து, தீமைகள் விளைவிக்க ஏதுவாகும். 25 வயதிலிருந்து இவ்வாசனத்தைச் செய்து வரலாம். ஆனால் அதிகபட்சமாக 3 நிமிடங்கள் வரைதான் செய்ய வேண்டும்.



செய்முறை

சமதளத்தில் கனமான துணி அல்லது மடித்த போர்வையை விரித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். அதனருகே முதலில் மண்டியிட்டு அமர வேண்டும். பின்னர் கைகளை ஊன்றி, உடலை முன்புறமாக வளைத்து, உச்சந்தலையைத் துணி அல்லது போர்வையின் மீது படிந்து இருக்குமாறு வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். பின்னர் கைகளைக் கோர்த்துக் கொண்டு பிடரியை அணைத்தவாறு முழங்கைகள் ஊன்றித் தாங்கிய நிலையில் கால்களைத் தூக்கி, உடலும் கால்களும் நேராக இருக்குமாறு தலைகீழாக நிற்கும் நிலைக்கு வர வேண்டும். இதுவே உச்சநிலை ஆகும். தலை, கழுத்துப் பகுதியில் வலி அதிகமாக ஏற்படுமாயின் உடனே மெதுவாக முழங்கால்களை மடித்து, உடலை வளைத்துக் கால்களை ஊன்றி, பின் மண்டியிட்டு மெதுவாக எழுந்து நின்று ஆசனத்தைக் கலைக்க வேண்டும். அவ்வாறு வலி ஏற்படாமல் இருந்தால் மூன்று நிமிடங்கள்

வரை ஆசனத்தின் உச்சநிலையில் இருந்துவிட்டு, பின் மேலே சொன்னவாறு படிப்படியாக ஆசனத்தைக் கலைத்துவிட வேண்டும்.

நன்மைகள்

தலைப் பகுதி உறுப்புகளுக்கு அதிக அளவு இரத்தம் பாய்ந்து, அவை பலம் பெறுகின்றன. குறிப்பாக மூளைக்கு அதிகப்படியான குருதி ஓட்டம் செல்வதால் மூளைச் செல்கள் அதிகமான ஊட்டம் பெற்று, புத்துணர்வு பெறுகின்றன. அதன் காரணமாக நினைவாற்றல், சுறுசுறுப்பு, புத்தித் தெளிவு முதலியன அதிகரிக்கின்றன கண், காது, மூக்கு, தொண்டை முதலிய தலைப் பகுதி உறுப்புகளின் நோய்த் தடுப்பு ஆற்றல் அதிகரிக்கிறது.

குறிப்பாக, Migraine என அழைக்கப்படும் ஒற்றைத் தலைவலி, தலை முடியைப் பற்றிய வழுக்கை, இளநரை மற்றும் பிட்யூட்டரி முதலிய நாளமில்லாச் சுரப்பிக் கோளங்கள் பற்றிய நோய்கள் வராமல் தடுக்க ஏதுவாகிறது.

இவ்வாசனம் செய்வோர்க்கான எச்சரிக்கை

ஆசனத்தின்போது தலையைச் சமமாகப் படியுமாறு வைத்திருக்க வேண்டும். ஒரு பக்கமாகத் தலை திரும்பி இருக்கும் நிலையில் வைத்தால், கழுத்துப் பகுதியில் சுளுக்கு ஏற்பட வாய்ப்புண்டு.

ஆசனத்தின்போது கண்கள் மிகவும் சிவப்பேறி, இரத்தம் பீறிட்டது போன்று இருந்தால், உடனே ஆசனத்தைப் படிப்படியாகத் தளர்த்திக் கலைத்துவிட வேண்டும்.

இவ்வாசனத்தை இரண்டு முதல் மூன்று நிமிடங்கள் வரையில்தான் செய்தல் வேண்டும். அதற்கு மேல் செய்தல் கூடாது.

தலை ஆசனம் செய்யக் கூடாதவர்கள்

மண்டையோடு பலப்படாமல் மிருதுவாக இருப்பவர்கள்; அதிவீதன நோய் (Hyperthyroidism) காரணமாகவோ அல்லது வேறு காரணமாகவோ கண்கள் பிதுங்கிக்கொண்டு (Protruded Eyeball) இருப்பவர்கள்; சகன வாதம் (Cervical Spondylosis) எனப்படும் கழுத்துப் பகுதியில் எலும்பு, நரம்பு மற்றும் தசைகளைப் பாதிக்கும் நோய் உள்ளவர்கள்; விழி அழுத்த மிகைப்பு நோய் (Glaucoma) உடையவர்கள்; ஒற்றைத் தலைவலி நோய் (Migraine) உடையவர்கள் ஆகியோர் தலை ஆசனத்தைச் செய்யக்கூடாது.

மர ஆசனம் (Tree Pose)

இது தலை ஆசனத்திற்கு மாற்று ஆசனம் ஆகும்.

செய்முறை

சமதளத்தில் ஒரு விரிப்பில் இரு முழங்கால்களையும், பாதங்களையும் சேர்த்த நிலையில் முதுகையும், தலையையும் நேராக நிமிர்த்திப் பார்வையையும் முன்னே செலுத்தியவாறு நின்று கொள்ள வேண்டும்.

பின்னர் படத்தில் காட்டியவாறு, இடது முழங்காலை மடக்கி. இடது பாதத்தை வலது தொடையின் மேல் பகுதியில் உட்புறமாகப் பதித்தவாறு, அதாவது தொடை இடுக்கில், குதிகாலைச் செருகிய நிலையில் வைக்க வேண்டும். கீழே விழுந்துவிடாதபடி சமநிலையில் உறுதியாக நிற்க வேண்டும். பின்னர் கைகள் இரண்டையும் தலைக்கு மேலாக உயர்த்தி, கும்பிட்ட நிலையில் வைத்திருக்க வேண்டும். இப்படியே இரண்டு முதல் மூன்று நிமிடங்கள் வரை நிற்கலாம். சுவாசம் இயல்பாய் இருக்கும்படி பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். இதே ஆசனத்தைத் தனியே எவ்வளவு நேரம் வேண்டுமானாலும் (கண்களை மூடிக் கொண்டும்) செய்யலாம். கால்களைச் சமகால அளவிற்கு மாற்றி மாற்றிச் செய்தல் வேண்டும். அல்லது ஒவ்வொரு நாளும் ஒவ்வொரு காலாக மாற்றி மாற்றிச் செய்யலாம்.

நன்மைகள்

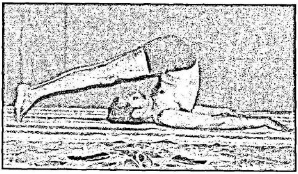
இவ்வாசனத்தை 'விருட்ச ஆசனம்' என்றும் 'ஏகபாத ஆசனம்' என்றும் அழைப்பதுண்டு. இறைவன் திருநாமத்தைச் சொல்லி ஜெபம் செய்வதற்கு இவ்வாசனம் சிறந்ததாகும். மனத்தை ஒருமைப்படுத்தும் ஆற்றலும் மன உறுதியும்

அதிகமாகிறது. உடலின் சோம்பல் நீங்கி நாள் முழுவதும் சுறுசுறுப்புடன் செயல்படுவதற்கு இவ்வாசனம் உதவுகிறது. உடலின் இரத்த ஓட்டம், வெப்ப ஓட்டம் மற்றும் காற்றோட்டம் சமச்சீர்படுகிறது.

ஆசனம் செய்யக்கூடாதவர்கள்

சிறுமூளை பாதித்தவர்கள், இரத்தக் கொதிப்பு நோய் உடையவர்கள் மற்றும் முழங்கால் மூட்டுகள், இடுப்புப் பொருத்து தேய்ந்து பாதிப்படைந்தோர் இவ்வாசனத்தைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

கலப்பை ஆசனம் (Plough Pose)



இதனை 'ஹலாசனம்' என்றும் வடமொழியில் அழைப்பர். 'ஹலா' என்பதற்குத் தமிழில் 'கலப்பை' என்று பொருள். இந்த ஆசனத்தின்போது உச்ச நிலையில் உடலானது கலப்பையைப் போன்ற அமைப்பில் தோற்றம் அளிக்கின்ற காரணத்தினால் இப்பெயர் ஏற்பட்டது.

செய்முறை

வட்ட நிலையிலிருந்து முதல் நிலையாகிய கால்களைச் சேர்த்து நிற்கும் நிலைக்கு (Attention position) வந்து, பின் அப்படியே விரிப்பின் மீது மல்லாந்து படுத்துக்கொள்ள வேண்டும். கைகள் இரண்டையும் நேராக உடலின் பக்கவாட்டில் உள்ளங்கைகள் தரைவிரிப்பில் பதிந்தவாறு வைத்துக்கொண்டு, பின் உள்ளங்கையில் அழுத்தம் கொடுத்து, கால்கள் இரண்டையும் சர்வாங்காசனத்தில் செய்வது போல் முழங்கால்களை மடித்த நிலையில் தூக்கி வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். பின்னர் அப்படியே கால்களை நேராக நீட்ட

வேண்டும். அதன்பின் இடுப்புப் பகுதியைத் தூக்கிய நிலையில், கால்களைத் தலைப் பக்கமாக வளைத்துப் படத்தில் காட்டியவாறு கால்விரல்கள் தரையைத் தொட்டு இருக்குமாறு கொண்டுவர வேண்டும். முழங்காலை மடக்காமல் கால்கள் நேராக இருக்குமாறு வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். பாதங்களுக்கு இடையில் இடைவெளி இல்லாமல் ஒன்று சேர்த்தவாறு வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். இதுவே ஆசனத்தின் உச்சநிலை ஆகும். மூச்சு இயல்பாக ஓடிக் கொண்டிருக்குமாறு பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். இந்நிலையிலேயே 3-5 நிமடங்கள் வரை இருக்கலாம்.

பின்னர் படிப்படியாக ஆசனத்தைக் கலைத்துக்கொண்டே வந்து, மல்லாந்து படுத்த நிலையில் சிறிது ஓய்வு எடுத்துக்கொள்ளலாம். இவ்வாசனத்தை எச்சரிக்கையாகவும், நிதானமாகவும் செய்ய வேண்டும்.

நன்மைகள்

இவ்வாசனத்தினால் மூளையும் தண்டுவடமும் வலுவடையும். நன்கு பசி எடுக்கும். மலச் சிக்கல் நீங்கும். இரப்பை, கல்லீரல், மண்ணீரல், குடல், சிறுநீரகங்கள், கணையம், ஆகிய வயிற்று உறுப்புகளில் ஏற்படும் நோய்களில் இவ்வாசனம் நன்மையளிக்கும். மதுமேகம் (Diabetes Mellitus), வஞ்சனகாத பிதுக்கம் (Inguinal Hernia) ஆகிய நோய்களில் பலன் அளிக்கும். பாலவாதம் எனப்படும் இளம்பிள்ளைவாத (Poliomyelitis) நோய் வராமல் தடுக்க உதவும். முதுகுப் பகுதியில் ஏற்படும் நரம்பு அழுத்த வலி (Pinched Nerve) நோயில் நல்ல பலன் கொடுக்கும். மலட்டுத் தன்மை உடைய பெண்களுக்கு நன்மை உண்டாகும். அதிகுருதி அழுத்த நோய் (இரத்தக் கொதிப்பு) குறைய துணை செய்யும். வீதன கோளத்தை (Thyroid) ஓரளவுக்குத் தூண்டி, அதன் இயக்கத்தைச் சீர்படுத்தும்.

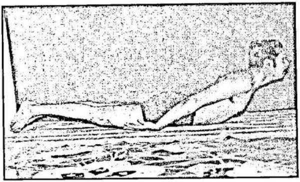
குறிப்பு

முதுகெலும்பு இடைத்தட்டுப் பிதுக்கம் (Disc Prolapse) உடையவர்கள் இவ்வாசனத்தைச் செய்யலாகாது.

பாம்பு ஆசனம் (Serpent Pose)

இதனைப் புஜங்காசனம் என வடமொழியில் அழைப்பர். 'புஜங்கம்' என்றால் 'நாகப் பாம்பு' என்று பொருள். பாம்பு தலையைத் தூக்கிப் படம் விரித்து நிற்பது போன்று இவ்வாசனத்தின் உச்சநிலை அமையும். ஆகையால் இப்பெயர் ஏற்பட்டது.

'சர்ப்பாசனம்', 'நாகாசனம்' என்ற பெயர்களாலும் இவ்வாசனம் அழைக்கப் பெறுகிறது. இது கலப்பை ஆசனத்திற்கு மாற்றாக அமைகிறது.

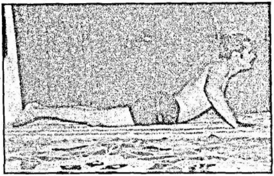


செய்முறை

கால்களை நீட்டிய நிலையில் குப்புறப் படுத்துக்கொள்ள வேண்டும். கால்கள் இரண்டும் சேர்ந்திருக்குமாறும் உள்ளங்கால்கள் மேல்நோக்கிப் பார்த்தவாறு இருக்குமாறும், கைகள் இரண்டும் பக்கவாட்டில் உடலோடு ஒட்டியபடி நீட்டியவாறும், உள்ளங்கைகள் மேல்நோக்கி இருக்குமாறும் வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். நாடியைத் தரை விரிப்பின் மேல் பதிந்து இருக்குமாறு வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். பிறகு தொப்புளுக்கு மேல், உடலின் மேல் பகுதியாகிய நெஞ்சுப் பகுதியையும், தலையையும் சிறிது சிறிதாக எவ்வளவு முடியுமோ அவ்வளவு தூரம் உயர்த்தி, அந்நிலையிலேயே ஐந்து முதல் பத்து வினாடிகள் வரை (படத்தில் காட்டியவாறு) இருக்கலாம். பின்பு படிப்படியாக ஆசனத்தைக் கலைக்க வேண்டும். நெஞ்சையும் தலையையும் மெதுவாகக் கீழிறக்கி, நாடிப் பகுதி விரிப்பில் படியுமாறு பதித்து, கைகளையும் உடலையும் தளர்த்தி, சிறிது ஓய்வெடுத்துப் பின் மெதுவாக எழுந்து முதல் நிலைக்கும் பின் வட்ட நிலைக்கும் வர வேண்டும். ஆரம்பத்தில் இவ்வாசனத்தில் உச்சநிலையில் மூன்று முதல் ஐந்து வினாடிகள் வரை இருந்தால் போதுமானது. நன்கு பழகிய பின்பு, கால அளவைக் கூட்டிக் கொள்ளலாம். குப்புறப் படுத்த நிலையிலிருந்துகொண்டு நெஞ்சையும் தலையையும் நிமிர்த்தி (பாம்பு படம் எடுப்பது போன்று), உச்ச நிலைக்கு வருவதை மூன்று முதல் ஐந்து தடவைகள் வரை செய்யலாம். இவ்வாறு செய்வதை நல்ல பாம்பு ஆசனம் (Cobra pose) என்பர். இதே ஆசனத்தை வேறு ஒரு முறையிலும் செய்யலாம். குப்புறப் படுத்த நிலையில்,

கைகளை நேராக உடலோடு சேர்த்து வைத்துக்கொண்டு உச்சநிலைக்கு வருவதற்குப் பதிலாக, கைகளை விலாப் பக்கங்களில் தரைவிரிப்பின் மீது முழங்கையை மடித்த நிலையில் ஊன்றி, நெற்றியும் மோவாயும் தரையில் லேசாகப் பதிந்தவாறு வைத்து, சிறிது ஓய்வெடுத்துக்கொண்டு அப்படியே தலை, நெஞ்சுப் பகுதிகளைச் சிறிது சிறிதாக மேல் நோக்கி உயர்த்தி, முதுகுப் பகுதி பின்னாக வளைந்து இருக்குமாறு கொண்டுவந்து உச்ச நிலைக்கு வர வேண்டும். இடுப்புக்கு மேலேதான் உடலை உயர்த்த வேண்டும். இடுப்புப் பகுதியும் பாதங்களும் தரை விரிப்பில் படிந்து இருக்குமாறு வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். இப்படியே ஐந்து முதல் பத்து வினாடிகள் வரை இருக்கலாம். இவ்வாறு செய்யும் முறையை 'விட்டில் பாம்பு ஆசனம்' என்று அழைப்பர். பிறகு மெதுவாகக் கைகளின் அழுத்தத்தைக் குறைத்து நெஞ்சையும் தலையையும் இறக்கி, முன்பு சொன்னவாறு நெற்றியும் மோவாயும் தரையில் படிந்து இருக்குமாறு வைத்து, சிறிது ஓய்வு எடுத்துக்கொள்ளலாம். இவ்வாறு குப்புறப் படுத்த நிலையிலிருந்து உச்ச நிலைக்கு வருவதை இரண்டு முதல் ஐந்து தடவைகள் வரை செய்யலாம்.

விட்டில் பாம்பு ஆசனம்



நன்மைகள்

சிறிய முதுகுத் தசைகளும், வயிற்றுத் தசைகளும் பலம் பெறுகின்றன. தண்டுவடமும் முதுகு நரம்புகளும் பலம் பெறுகின்றன. பிற்காலத்தில் கூன் முதுகு ஏற்படாவண்ணம் தடுக்கப்படுகிறது. வயிற்று உள் உறுப்புகள் சீரான இயக்கம் பெறுகின்றன. செரிமான ஆற்றல் பெருகுகிறது. மலச்சிக்கல் நீங்குகிறது. தூக்கமின்மை, மறதி முதலியவை நீங்குகின்றன. பெண்களுக்குக் கருப்பையும் சூலகங்களும் நன்னிலையில் இயங்கி, மாத விடாய்க் கோளாறுகள் ஏற்படாமல் நீங்குகின்றன. ஆண்களுக்கு விந்து சக்தி தூக்கத்தின் போதும், சிறுநீர்

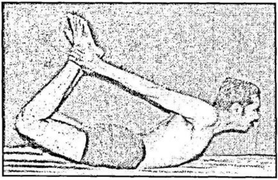
கழிக்கையிலும் வெளிப்படுவதைத் தடுத்து, விந்து சக்தி பாதுகாக்கப்படுகிறது. முள்ளெலும்பு இடைத்தட்டுப் பிதுக்கம் (Prolapsed Disc) உடையவர்களுக்கு நோயின் தன்மை அறிந்து, யோக மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி இவ்வாசனத்தைப் பயிற்றுவித்தால் நன்மை அளிக்கும்.

குறிப்பு

இடுப்பு முள்ளெலும்புப் பகுதியில் முன்னோக்கிய சவ்வு (Lumbar Lordosis) உடையவர்களும், பின் நரம்பு அழுத்த நோய் (Pinched Nerves) உடையவர்களும் இவ்வாசனத்தைச் செய்யலாகாது.

வில்லாசனம் (Bow Pose)

இதனை வடமொழியில் 'தனுராசனம்' என்றழைப்பர். 'தனுர்' என்றால் 'வில்' என்று பொருள்.



செய்முறை

முதலில் குப்புறப் படுத்துக்கொள்ள வேண்டும். நாடிப் (Chin) பகுதியைத் தரையில் பதித்தவாறு, முகத்தை நேராக இருக்குமாறு தலைப் பகுதியைத் தாங்கிக்கொண்டு இருக்க வேண்டும். கைகளை உடம்பின் பக்கங்களில், உள்ளங்கை மேல் நோக்கி இருக்குமாறு தளர்வாக வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். கால்களை நீட்டியபடியும் உள்ளங்கால் மற்றும் விரல்கள் மேல் நோக்கி இருக்கும்படியும் வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். பின்னர் முழங்கால்களை மடக்கி, நெஞ்சையும் தலையையும் நிமிர்த்தித் தூக்கிய நிலைகளில் கைகளைக் கொண்டு கணுக்கால்களின் சிறுத்த பகுதிகளைப் பிடித்தவாறு தொடைகளையும் தூக்க

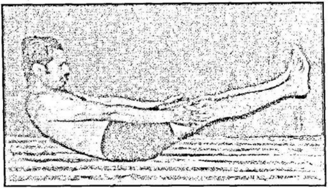
வேண்டும். இறுதி நிலையில் படத்தில் உள்ளவாறு வயிற்றுப் பகுதி மட்டுமே தரையைத் தொட்ட நிலையில், வில் போல் உடல் பின்னோக்கி வளைந்து காணப்படும். பார்வை நேராக இருக்க வேண்டும். இரண்டு முதல் மூன்று நிமிடங்கள் வரை இந்நிலையில் இருக்கலாம். மூச்சு இயல்பாக ஓடிக்கொண்டிருக்க வேண்டும்.

நன்மைகள்

தண்டுவடமும் முதுகெலும்பும் பலப்படும். வயதான காலத்தில் கூன் முதுகு ஏற்படாது. தொப்பை ஏற்படாது. முதுகெலும்பின் பக்கங்களில் உள்ள சிறிய தசைகள் பலப்படும். நீரிழிவு நோய் வராமல் தடுக்கவும், வந்தால் கட்டுப்படுத்தவும் உதவும். செரிமான சக்தி பெருகும். வயிற்றின் உள்ளுறுப்புகள் தூண்டப்படும்.

படகாசனம் (Boat Pose)

இதனை வடமொழியில் 'நௌகாசனம்' என்று அழைப்பர். ஆசனத்தின் இறுதி நிலையில் உடலானது படகு போல் தோற்றம் கொள்வதால் இப்பெயர் பெற்றது.



செய்முறை

கைகளைப் பக்கவாட்டில் வைத்தவாறு மல்லாந்து படுத்துக்கொள்ள வேண்டும். இரண்டு கால்களையும் முழங்கால் மூட்டு மடங்காது நேராக இருக்கும் நிலையில் உயரத் தூக்க வேண்டும். அதே சமயத்தில் கைகளை இருபுறமும் உயர்த்தி, தலையையும் உடலையும் முன்னோக்கி வளைத்துத் தூக்கி, உடல் பாரம் முழுவதையும் ஆசனப் பகுதி தாங்குமாறு கொண்டுவர வேண்டும். முழங்கைகள் மடங்காதவாறு கைகளை நீட்டி முழங்கால் மூட்டுகளின் அருகில்,

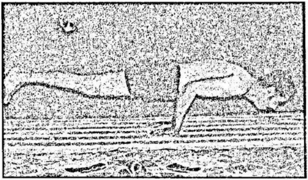
படத்தில் காட்டியவாறு வைத்திருக்க வேண்டும். பார்வையானது கால்விரல்களை நோக்கி இருக்க வேண்டும். சுவாசம் இயல்பாய் ஓடிக்கொண்டிருக்க வேண்டும். ஒன்று முதல் இரண்டு நிமிடங்கள் வரை இந்நிலையில் இருக்கலாம்.

நன்மைகள்

இதனால் வயிற்றுப் பேசிகள் பலப்படும். வாய்வுத் தொல்லைகள் நீங்கும். காலில் தொடைப் பேசிகளும் வலுப்பெறும். ஏப்பம், விக்கல் நீங்கும். வயிற்று உள் உறுப்புகள் தூண்டப்படும்.

மயிலாசனம் (Peacock Pose)

இதனை வடமொழியில் 'மயூராசனம்' என்றழைப்பர்.



செய்முறை

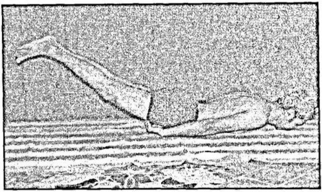
முதலில் குப்புறப் படுத்துக் கொள்ள வேண்டும். கைகளைப் பக்கவாட்டில் வைத்து, உள்ளங்கைகளைத் தரையில் ஊன்றி, விரல்கள் கால்களை நோக்கி இருக்குமாறு பதித்து, தலை, நெஞ்சு, வயிற்றுப் பகுதிகளைத் தூக்க வேண்டும். பின்னர் முழங்கைகளை மடக்கி நெருக்கி வயிற்றுப் பகுதியிலும் விலாப் பகுதிகளிலும் முழங்கை மூட்டுக்கும் மேற்கையின் பின்புறமும் பதிந்து இருக்குமாறு வைத்து (படத்தில் காட்டியவாறு), பின்னர் இரு கால்களையும் தூக்கி, உடலை நேராக வைத்த நிலையிலும், உடல் பாரம் முழுவதையும் இரு கைகளிலும் வயிற்றுப் பகுதியிலும் ஏற்றிய நிலையில் இரண்டு முதல் மூன்று நிமிடங்கள் வைத்திருக்கலாம். பின்னர் மெதுவாகக் கால்களை இறக்கி, கைகளைத் தளர்த்தி உடலையும் தலையையும் இறக்கி மீண்டும் குப்புறப்படுக்கும்

நிலைக்கு வர வேண்டும். சிறிது ஓய்வு எடுத்துவிட்டு எழுந்திருக்கவும். சுவாசம் இயல்பாக ஓடிக்கொண்டிருக்க வேண்டும்.

நன்மைகள்

வயிற்றுப் பேசிகள் பலப்படும். வயிற்று உள் உறுப்புகள் நன்கு தூண்டப்படும். செரிமான சக்தி பெருகும். நன்கு பசி எடுக்கும். நீரிழிவு நோய் கண்டவர்களுக்கு இவ்வாசனத்தால் நல்ல பலன் கிடைக்கும். கைகள் வலிமை பெறும்.

விட்டிலாசனம்



செய்முறை

உள்ளங்கால்கள் மேல் நோக்கி இருக்குமாறு கால்களை நீட்டி, நாடிப் (Chin) பகுதி தரையில் பதிந்திருக்குமாறும் கைகளைப் பக்கவாட்டில், உள்ளங்கைகள் மேல் நோக்கிய நிலையிலும் வைத்துக் குப்புறப் படுக்க வேண்டும். படத்தில் காட்டியவாறு மோவாய்ப்பகுதி தரையில் பதிந்திருக்குமாறும் வைத்துக் கொள்ளலாம். இப்போது இரு கால்களையும் முழங்கால்களை மடக்காமல் நேராக நீட்டியவாறே பின்னோக்கி உயரத் தூக்க வேண்டும். இப்படிச் செய்ய சிரமப்படுபவர்கள் உள்ளங்கைகளை தொடைகளுக்குக் கீழாக வைத்துத் தாங்கிப் பிடித்தவாறு மேல் நோக்கி அழுத்தம் கொடுத்த நிலையில் எளிதாக இரு கால்களையும் உயர்த்தி வைக்கலாம்.

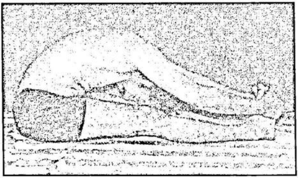
ஒன்று முதல் இரண்டு நிமிடங்கள் வரை இருந்துவிட்டு, கைகளை விலக்கிக் கால்களைத் தரையில் இறக்கி, பின் கைகளைத் தரையில் ஊன்றி மெதுவாக எழுந்து நிற்கவும்.

நன்மைகள்

கால் தொடைத் தசைகள் வலுப்பெறும், ஆசனப் பகுதியில் உள்ள தசைகளும் வலுப்பெறும். இடுப்பு எலும்புகள் பலம் பெறும். வயிற்று உறுப்புகளுக்கு இரத்த ஓட்டம் சீராக அமையும்.

பச்சிமோத்தாசனம்

'பச்சிமா' என்பது தலையிலிருந்து கால்கள் வரை உள்ள உடலின் பின் புறப் பகுதியைக் குறிப்பது. பிடரி, பின் கழுத்து, முதுகு, ஆசனம், கெண்டைச் சதை, குதிகால் முதலியவை அடங்கியது. இவ்வாசனத்தில் உடலின் பின் பகுதிகள் தூண்டலுக்கு உட்படுத்தப்படுவதால் இப்பெயர் ஏற்பட்டது எனலாம்.



செய்முறை

கால்களைச் சேர்த்து முன்னே நீட்டியவாறு அமர்ந்துகொள்ள வேண்டும். மெதுவாக முன் புறமாகக் குனிந்து, முகமானது இரு முழங்கால் மூட்டுகளுக்கும் இடையே பதிய வரும் நிலைக்குக் கொண்டு வரவேண்டும். அதே சமயத்தில் கைகளை நீட்டிப் பாதங்களைப் பிடித்துக்கொள்ள வேண்டும். அவ்வாறு செய்யும்போது முழங்கால்களை மடங்காமல் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். முன்னே குனியும்போது சுவாசத்தை வெளிவிட்டுக் கொண்டே வந்து ஆசனத்தின் உச்சநிலையை அடைந்ததும் சுவாசம் இயல்பாக ஓடிக் கொண்டிருக்கும்படி

பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். இந்நிலையில் ஒன்று முதல் மூன்று நிமிடங்கள் வரை இருந்துவிட்டு ஆசனத்தைத் தளர்த்திவிடலாம்.

இவ்வாசனம் எளிதில் வந்துவிடாது. நீட்டிய கைகளைக் கொண்டு முதலில் கால் பெருவிரலைத் தொட முயற்சி செய்து, படிப்படியாகப் பயிற்சி செய்து பாதங்களைப் பிடித்துக்கொள்ளும் நிலையை அடையலாம்.

நன்மைகள்

வயிற்றின் உள்ளுறுப்புகள் தூண்டப்படும். செரிமான ஆற்றல் பெருகும். நன்கு பசி எடுக்கும். முதுகுத்தண்டு, கால்கள் வலுப்பெறும். ஆண்மை பெருகும்.

அர்த்த மச்சேந்திராசனம்

'மச்சேந்திரநாத்' என்ற யோகியின் பெயரால் அழைக்கப்படும் ஆசனம் ஆகும்.

செய்முறை

முதலில் சுக ஆசனத்தில் அமர்ந்துகொள்ள வேண்டும். வலது முழங்காலை லேசாக நீட்டி, வலது பக்க ஆசனப் பகுதியைச் சிறிது உயர்த்திய நிலையில், இடது முழங்காலை நன்கு மடக்கி, இடது குதிகாலின் மேல் வலது ஆசனப் பகுதியை இறக்கிப் பதித்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். வலது முழங்காலைச் சிறிது நீட்டி, வலது பாதத்தைப் படத்தில் காட்டியவாறு, இடது முழங்கால் மூட்டுக்கு இடப்புறமாகத் தரையில் பதித்த நிலையிலும், இடது கையை அதன் முழங்கை மூட்டு வலது முழங்கால் மூட்டிற்கு வலப்புறமாகப் பதிந்த நிலையிலும் நேராக நீட்டி, பாதத்தைப் பிடிக்கும் நிலைக்குக் கொண்டு

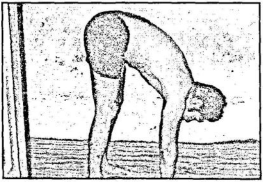
வரவேண்டும். வலது கையை முதுகுப்புறமாகக் கொண்டு சென்று, உள்ளங்கை வெளியே தெரியும்படி புறங்கையை இடுப்பின் கீழ், இடது பக்கம் வரை கொண்டு சென்று பதித்து வைக்கவேண்டும். தலையை வலப்புறமாகத் திருப்பி அத்திசையிலேயே பார்வையைச் செலுத்த வேண்டும். இப்படியே ஒன்று முதல் இரண்டு நிமிடங்கள் வரை இருந்து விட்டு, பின் காலை மாற்றிச் செய்து இதே போல் ஒன்று முதல் இரண்டு நிமிடங்கள் வரை இருக்கலாம்.

நன்மைகள்

இடுப்பு, முதுகு, தொடை, கை, கால் மற்றும் கழுத்துப் பகுதி நரம்புகள் வலுவடையும். வயிற்று உள் உறுப்புகள் நன்கு தூண்டப்பட்டு செரிமான சக்தி பெருகும். நன்கு பசி எடுக்கும். சிறுநீர் சம்பந்தமான நோய்கள், பெண்களுக்கு ஏற்படும் வெட்டை நோய் ஆகியவை குணமாகத் துணை நிற்கும்.

கஜ ஆசனம் (Elephant Pose)

கஜம் என்பது யானையைக் குறிக்கும்.



செய்முறை

நேராக நிமிர்ந்து நிற்கவும், மெதுவாக முன்னாகக் குனிந்து இரு உள்ளங்கைகளையும் தரையில் பதிக்கும் நிலைக்குக் கொண்டு வரவேண்டும். பார்வையானது இரண்டு கைகளுக்கும் நடுவில் இருக்கும்படி, தலையைச் சிறிது நீட்டி வைத்திருக்க வேண்டும். (படத்தில் காட்டியவாறு) இரு உள்ளங்கால்களும், இரு உள்ளங்கைகளும் தரையில் பதித்த நிலையிலிருப்பதுடன் முழங்கைகளும்,

முழங்கால்களும் மடங்காமல் நேராக இருக்கும்படி பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். இரண்டு முதல் மூன்று நிமிடங்கள் வரை இந்த ஆசனத்தைச் செய்யலாம். இந்த ஆசன நிலையிலே யானையைப் போல முன்னோக்கி நடக்கவும் செய்யலாம்.

நன்மைகள்

கை, கால்களிலுள்ள தசைகளும், நரம்பு, நாடிகளும் வலிமை பெறுகின்றன. நன்கு பசி எடுக்கும். மலச்சிக்கல் நீங்கும்.

கருடாசனம் (Eagle Pose)

செய்முறை

நேராக நிற்கும் நிலையில் வலது காலைத் தூக்கிப் படத்தில் காட்டியவாறு இடது காலைச் சுற்றிப் பிணைத்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். இந்நிலையில் கீழே விழுந்துவிடாதபடி இடது காலில் உறுதியாக நிற்க வேண்டும்.

இப்போது இடது கையை முகத்திற்கு நேராக உயர்த்தி, இடது உள்ளங்கை வலப்புறம் நோக்கி இருக்கும்படி வைத்துக்கொண்டு, வலது கையை உயர்த்தி, இடது கையைச் சுற்றிப் பிணைத்து, படத்தில் காட்டியவாறு வலது உள்ளங்கை இடப்பக்கமாக நோக்கிய நிலையில், இடது உள்ளங்கையில் பொருந்தும்படி கொண்டுவந்து பதிக்க வேண்டும். பார்வை நேராக இருக்க வேண்டும். கைகளின் மணிக்கட்டுப் பகுதிகளை மூக்கு நுனியைத் தொட்டுக்கொண்டு இருக்குமாறும் வைத்திருக்கலாம். அந்நிலையில் அது ஒரு பறவையின் அலகைப் போன்று

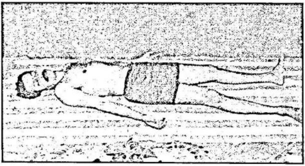
தோற்றமளிக்கும். இதேபோன்று காலை மாற்றியும் செய்யலாம். ஒன்று முதல் மூன்று நிமிடங்கள் வரை இவ்வாசனத்தைச் செய்யலாம்.

நன்மைகள்

இவ்வாசனத்தால் கை, கால்களில் உள்ள பேசிகளும், நரம்புகளும், எலும்புகளும் பலப்படும். சிறுநீரகங்களும் நன்கு தூண்டப்பட்டு சீராக வேலை செய்யும்.

சவ ஆசனம் (Corpse Pose)

இறந்த உடலைப் போல, சலனமற்ற நிலையில் (சுவாசம் தவிர) இருப்பதால் இப்பெயர் பெற்றது.



செய்முறை

முதலில் சமதளத்தில் மென்மையான விரிப்பின் மீது மல்லாந்து படுத்துக்கொள்ள வேண்டும். கைகளை உள்ளங்கைகள் மேல்நோக்கியபடி, பக்கங்களில் உடலிலிருந்து சுமார் அரை அடிக்குத் தள்ளி வைக்க வேண்டும். குதிகால்களுக்கு இடையே சுமார் அரை முதல் ஒரு அடி இடைவெளி இருக்குமாறு கால்களை விரித்த நிலையில் அதாவது, தளர்ச்சியாக வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். தலையை ஒருபுறமாகச் சாய்ந்த நிலையில் அதன் போக்கிலேயே தளர்வாக விட்டுவிட வேண்டும். கண்களை மென்மையாக மூடிக்கொண்டிருக்க வேண்டும். சுவாசம் இயல்பாக ஓடிக்கொண்டிருக்கட்டும். உச்சந்தலையில் இருந்து பாதம் வரை தளர்ச்சியான நிலையில் இருக்குமாறு அப்படியே பதினைந்து நிமிடம் முதல் அரை மணி நேரம் வரை இவ்வாசனத்தைச் செய்யலாம்.

நன்மைகள்

உடல், மனச் சோர்வு நீங்கும். எல்லா ஆசனங்களையும் செய்துவிட்டு இறுதியில் இவ்வாசனத்தை உடல், மனக் களைப்பு நீங்கும் வரை செய்யலாம். ஆசனங்களுக்கு இடையிடையேயும் களைப்பு ஏற்படுகிறபோதெல்லாம் ஒன்றிரண்டு நிமிடங்கள் இதனைச் செய்யலாம். கடின உழைப்பாளிகள் பணி முடிந்து வீடு திரும்பியதும் இவ்வாசனத்தைச் செய்தால் களைப்பு நீங்கி, நல்ல புத்துணர்ச்சி கிடைக்கும். இரவு படுக்கைக்குச் செல்லும் முன் பத்து நிமிடங்கள் இவ்வாசனத்தைச் செய்துவிட்டுத் தூங்கினால் அமைதியான உறக்கம் வரும்.

பிராணாயாமம்

அட்டாங்க யோகத்தில் ஆசனத்துக்கு அடுத்த நிலையாக, நான்காவதாக வருவது பிராணாயாமம் ஆகும். மூச்சை வசப்படுத்தும் பரிபூரண விஞ்ஞானக் கலை பிராணாயாமம் எனப்படும். இதனை வாசி என்றும் வாசியோகம் என்றும் அழைப்பர். இயல்பாக, தானாக, ஓர் ஒழுங்கினில் நடைபெற்றுக் கொண்டிருக்கும் மூச்சுக் காற்றை அல்லது சுவாசத்தை ஓர் கட்டுப்பாட்டிற்குக் கொண்டு வந்து சுவாசத்தின் அளவையும் காலத்தையும் சித்தர்கள் கூறிய முறைப்படி வெவ்வேறு நிலைகளில் அமைத்து, பயிற்சி செய்வதே வாசி அல்லது பிராணாயாமம் ஆகும்.

உயிர்க்கால்

சுவாசம் என்பது நாம் காற்றை மூக்கின் வழியாக உள்ளிழுத்து வெளிவிடுகிற நிகழ்ச்சியாகும். தாயின் வயிற்றிலிருந்து குழந்தை பிறந்து வெளி உலகிற்கு வந்ததும் அது வீறிட்டு அழ ஆரம்பிக்கும்போது, முதன் முதலாகத் தொடங்குகிற இந்தச் சுவாசம், பின்பு உயிர் பிரிந்து மரணம் ஏற்படும் நேரம் வரை தொடர்ந்து இடைவிடாமல் நடைபெற்றுக்கொண்டே இருக்கிறது. இத்தகைய சுவாசம் உயிர் வாழ்வதற்கு மிக இன்றியமையாதது. மூன்று நிமிடங்கள் கூட சுவாசம் நடைபெறாமல் கட்டுப்படுத்த இயலாது. பிராணன் என்று அழைக்கப்படும் உயிர் உடலில் நிலைபெற்று இருப்பதற்குக் காரணமாயிருக்கிற சக்தி அல்லது ஆற்றலைக் கொடுப்பது சுவாசமே ஆகும். சுவாசம் என்ற இச்செயல் ஜீவராசிகள் அனைத்திலும் தங்குதடையில்லாமல் நடைபெற்றுக்கொண்டு இருக்க வேண்டும் என்பதற்காகவே இறைவன் காற்றை எங்கும் வியாபித்து இருக்கும்படி செய்திருக்கிறான். நம் உடலில் எல்லாத் திசுக்களுக்கும் பிராண சக்தி இன்றியமையாததாக உள்ளது. திசுக்கள் எல்லாமே சுவாசித்து இச்சக்தியைப் பெற்று உயிர் வாழ்வதுடன், உடல் உறுப்புகள் இயங்குவதற்குத் தேவையான

ஆற்றலையும் அளிக்கின்றன. மூக்கின் வழியே சுவாசிக்கிற காற்று நுரையீரலை அடைகிறது. அங்கு வந்து சேர்கிற குருதிக்குப் பிராணவாயுவைக் கொடுத்துவிட்டுக் குருதியிலிருந்து கரியமில வாயுவை எடுத்துக்கொண்டு வெளிச் சுவாசத்தின் மூலமாக அதனை வெளியேற்றுகிறது. குருதியில் கலந்த பிராணவாயு குருதி ஓட்டத்தின் மூலமாக உடல் முழுவதும் உள்ள வெவ்வேறு திசுக்களையும் சென்றடைகிறது. பிராணவாயுவை உயிர்க்கால் என்றும் கூறுவர்.

மூச்சை வசப்படுத்தும் கலை

சாதாரணமாக நாம் சுவாசத்தின் போது பனிரண்டு அங்குல அளவு பிராண சக்தியை உள்ளிழுக்கிறோம். அதில் எட்டு அங்குலத்தை மட்டும் உட்கிரகித்து, மீதி நான்கு அங்குலக் காற்றை வீணே வெளி சுவாசத்தின் மூலம் வெளியாக்குகிறோம். அவ்வாறு வீணே போகிற பிராண ஆற்றலையும் உட்கிரகித்து முழுமையாகப் பயன்படுத்த உதவும், மூச்சை வசப்படுத்தும் கலையே பிராணாயாமம் ஆகும்.

கூற்றை உதைக்கும் குறி

பிராணாயாமம் என்பது ஒரு மனிதனின் ஆயுட்காலத்தை நீட்டிக்க உதவும் காயகற்ப பயிற்சிகளுள் ஒன்று ஆகும். இதனை,

ஏற்றி இறக்கி இருகாலும் பூரிக்கும்
காற்றைப் பிடிக்கும் கணக்கறிவாரில்லை
காற்றைப் பிடிக்கும் கணக்கறிவாளர்க்குக்
கூற்றை உதைக்கும் குறியது வாமே

என்ற திருமூலரின் பாடல் தெளிவுபடுத்துகிறது. "ஏற்றி இறக்கி இரு காலும் பூரிக்கும் காற்றைப் பிடிக்கும் கணக்கறிவாளர்" என்பதற்கு விளக்கம் காண முற்படுகையில், "ஏற்றி இறக்கி" என்று சொல்லப்படுவது, சுவாசத்தின் போது உள்ளிழுக்கப்படும் காற்றின் அளவைக் கூட்டியோ குறைத்தோ உள்ளிழுப்பது என்பதாகும். இருகாலும் பூரிக்கும் என்பதற்கு, இடகலை (இடது நாசித் துவாரத்தின் வழியே காற்றைச் செலுத்துதல்) வழியாகக் காற்றைச் சுவாசித்து இரண்டு நுரையீரல்களையும் பிராணவாய்வினால் நிரம்பச் செய்தல் எனப் பொருளாகும். அம்முறையில் "காற்றைப் பிடிக்கும் கணக்கறிவாளர்" என்பவர் பிராணாயாமம் என்ற மூச்சை வசப்படுத்தும் கலையைப் பயின்று, பயிற்சி செய்பவராவர். அப்பயிற்சியைச் செய்து வருபவரிடம் 'கூற்று' ஆகிய 'எமன்' நெருங்க முடியாது என்பதனைத்தான் 'கூற்றை உதைக்கும் குறி அதுவாமே' என்று விளக்குகிறார் திருமூலர்.

இரத்தச் சுத்திகரிப்பு

சாதாரணமாக நடைபெறும் சுவாசத்தின் மூலம் ஓரளவு தேவையான பிராணவாயு கிடைக்கிறதெனினும், நுரையீரலில் உள்ள அத்தனை காற்றுச் சிற்றறைகளுக்கும் முழுமையாகக் கிடைப்பதில்லை. ஆக நுரையீரலை வந்தடையும் குருதி, குறிப்பிட்ட அளவு காற்றுச் சிற்றறைகளிலிருந்து மட்டும்தான் பிராணவாயுவைக் கிரகித்துக்கொண்டு செல்ல முடிகிறது. நுரையீரலை வந்தடையும் குருதி முழுவதும், முழுமையாகப் பிராணவாயுவைக் கிரகிக்க முடிவதில்லை. பிராணாயாமத்தின் போது ஆழ்ந்து மூச்சை (காற்றை) உள்ளிழுத்து விடுவதால் சாதாரணமாக நடைபெறும் சுவாசத்தில் உள்ளிழுக்கப்படும் காற்றின் அளவை விட அதிக அளவு காற்று உள்ளிழுக்கப்பட்டு நுரையீரலிலுள்ள காற்றுச் சிற்றறைகள் அனைத்திலும் நிரம்பி, இரத்தம் சுத்தமடைகிறது. அதாவது பிராணவாயுவை முழுமையாகப் பெறுகிறது.

சுவாச நிலைகள்

சுவாச நிலைகள் மூன்று விதமாகப் பூரகம், கும்பகம், இரேசகம் என்றழைக்கப்படுகின்றன. பூரகம் என்பது சுவாசத்தின்போது காற்றை உள்ளே இழுக்கும் நிகழ்ச்சியாகும். இரேசகம் என்பது காற்றை வெளிவிடுவதைக் குறிக்கும். கும்பகம் என்பது உள்ளிழுத்த மூச்சுக் காற்றைக் குறிப்பிட்ட காலம் உள்ளடக்கி வைத்திருத்தல் என்று கூறுவர். ஆனால் மூச்சைப் பிடித்தால் ஆயுள் குறையும் என்று தற்கால யோக வல்லுநர்கள் கூறுவதும் அறிவியல் ரீதியாகப் பார்த்தால் உண்மையாகிறது. ஆக கும்பித்தல் என்பதற்குச் சுவாசத்தின் மூலம் உள்ளிழுத்த பிராணவாயுவைக் குருதி வாயிலாக உட்கிரகித்தல் என்று பொருள் கொள்ளலாம். கும்பித்தலைச் சில பந்தங்கள், முத்திரைகளுடன் ஒரு குறிப்பிட்ட நியதிப்படி செய்யலாம்.

கால அளவு

பூரகம், கும்பகம், இரேசகம் இவற்றிற்கான கால அளவுகள் பிராணாயாமத்தின் முறையைப் பொறுத்து மாறுபடும். எனினும் ஒரு குறிப்பிட்ட பிராணாயாம முறையினைப் பற்றி திருமந்திரத்தில் கூறப்படும் கருத்தைப் பார்ப்போம்:

ஏறுதல் பூரகம் ஈரெட்டு வாமத்தால்
ஆறுதல் கும்பகம் அறுபத்து நாலதில்

ஊறுதல் முப்பத் திரண்டதில் ரேசகம்
மாறுதல் ஒன்றின்கண் வஞ்சக மாமே.

இதில் பூரகம் 16 மாத்திரை, கும்பகம் 64 மாத்திரை மற்றும் இரேசகம் 32 மாத்திரை அளவு என்று சொல்லப்பட்டுள்ளது.

ஒரு மாத்திரை என்பது கால அளவில் எவ்வளவு என்பதற்கு வெவ்வேறு மதாந்திரம் (அளவு) உண்டு. கண் இமைக்கும் நேரம் என்றும் ஒரு நொடிப் பொழுது என்றும் கூறுபவர் உண்டு. நாடியைப் பரிசோதிக்கையில் ஒரு கோதுமை விரைப்பிரமாணம் நாடி எழும்பி அடங்குவதற்குரிய காலம் அல்லது விரை அளவு என்றும் கூறுவர். சித்தர் நாடியைக் கரத்திலோ, கண்டத்திலோ சாதாரணமாகப் பார்த்தறிவதுண்டு.

அறைந்தார் முனிவர் அளவுகேள் தோற்றும்
விரைக் கோதுமையாம் வியந்து

என்று இதனைக் கண்ணுசாமியம் என்ற நூல் கூறுகிறது. "சிவாய நம" என்ற மந்திரத்தை ஒருமுறை உச்சரிப்பதற்கு எடுத்துக்கொள்ளக்கூடிய காலம் 8 மாத்திரை என்பர். இதனையே இரண்டு முறை, நான்கு முறை, எட்டு முறை உச்சரித்தால் முறையே பூரகம், இரேசகம், கும்பகம்,ஆகியவற்றிற்கான கால அளவு கிடைக்கிறது.

விதிமுறைகள்

சுவாசமானது இடகலையில் (இடது நாசித் துவாரம்) நடைபெறுகிறதா அல்லது பிங்கலையில் (வலது நாசித் துவாரம்) நடைபெறுகிறதா அல்லது சுழி முனையில் (இரண்டு நாசித் துவாரங்களின் வழியாகவும் சமமாகப் பகிர்ந்து செல்லல்) இயங்குகிறதா என்பதனை ஆராய்ந்து, நாடியையும் வாத (வளி), பித்த (அழல்), கபம் (ஐயம்) ஆகியவற்றையும் ஆராய்ந்து நோயின் தன்மையை உணர்ந்து, அதற்கு ஏற்றாற்போல் வாசியோகத்தை மருத்துவத்தில் பயன்படுத்த வேண்டும். பொதுவான உடல் நலத்திற்குப் பயன்படுத்தும் போது, பொதுவான விதிமுறைகள் சிலவற்றை வாசியோகத்தின் போது கடைப்பிடித்தாற் போதுமானது.

பிராணாயாமத்தின் போது சுக ஆசனத்திலோ பத்மாசனத்திலோ ஏதேனும் விரிப்பின் மீது அமர்ந்துகொண்டு, பாம்பு முத்திரை அல்லது சின் முத்திரை அல்லது பயிற்சிக்கு ஏற்றபடி வெவ்வேறு முத்திரைகளைக் கடைப்பிடித்து, நல்ல காற்றோட்டமுள்ள இடத்தில் பயிற்சி செய்ய வேண்டும். காலை வேளையில் மலசலம் கழித்துவிட்டு, பல் துலக்கிவிட்டு, வெறும் வயிற்றில் பயிற்சி செய்வது

உத்தமம். ஆனால் குளிர்ச்சியான காலங்களில், குளிர்காற்றில் செய்வதைத் தவிர்க்க வேண்டும். பகலில் மரத்தடியில் அமர்ந்து செய்வது மிக நல்லது. அதுவும் குளக்கரை, ஆற்றங்கரையில், மரத்தடியில் அமர்ந்து செய்வது மிக்க நன்மை பயக்கும். இரவு நேரங்களில் மரத்தடியில் அமர்ந்து செய்வது ஆகாது. பிராணாயாமத்தை முழு வயிறு உண்டபின் செய்தலாகாது. தியானத்திற்கு முன்போ பின்போ, ஆசனத்திற்கு முன்போ பின்போ, குளிப்பதற்கு முன்போ பின்போ செய்யலாம். எளிய தளர்ச்சியான பருத்தி ஆடைகளை அணிந்து செய்ய வேண்டும். மனத்தை முழுமையாக ஈடுபடுத்திச் செய்ய வேண்டும். ஒரு நிமிடத்திற்குச் சுவாசத்தின் எண்ணிக்கையையும் பூரகம், கும்பகம், இரேசகம் ஆகியவற்றின் கால அளவையும், முத்திரையையும், யோக வல்லுநர்களின் ஆலோசனைப்படி, பயிற்சிக்கேற்றவாறு மாற்றி மாற்றி செய்தல் வேண்டும். பிராணாயாமம் செய்ய வயது வரம்பு ஏதும் இல்லை. வாசிப் பயிற்சியின் மூலம் குண்டலி சக்தியை எழுப்பவும் செய்யலாம். எனவே அதற்கு வாயுதாரணை என்றும் பெயருண்டு.

உணவு முறை

பிராணாயாமப் பயிற்சி செய்பவர்கள் நாடிகள், வாயுக்கள் பற்றிய சித்தர்களின் கொள்கைகளை நன்கு கற்றுத் தெளிந்தபின் செய்வது மிக்க நன்மை பயக்கும். மனத்தை ஒருமுகப்படுத்தி, முன்னர் கூறிய இயமம், நியமங்களைக் கடைப்பிடித்து செய்து வந்தால்தான் முழுப்பலன் கிடைக்கும். யோக மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி வயது மற்றும் உடல் தன்மைக்கு ஏற்றவாறு, சாத்வீக உணவு முறைகளைக் கடைப்பிடித்தல் நல்லது. மது வகைகள், இறைச்சி முதலியவற்றைத் தவித்து அரிசி, கோதுமை, நெய், பால், தயிர், மோர், காய், கனிகள், கீரை வகைகள் ஆகியவற்றைச் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். அரை வயிறு உணவும், கால் வயிறு தண்ணீரும் உட்கொண்டு மீதிக் கால் வயிறு காலியாக இருக்குமாறு பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். புளிப்பு, கார்ப்புப் பொருட்களை எவ்வளவு தூரம் குறைக்கிறோமோ அவ்வளவுக்கு நல்லது. இனிப்பு, உவர்ப்பு, துவர்ப்பு, கைப்புச் சுவையுடைய பொருட்களையும் அளவோடு உண்ண வேண்டும்.

காலம்

காலையில் சூரிய உதயம் முதல் ஒன்றேகால் மணி நேரமும், மத்தியானம், மாலையில் சூரியன் மறைவதற்கு முன்னும் பின்னுமாகச் சுமார் ஒன்றரை மணி நேரமும், நடு இரவும் ஆகிய நான்கு வேளைகள் செய்யலாம் என்று சித்தர் நூற்களில் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. வேளை ஒன்றுக்கு இருபது முதல் எண்பது தடவைகள் பிராணாயாமப் பயிற்சி செய்யலாம் என்று பொதுவாகச்

சொல்லப்பட்டிருந்தாலும், எண்ணிக்கையை உடலின் தன்மை, நோய்களுக்கு ஏற்ப, யோக மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி கூட்டியோ குறைத்தோ செய்யலாம். இடகலை, பிங்கலை அதாவது இடது நாசி, வலது நாசித் துவாரங்களில் ஏதேனும் ஒன்றின் வழியாக மூச்சை உள்வாங்கி (பூரகம்), மறு துவாரத்தின் வழியாக மூச்சை வெளிவிட வேண்டும் (இரேசகம்). பூரித்த (உள்வாங்கிய) நாடியின் வழியாகவே இரேசகம் செய்தால் வியர்வை, நடுக்கம் முதலிய துன்பங்கள் உண்டாகும் என்று பொதுவான ஒரு விதிமுறை சொல்லப்பட்டிருந்தாலும், பிராணாயாமத்தின் முறைக்கேற்றவாறு பூரகம், இரேசகம் அமைவதைச் சித்தர்கள் கூறியிருப்பதையும் கருத்தில் கொள்ள வேண்டியிருக்கிறது.

நாடிகள்

வெளிவிடும் மூச்சு 'ஹம்' என்ற ஒலியுடனும் உள் வாங்கும் மூச்சு 'ஸம்' என்ற ஒலியுடனும் இருக்கும் என்று பொதுவாகச் சொல்வார்கள்.

தசநாடிகளுள் முக்கியமானவை முதல் மூன்றாகிய இடகலை, பிங்கலை மற்றும் சுழிமுனை ஆகும். இடகலை என்பது சந்திரகலை எனப்படும். இது இடது நாசி வழியே சுவாசம் நடைபெறுவதையும், பிங்கலை என்பது சூரிய கலையாகிய வலது நாசி வழியே சுவாசம் நடைபெறுவதையும், சுழிமுனை என்பது இரண்டு நாசித்துவாரங்கள் வழியாகவும் சுவாசம் நடைபெறுவதையும் குறிக்கிறதென்பதை ஏற்கனவே பார்த்தோம். இதனை,

பார்க்கிலிடையிடம் அதுவே திங்களாகும்
பகலவனாம் பிங்கலையே வலமதாகும்
ஏற்கவுரை சுழுமுனைதான் நடுவாம் அங்கி
கிடையான சந்திரனே அமுதமாகும்

என்ற அடிகளும்

பாரும் இடைகலை பிங்கலை மாறியே
தாரும் பெருவிரற் காலோடு தானேறி
காருங் கழுத்திற் கபாலவரை நின்று
வாரு மிடாய் வலக்கரஞ் சாருமே

வலக்கரந் தன்னில் வளமான பிங்கலை
நிலைக்க இடக்கர நின்றது இடைகலை

துலக்க நடுமையஞ் சுழுமுனை யோடிடும்
பிலக்க இவைமூன்றாற் பிறந்தது தாதுவே

என்ற திருமூலரின் நாடிப்பாடல் வரிகளாலும் அறியலாம்.

நன்மைகள்

பிராணாயாமத்தின் பயன்களை அனுபவபூர்வமாக உணர்ந்தவர்கள் அதனைத் தொடர்ந்து கடைப்பிடித்து வருவார்கள். யோக மருத்துவத்தில் நுரையீரல் மற்றும் சுவாசப் பாதையில் ஏற்படும் நோய்களைப் பரிகரிப்பதற்கு (குணமடையச் செய்வதற்கு) மட்டுமல்லாது தோல் நோய்கள், மூளை, நரம்பு மண்டல நோய்கள் மற்றும் மன வியாதிகளுக்கும் பிராணாயாமம் நேரடியான மருத்துவமாகவோ, துணை மருத்துவமாகவோ (Supportive Therapy) பயன்பட்டு வருகிறது. நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை வளர்க்கவும் பாதுகாக்கவும், நினைவாற்றலைப் பெருக்கவும், மன ஒருமைப்பாடு அதிகரிக்கவும் பிராணாயாமம் பயன்படுகிறது. உடலில் துர்நாற்றம் நீங்குகிறது. சாத்வீகக் குணம் மேலோங்குகிறது. சிவவாக்கியர் இதன் சிறப்பை,

உருத்தரித்த நாடியில் ஒடுங்குகின்ற வாயுவைக்
கருத்தினால் இருத்தியே கபாலமேற்ற வல்லிரேல்
விருத்தரும் பாலராவர் மேனியும் சிவந்திடும்
அருள்தரித்த நாதர் பாதம் அம்மை பாதம் உண்மையே

என்ற பாடலில் விளக்குகிறார். வாயுதாரணை மூலம் இளமையை இழக்காமலும் உடல் அழகையும் வலிமையையும் அதிகரிக்கவும் முடியும் என்பதனை உறுதியாகக் கூறுகிறார்.

சில பிராணாயாமப் பயிற்சி முறைகள்

பயிற்சி 1

காற்றோட்டமுள்ள இடத்தில், சமதளத்தில், மென்மையான விரிப்பின் மீது பத்மாசனத்திலோ, சுக ஆசனத்திலோ அமர்ந்து கொள்க. முதுகு வளையாமலும் பார்வை நேராகவும் அமையுமாறு தலையையும் நெஞ்சையும் நிமிர்த்தி வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். இடது கையை உள்ளங்கை மேல் நோக்கி இருக்குமாறு அடிவயிற்றை ஒட்டினாற்போல் மடியில் வைத்துக் கொள்க. வலது கையை இடது கையின் மேல், உள்ளங்கை மேல் நோக்கியவாறு வைத்துக்

கொள்க. இவ்வாறு வைத்துக் கொள்வதற்குப் 'பாம்பு முத்திரை' என்று பெயர். (பைரவ முத்திரை என்றும் சிலர் கூறுவர்.) இந்நிலையில் இரண்டு மூக்குத் துவாரங்களின் வழியாகவும் காற்றை மெதுவாக உள்ளிழுக்க வேண்டும். எவ்வளவு முடியுமோ அவ்வளவிற்கு இழுத்துக்கொள்ள வேண்டும். அவ்வாறு மூச்சை உள்ளிழுக்கும் போது தொடர்ந்து இரண்டு தோள்களையும் சிறிது சிறிதாக உயர்த்தி, மூச்சு முழுவதும் உள்ளிழுத்தபின் மூச்சை அடக்காமல், உடனடியாக உதடுகளைக் குவித்து வாய்வழியே மூச்சை விட வேண்டும். மூச்சை வேகமாக வெளிவிட்டுக் கொண்டே வரும் போது உயர்த்திய இரு தோள்களையும் மூச்சை வெளிவிடும் வேகத்திற்கு ஏற்ப விரைவாகக் கீழிறக்க வேண்டும். மூச்சை முழுவதுமாக வெளிவிட்ட நியையில் தோள்களும் முழுமையாகக் கீழே இறங்கியிருக்க வேண்டும். ஒருமுறை மேற்சொன்ன முறைப்படி மூச்சை உள் வாங்கி வெளிவிடுவதனை ஒன்று எனக் கணக்கில் எடுத்துக் கொண்டு, இருபது முதல் முப்பது தடவைகள் ஒரே சமயத்தில் செய்யலாம். இம்முறை 'பூரண சுத்தி பிராணாயாமம்' எனப்படுகிறது.

நன்மைகள்

இப்பயிற்சி செய்வதால் நுரையீரல்களும் சுவாசப்பாதைகளும் தூய்மையடைகின்றன. இரத்தம் சுத்தமாகிறது. சுவாசப்பாதையில் ஏற்படும் நோய்த் தொற்றுகள் நீங்க ஏதுவாகிறது. ஆனால் இப்பயிற்சி செய்யும்போது, செய்பவரின் எதிரில் யாரும் இல்லாமல் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். இல்லையேல் நோய்த் தொற்று இருந்தால் பிறருக்கும் பரவ வாய்ப்பு உண்டு.

பயிற்சி 2

சமதளத்தில் விரிப்பின் மீது பத்மாசனத்திலோ, சுக ஆசனத்திலோ அமர்ந்துகொண்டு பாம்பு முத்திரையைப் பயிற்சி 1-இல் கூறியவாறு மேற்கொள்ள வேண்டும். பின்னர் இரண்டு நாசித் துவாரங்களின் வழியாகவும் மெதுவாகவும் நிதானமாகவும் மூச்சை உள்ளிழுத்துக் கொண்டே வர வேண்டும். அதே சமயம் இரு தோள்களையும் உயர்த்திக் கொண்டே வர வேண்டும். எவ்வளவு மூச்சை (உடலை அதிகம் வருத்தாமல்) உள்ளிழுக்க முடியுமோ அவ்வளவு இழுத்துக்கொள்ள வேண்டும். முழுவதுமாக மூச்சை இழுத்த நிலையில் இரு தோள்களும் அதிகபட்சம் உயர்த்தப்பட்டிருக்கும். மூச்சை அடக்காமல் உடனடியாகச் சிறிது சிறிதாக, மெதுவாக இரு நாசித் துவாரங்களின் வழியாகவும் விட்டுக்கொண்டே வர வேண்டும். அதே சமயம் அதற்கு ஏற்றாற்போல் தோள்களிரண்டையும் தாழ்த்திக்கொண்டே வந்து, மூச்சானது முழுவதுமாக

வெளியே விட்ட நிலையில், தோள்களும் நன்கு இறங்கி இயல்பு நிலைக்கு வந்திருக்க வேண்டும். இவ்வாறு ஒருமுறை மூச்சை உள்ளிழுத்து வெளிவிடுவதை ஒன்று என்று எடுத்துக்கொண்டு, இப்படியாக முப்பது முதல் ஐம்பது தடவைகள் காலையிலும் மாலையிலும் உணவுக்கு முன் செய்ய வேண்டும். மதியம், இரவு வேளைகளிலும் கூட உணவுக்கு முன் செய்து வரலாம். இந்நிலையில் நன்கு பயிற்சி பெற்றவுடன், பயிற்சி 1 இல் சொல்லியவாறு வயிற்று, மார்புத் தசைகளையும் சேர்த்து இயக்கிப் பயிற்சி செய்யலாம். இவ்வாறு செய்யும் பயிற்சி முறைக்கு 'மாத்ரிகா பிராணாயாமம்' என்று பெயர். இப்பயிற்சியைச் செய்யும்போது கால அளவைக் கணக்கிடுதல் மிகவும் அவசியமாகிறது. பூரகமாகிய மூச்சை முழுவதுமாக வெளிவிடுவதற்கு ஆகும் கால அளவையும் சமமாக இருக்குமாறு பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும் (Inspiratory phase = Expiratory phase in time). ஆரம்பத்தில் செய்வதற்குச் சிறிது சிரமமாகத் தோன்றினாலும் முறையான பயிற்சியால் எளிதில் கைவரப்பெறும்.

நன்மைகள்

நுரையீரல்களுக்கு அதிக அளவு பிராண ஆற்றல் கிடைக்கிறது. குருதி நன்கு தூய்மை அடைகிறது. பயிற்சித் திறன் அதிகரிக்கிறது. செரிமான ஆற்றல் பெருகுகிறது. பசி நன்கு எடுக்க ஏதுவாகிறது. நரம்புத் தளர்ச்சி ஏற்படாமல் தடுக்கவும், ஏற்பட்டால் நிவாரணம் பெறுவதற்கும் உதவுகிறது. நுரையீரல் நோய்களில் துணை மருத்துவமாகப் பயனளிக்கிறது. நினைவு ஆற்றல் அதிகரிக்கிறது. சுறுசுறுப்பு நன்கு உண்டாகிறது.

பயிற்சி 3

சமதளத்தில் விரிப்பின் மீது சுக ஆசனத்திலோ அல்லது தாமரை ஆசனத்திலோ அமர்ந்து கொள்க. இடது கையை உள்ளங்கை மேல் நோக்கிய நிலையில் அடிவயிற்றை ஒட்டினாற்போல் மடியில் வைத்துக் கொள்க. வலது கை நடுவிரல் மற்றும் ஆட்காட்டி விரல்களை மடக்கிக் கொள்ள வேண்டும். இந்நிலையில் வலது பெருவிரலால் வலது நாசித் துவாரத்தை அழுத்தி அடைத்துக்கொண்டு, இடது நாசித் துவாரத்தின் வழியாக மூச்சைப் படிப்படியாக, நிதானமாக (மிகக் குறைந்த வேகத்தில்) உள்ளே இழுத்துக் கொண்டே வர வேண்டும். அதே சமயம் தோள்கள் இரண்டையும் உயர்த்திக் கொண்டே வந்து, அதிகபட்சம் மூச்சை உள் இழுத்த நிலையில், தோள்களையும் அதிகபட்சம் உயர்த்திய நிலையில் இருக்கும்படி கொண்டு வந்து, பின் இடது நாசித் துவாரத்தை மோதி, பெருவிரல் மற்றும் சிறுவிரல்களால் அழுத்தி அடைத்துக் கொண்டு, வலது

நாசித் துவாரத்திலிருந்து அடைத்துக் கொண்டிருக்கும் வலது பெருவிரலை விலக்கி விட்டு, வலது நாசித் துவாரத்தின் வழியாக மூச்சை உள்ளிழுத்த மாதிரியே அதே வேகத்தில், நிதானமாகப் படிப்படியாக விட்டுக்கொண்டே வர வேண்டும். அதற்கேற்றவாறு தோள்களையும் படிப்படியாக இறக்கிக்கொண்டே வந்து, மூச்சு முழுவதையும் வெளியே விட்ட நிலையில் தோள்கள் இரண்டும் முழுமையாக இறங்கி இயல்பு நிலைக்கு வந்திருக்க வேண்டும். பின்னர் இடது நாசித் துவாரத்தை அடைத்த நிலையிலேயே மூச்சைப் படிப்படியாக, நிதானமாக மேற்சொன்னவாறு உள்ளிழுத்து, பின்னர் முழுதும் உள்ளிழுத்த பின் வலது பெருவிரலால் வலது நாசித் துவாரத்தை அடைத்துக் கொண்டு, இடது நாசித் துவாரத்தை அடைத்துக் கொண்டிருக்கும் சிறுவிரல் மற்றும் மோதிரவிரலை நீக்கி அதே இடது நாசித் துவாரத்தின் வழியாக மூச்சை முன் சொன்ன நிலையில் நிதானமாக வெளிவிட வேண்டும். இதனைப் பயிற்சியின் ஒரு எண்ணிக்கையாக எடுத்துக் கொண்டு, அடுத்து மீண்டும் வலது பெருவிரலால் வலது நாசித் துவாரத்தை அடைத்த நிலையிலேயே மூச்சை இடது நாசித் துவாரத்தின் வழியாக (முறையான தோள்கள், வயிற்று, மார்புத் தசைகளின் இயக்கங்களுடன்) அதிகபட்சம் உள் இழுத்துப் பின் முன் சொன்னவாறு இடது நாசித் துவாரத்தை மோதிர மற்றும் சிறுவிரல்களால் அடைத்துக் கொண்டு, வலது நாசித் துவாரத்திலிருந்து அடைத்துக் கொண்டிருக்கும் பெருவிரலை நீக்கி அதே நாசித் துவாரத்தின் வழியாக மூச்சை முறைப்படி நிதானமாக வெளியே விட வேண்டும். முழுவதையும் வெளிவிட்ட பின் அதே நிலையில் முன் சொன்னவாறு மூச்சை அதே வலது நாசித் துவாரத்தின் வழியாக முறைப்படி, நிதானமாக உள்ளிழுத்து, அதிகபட்சம் உள்ளிழுத்த பின் வலது பெருவிரலால், வலது நாசித் துவாரத்தை அடைத்துக் கொண்டு, இடது நாசித் துவாரத்தை அடைத்துக் கொண்டிருக்கும் மோதிர மற்றும் சிறுவிரல்களை நீக்கி மூச்சை முறைப்படி வெளியே விட வேண்டும். இப்போது பயிற்சி எண்ணிக்கையை இரண்டாகக் கணக்கிட்டுக் கொண்டு, இப்படியாக மீண்டும் மீண்டும் ஒரே சமயத்தில் முப்பது முதல் ஐம்பது எண்ணிக்கை வரை செய்யலாம். இப்பயிற்சியைக் காலையில் வெறும் வயிற்றிலும் மதியம், மாலை, இரவு வேளைகளிலும், உணவுக்கு முன்பு செய்து வரலாம்.

பிரத்தியாகாரம்

அட்டாங்க யோகத்தில் பிராணாயாமத்தை அடுத்து வருவது பிரத்தியாகாரம். பிரத்தியாகாரம் என்பது புலன்களை வசப்படுத்துவதற்குரிய அல்லது கட்டுப்படுத்துவதற்குரிய பயிற்சி முறையாகும். சுவை, ஒளி, ஊறு (மெய்யறிதல், தொடு உணர்வு), ஓசை, நாற்றம் ஆகிய ஐந்து புலன்களும் முறையே அவற்றிற்கே உரிய பொறிகளாகிய (கருவிகள்) நாக்கு, கண், தோல்,

செவி, மூக்கு ஆகியவற்றின் வழியாக இயங்குகின்றன. அவ்வியக்கத்திற்குப் பாலமாயிருப்பது ஞானேந்திரியங்கள். அதாவது புலன்களைப் பொறிகள் வாயிலாகத் தொழிற்படுத்தும் கருவிகள் ஞானேந்திரியங்கள் ஆகும். இப்புலன்களை நுகர்வதற்குக் காரணமாயிருப்பது உயிரும், அதன் படர்க்கை ஆற்றலாகிய மனமும் ஆகும். ஞானேந்திரியக் கருவிகள் என்பவை நரம்பு மண்டலத்தில் உள்ள கட்டுப்பாட்டு நிலையங்கள் ஆகும். இவை பழுதுபட்டால் புலனுகர்வும் பாதிக்கப்படும்.

புலனடக்கம்

புலனுகர்வு என்பது அளவுடன் இருத்தல் அவசியம். உயிராற்றலானது புலனுகர்வு மூலமாகச் செலவாகிறது. எனவே எந்தவொரு புலனும் அளவுக்கு அதிகமாக உபயோகிக்கப்படும்போது உயிராற்றலும் குறைவுபடுகிறது. சித்தர்கள் புலன்களை முழுமையாக வசப்படுத்தி விடுவார்கள். அதன் மூலம் உயிராற்றலையும் நீண்ட நாட்கள் தக்க வைத்துக் கொள்வதன் மூலமாக, நீண்ட நாட்கள் வாழ்ந்து இறைஞானத்தை எளிதில் பெற்று, மற்றவர்கட்கும் பயனளிக்கும் காரியங்களை இயற்றுகிறார்கள். இல்லறத்தாரைப் பொறுத்தவரை புலன்களை முழுமையாக வசப்படுத்துவது என்பது இயலாத ஒன்று மட்டுமல்ல. அந்த அளவுக்கு அவசியம் இல்லாததும் கூட. இவர்கள் கட்டுப்பாட்டுடன் புலனுகர்வில் ஈடுபட்டால் அதுவே இவர்களுக்கு மிக்க பலனை அளிக்கும். முன்பு சொன்ன இயமம், நியமம், ஆசனம், பிராணாயாமம் ஆகிய நான்கு நிலைகளிலும் தேர்ச்சி பெற்றுவிட்டால் ஐந்தாவதாகிய பிரத்தியாகாரம் இயல்பாய் வாய்க்கப் பெறும்.

இயல்பான ஆசை

பிரத்தியாகாரத்தை முயன்று கைவரப்பெற்றால் அட்டாங்க யோகத்தில் அடுத்த நிலைகளாகிய தாரணை, தியானம், சமாதி ஆகியவை எளிதில் சாத்தியமாகும். பொதுவாக எந்தவொரு புலனுமே, நுகர்வின் அளவை நாம் வரையறுத்துக் கொண்டு விட்டோமேயானால் நமக்கு அதிக நன்மைகளைக் கொடுக்கும் என்பதில் சந்தேகமில்லை. நோயாளிகளைப் பரிகரிக்கும்போது சில கட்டுப்பாடுகளைப் புலனுகர்வில் விதிக்கிறோம். அதனால் பல வழிகளில் நன்மை கிடைப்பதுடன், நோயும் எளிதில் குணமாகிறதைக் கண்கூடாகக் காண்கிறோம். இறைஞானத்தைப் பெறுவதற்கு மட்டுமின்றி நாம் அன்றாடம் இயற்றும் பணிகளைக் கூட செவ்வனே செய்ய இது உதவும். உயிரானது மனத்தின் வாயிலாகவே இன்ப, துன்பங்களை நுகர்கிறது. புலன்களைப் பொறிகள் வாயிலாகத் தொழில்படுத்துவதற்கு அடிப்படையான ஒரு கருவியாக மனம் செயல்படுகிறது.

மனத்தின் தொழில் எண்ணுவது. எண்ணத்தின் அடிப்படையிலேயே சொல்லும், செயலும் அமைகிறது என்பதனை அறிவோம். ஆசையே துன்பத்திற்குக் காரணம் என்பர். ஆசைப்படுவது மனத்தின் இயல்பு. நியாயமான ஆசைகளை மனத்தில் கொண்டிருப்பதில் தவறில்லை. ஏனெனில் இல்லற வாழ்வில் நிலைப்போரைச் செயல்படுத்துவதற்குத் தூண்டுகோலாய் அமைகின்றன. நியாயமற்ற பேராசையை மனத்தில் கொண்டிருப்பதுதான் சொல், செயல் மூலமாக அவை வெளிப்படும்போது துன்பத்திற்கு வழி வகுக்கும். நியாயமான ஆசை என்கிறபோது தனக்கோ பிறர்க்கோ துன்பத்தைக் கொடுக்காததாயிருக்க வேண்டும். முன்னர் சொன்ன யோகத்தின் நான்கு நிலைகளில் பயிற்சி பெற்றவர்களுக்கு மனம் ஓரளவு பக்குவப்பட்டுவிடும். அப்படிப் பக்குவப்பட்டுவிட்டால் பொறுமையும் அமைதியும் நிதானமும் எதனையுமே சிந்தித்து நல்லவை, கெட்டவைகளை ஆராய்ந்து சொல்லுகிற, செயல்படுகிற தன்மையும் வந்தமையும். இத்தகையவர்களுக்குப் புலனடக்கமும் எளிதாகிவிடும். புலன்களுக்கு அடிமையாகாத் தன்மையைப் பெற்று, புலன்களைத் தமக்கு அடிமையாக்கிக் கொள்ளும் நிலையைப் பெற்றுத் துன்பப் பாதையிலிருந்து தம்மை விலக்கிக் கொள்ளுவதோடு பிறரையும் அப்பாதையில் செல்ல விடாமல் அறிவுறுத்தும் தன்மையையும் பெற்றுவிடுகிறார்கள். கிட்டத்தட்ட ஞானிகள் போன்ற நிலையை அடைகிறார்கள். இத்தகைய புலனடக்கப் பயிற்சியைப் பெற்றவர்களே வாழ்க்கையில் குறிப்பாகப் பொதுவாழ்வில் சிறப்பாகச் செயல்பட முடிகிறது. அதோடு மட்டுமின்றி நோயற்ற வாழ்க்கையைப் பெறுவதற்கு இப்பயிற்சி துணை நிற்கிறது. இப்பயிற்சி பெற்றவர்கள் தீயவற்றைக் கேட்டாலும், தீயவற்றைப் பார்த்தாலும் உணர்ச்சிவசப்படாமல், நிதானம் தவறாமல் சொல்லையும், செயலையும் ஆற்றக் கூடியவர்களாக இருப்பார்கள். பிரத்தியாகாரத்தில் சிறந்தவர்களுக்குச் சத்துவகுணம் மேலோங்கி நிற்கும். இறை நாட்டம், இறையுணர்வு இவர்களது உள்ளங்களை ஆக்கிரமித்துக் கொண்டு இருக்கும். சிறந்த சிந்தனையாளராகவும், தொண்டுள்ளம் கொண்டோராகவும் விளங்குவார்கள்.

புலனடக்கப் பயிற்சி

புலன்களை வசப்படுத்தும் அல்லது கட்டுப்படுத்தும் பயிற்சியின் முக்கியத்துவத்தைத் திருவள்ளுவர் சீரிய முறையில் தெளிவாக்குகிறார்:

உரனென்னுந் தோட்டியான் ஓரைந்துங் காப்பான்
வரனென்னும் வைப்பிற்கோர் வித்து

அறிவினைக் கொண்டு தெளிந்து, அக்கருவியால் ஐந்து பொறிகள் வாயிலாகச் செயல்படும் புலன்களைக் கட்டுப்படுத்த வல்லவன் மேலான வீடு பேற்றுக்கு வித்து போன்றவன் என்கிறார். மேலும்,

சுவைஒளி ஊறுஓசை நாற்றமென்று ஐந்தின்
வகைதெரிவான் கட்டே உலகு

தோலில் தொடு உணர்வு (வெப்ப, குளிர் உணர்வு), சுவையறிதல், பார்த்தல், கேட்டல், வாசனை அறிதல் ஆகிய ஐம்புலன்களின் வகைகளை ஆராய்ந்து தெளிந்து செயலாற்ற வல்லவனுடைய அறிவிலேதான் இவ்வுலகமே உள்ளது என்று விளக்குகிறார்.

துறந்தார் பெருமை துணைக்கூறின் வையத்து
இறந்தாரை எண்ணிக்கொண் டற்று

என்ற குறளில் பற்றுகளைத் துறந்தவர்களின் பெருமையை அளந்து கூறுதல் என்பதானது உலகில் இதுவரையிலும் பிறந்து, இறந்தவர்கள் எத்தனைப்பேர் என்பதைக் கணக்கிடுவது போன்று இயலாதது என்று விளக்குகிறார். பற்றுகளை விடவேண்டுமாயின் அதற்குப் புலன்களை முழுமையாக வசப்படுத்தும் பயிற்சியே அடிப்படையானதாகும்.

ஒருமையுள் ஆமைபோல் ஐந்தடக்கல் ஆற்றின்
எழுமையும் ஏமாப் புடைத்து

ஆமையானது ஆபத்து வரும்போது தலையையும் கால்களையும் ஓட்டினுள் இழுத்துக்கொண்டு, தன்னைப் பாதுகாத்துக் கொள்வதுபோல, ஒரு பிறப்பில் ஒருவன் ஐம்பொறிகளையும் அடக்கியாள வல்லமை பெற்றுவிட்டானேயானால் அது அவனைப் பின்வரும் எல்லாப் பிறப்புகளிலும் காப்பாற்றக்கூடிய சிறப்பைப் பெறும் என்று திருவள்ளுவர் தெளிவாக்குகிறார்.

மனிதன் பெறக்கூடிய ஆற்றலில் பத்து விழுக்காடு மட்டுமே உடல் மற்றும் உயிரின் ஆக்கத்திற்குப் பயன்படுகிறது. தொண்ணூறு விழுக்காடு ஆற்றல் புலன்கள் பொறிகள் வாயிலாக வீணாக, மலிவான, நிலையற்ற இன்பத்திற்காகச் செலவழிக்கப்படுகிறது. குறிப்பாக பிரம்மச்சரியத்தை விட்டு விலகி அதிகமாக உடலுறவு அனுபவிக்கும்போது உயிராற்றல் மிக அதிகமாக வீணாகிறது. புலன்களைக் கட்டுப்படுத்தும் பிரத்தியாகாரப் பயிற்சி மூலம் ஆற்றல் முழுமையும் ஆன்ம பலத்திற்குப் பயன்படுத்தி, யோக வழியில் வழுவா நின்று, இறைநிலையாகிய பேரின்ப நிலையை அடையலாம்.

தாரணை

அட்டாங்க யோகத்தில் பிரத்தியாகரத்தை அடுத்து ஆறாவதாக வருவது தாரணை ஆகும். தாரணை என்பது மனத்தை ஒருமுகப்படுத்தக்கூடிய அல்லது ஒருநிலைப்படுத்தக்கூடிய (Concentration or fixation of mind) பயிற்சி முறையாகும்.

மனத்தை ஒரு நிலைப்படுத்துதல் என்பது இயல்பாகவே மனிதனிடத்தில் உள்ள ஒன்றுதான். எந்த ஒரு வேலையையும் இவ்வாறு நிலைப்படுத்தினால்தான் சரிவர செய்ய முடியும். ஒரு வயதுக் குழந்தை கூட கீழே கிடக்கும் ஏதேனும் ஒரு பொருளைக் கண்டெடுத்தால் அதை அப்படியும் இப்படியும் புரட்டிப் பார்ப்பதைப் பார்க்கிறோம். மனத்தை ஒருமுகப்படுத்துவதன் மூலம் அவ்வாறு செய்கிறது. மீண்டும் வேறு ஒரு பொருளைக் கண்டால் அதனை விட்டுவிட்டு, அந்தப் பொருளை நோக்கி மனத்தை சிறிது நேரம் ஒருமுகப்படுத்துகிறது. இளங்குழந்தைகளின் இத்தகைய செயலில் எந்த நோக்கமும் கிடையாது. ஆனால் குழந்தைகள் வளர வளர மனத்தை ஒருநிலைப்படுத்தும் ஆற்றலும் அதிகரித்து, பள்ளிப் பருவத்தில் இன்னும் அதிகரிக்கிறது. அவ்வாறு அதிகரிப்பது இயல்பாகவும், அவசியமாகவும் ஆகிறது. மாணவர்கள் மட்டுமின்றி தொழில் புரியும் பெரியவர்களுக்குமே அத்தொழிலைச் செவ்வனே முடிக்க இவ்வாற்றல் அவசியமாகிறது. ஆக்கபூர்வமான நடவடிக்கைகளில் இவ்வாற்றல் பயன்படுத்தப்படும்போது நல்ல விளைவுகளும், தீய நடவடிக்கைகளில் பயன்படுத்தப்படும்போது தீய விளைவுகளும் நிகழ்கின்றன.

மனத்தைப் பொறுத்தே மனிதனின் ஆளுமை அமைகிறது. அவ்வாறு அமைவது மனத்தை ஒருமைப்படுத்தும் ஆற்றலைப் பொறுத்து வேறுபடுகிறது. மனமானது நிலையான, உறுதியான மனம், ஒருமுகப்படுத்தக்கூடிய மனம், எப்போதாவது ஒருமுகப்படுத்தக்கூடிய மனம், அலைகழிக்கும் மனம், மூட மனம் என வகைப்படுத்தப்படுகிறது.

இதில் மூட மனத்தை உடையவர்கள் கூட முறையான யோகப் பயிற்சி அளிக்கப்பட்டால் உறுதியான மனத்தைப் பெறக்கூடிய வாய்ப்பு உண்டு என்பதில் ஐயமில்லை.

தியானம்

யோகத்தின் ஏழாவது படி தியானம் ஆகும். தாரணைப் பயிற்சியில் 3
சிறந்தவர்களுக்கு இது மிக எளிதில் கைவரப் பெறும்.

மனித வாழ்வில் உடல் நலத்திற்கு அடிப்படையாய் அமைவது மன நலம் ஆகும். உடல் நலத்தைப் பேண வேண்டுமாயின் மன நலம் நன்றாக இருக்க வேண்டும். என்னதான் விலையுயர்ந்த, வீரியமுள்ள மருந்துகளை நோயாளிகள் உட்கொண்டாலும் மனம் அமைதியாகவும் நலமாகவும் இருந்தால்தான் விரைவில் குணம் கிடைக்கும்.

மனத்தை வசப்படுத்தும் கலை

மனிதன் ஏழையாயிருந்தாலும் செல்வந்தனாயிருந்தாலும் வாழ்க்கையில் மன அமைதியைச் சீர்குலைக்கும் பிரச்சினைகள் ஏற்படுவது தவிர்க்க முடியாததாகிறது. அப்படி தினமும் ஒவ்வொரு பிரச்சினை ஏற்படும்போது மன உளைச்சல் ஏற்பட்டு மன நலம் கெட்டு, அது உடல் நலத்தையும் பாதிக்கிறது. அதி குருதி அழுத்த நோய் (இரத்தக் கொதிப்பு), மதுமேக (நீரிழிவு) நோய், இரைப்பு (ஆஸ்துமா) நோய், நரம்புத் தளர்ச்சி நோய்கள் முதலிய பல நோய்கள் தொடர்ந்து மன உளைச்சல் (Stress) காரணமாக ஏற்படுகின்றன. இத்தகைய நோய்கள் வராமல் தடுக்கவும், வந்தால் போக்கவும் மன அமைதியைப் பராமரிப்பது அவசியம். அதற்கு உதவும் யோகப் பயிற்சி முறைகளுள் ஒன்றே தியானம் (Meditation) என்ற மனத்தை வசப்படுத்தும் பரிபூரண விஞ்ஞானக் கலை. இதற்கு முன்னோடியாக அமைவது மனத்தை ஒருமுகப்படுத்தும் (Concentration) தாரணை என்ற பயிற்சி முறை.

கண்ட சிந்தனைகளில் அலைபாயும் மனத்தை, அவைகளிலிருந்து விடுவித்து ஒருநிலைப்படுத்துவது தாரணை. அவ்வாறு ஒருநிலைப் படுத்தப்பட்ட மனத்தை நம் வசப்படுத்த உதவும் பயிற்சியே தியானம்.

மன அமைதி

ஏதேனும் ஒரு பொருள் பற்றிய இடைவிடாத சிந்தனையை மேற்கொள்ளும் நிலையை (Cessation of all thoughts except one) தியானம் எனலாம். அதாவது பல்வேறு பிரச்சினைகளோடு தொடர்புடைய மன உளைச்சலை உண்டாக்கும் சிந்தனைகளை அகற்றி, மன அமைதியை உண்டாக்கும் ஒரே ஒரு சிந்தனையில் மனத்தைக் குறிப்பிட்ட நேரத்திற்குத் திளைக்க வைக்கும் பயிற்சி முறை தியானம் ஆகும். மன உளைச்சலின் போது மனத்தின் அலை அல்லது சுழல் வேகம் பன்மடங்கு அதிகரிக்கிறது. தியானப் பயிற்சியின் மூலம் அவ்வேகம் நன்கு குறைந்து மனம் அமைதிப்படுகிறது. தினமும் காலை, மாலை, இரவு வேளைகளில் சமதளத்தில் மெல்லிய விரிப்பின் மீது சம்மனமிட்டபடி (சுக ஆசனம்) அமர்ந்தோ அல்லது பத்மாசனம் முதலிய தியான ஆசனங்களில் அமர்ந்தோ இருபது முதல்

முப்பது நிமிடங்கள் வரை யோக வல்லுநரின் ஆலோசனைப்படி பயிற்சி செய்து வரும்போது முன்னர் கூறிய நோய்கள் வராமல் தடுக்கவும், வந்தால் போக்கவும் ஏதுவாகிறது. நாள் முழுவதும் புத்துணர்ச்சி கிடைக்கிறது. உறக்கம் கெட்டு வருந்துபவர்களுக்கும் நல்ல உறக்கம் கிடைக்கிறது. பிரச்சினைகளை எதிர்கொண்டு அவற்றைத் தீர்க்கும் மன வலிமை அதிகரிக்கிறது.

ஏக சிந்தனையில் மனத்தைத் திளைக்க வைக்கும் தியானப் பயிற்சியில் முழுமை பெற்றவர்களுக்கு, சிந்தனைகளே அற்ற, மிக ஆழ்ந்த உறக்க நிலை போன்ற மன அமைதியை ஏற்படுத்தும் ஆழ்நிலைத் தியானம் (Transcendental meditation) என்ற பயிற்சி முறை கைவரப் பெறும்.

இன்றைய நவீன யுகத்தில் தொழில் நுட்பம், தொழில் வளம் பெருகி அதனால் நகர்மயமாதலும் அதிகரித்து வருவதால் மனிதன் இயந்திரம் போல் இயங்கி வாழ்வை நடத்திச் செல்ல வேண்டியுள்ளது. இதனால் பல சூழ்நிலைகளில் மன உளைச்சல் (Stress) அல்லது மன அழுத்தம் (Tension) ஏற்பட்டு, உடல் நலத்தையும் பாதிக்கிறது. சிலரை இத்தகைய சூழ்நிலைகள் தொடர்ந்து பாதிக்கும்போது தன்னம்பிக்கையையும் மனோபலத்தையும் இழந்து, அவர்கள் தற்காலிக நிவாரணம் ஏற்படுத்தக்கூடிய மதுவகைகள் அல்லது தூக்க மாத்திரைகள் அல்லது போதை மருந்துகளை உண்ண ஆரம்பித்து, அவற்றிற்கே அடிமையாகி விடுகிறார்கள். இதனால் நாளடைவில் மிகவும் கடுமையான நோய்களுக்கு இலக்காகிறார்கள். தான் பாதிப்படைவதோடு மட்டுமில்லாமல், தன்னைச் சார்ந்தவர்களுக்கும் மிகப்பெரும் பாதிப்பை ஏற்படுத்தி விடுகிறார்கள்.

மன உளைச்சலுக்கும், மன அழுத்தத்திற்கும் நிவாரணமானது மதுவிலோ, போதை மாத்திரைகளிலோ இல்லை. அவற்றிற்கு வடிகாலாக அமையும் யோக வழி முறைகளிலேதான் உள்ளது. அம்முறைகளே மனோ மருத்துவமாக அமைகின்றன. தியானமானது உடல் ரீதியாகவும், மன ரீதியாகவும், உணர்வு பூர்வமாகவும் நிவாரணம் அளிக்கவல்லது.

தியானப் பயிற்சி

தியானம் செய்வதற்காக எத்தனையோ முறைகள் சொல்லப் பட்டிருக்கின்றன. ஓர் எளிய முறையை இங்கே பார்ப்போம்:

தனியான, அமைதி சூழ்ந்த, காற்றோட்டமான அறையைத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ளவும். வெளிச்சம் மிகக் குறைவாக இருத்தல் நலம். சமதளத்தில் தரை விரிப்பின் மேல் தியான ஆசனங்களில் ஒன்றில்

அமர்ந்துகொள்ள வேண்டும். முன்னே சுமார் பத்து அடி தூரத்தில் நெய் அல்லது ஆமணக்கு எண்ணெயில் எரியக்கூடிய சிறு கைவிளக்கை ஏற்றி வைத்துக் கொள்ளவும். தியானம் செய்பவரின் கண்களின் மட்டத்திற்குத் தீபம் எரியும்படியான உயரத்தில் விளக்கை வைத்திருக்க வேண்டும். தியானம் செய்பவர் சிறிது நேரம் (முப்பது வினாடிகள்) அந்த எரியும் தீபச் சுடரைப் பார்த்துக் கொண்டு இருந்துவிட்டுப் பின் மென்மையாக இரு கண்களையும் மூடி அந்தச் சுடரையே மனத்தில் நினைத்துக் கொண்டு இருக்க வேண்டும். இடையிடையே வேறு சிந்தனைகள் வந்து கொண்டிருக்கும். அவ்வாறு வரும்போது அச்சிந்தனையை மெதுவாக மாற்றி, தீபச் சுடரை மீண்டும் நினைவுக்குக் கொண்டு வர வேண்டும். இப்படியே ஒவ்வொரு முறையும் சிந்தனைச் சிதறல் ஏற்படும் போதெல்லாம் பலவந்தமாக இல்லாமல் மெதுவாக அவைகளைப் போக்கி மீண்டும் மீண்டும் தீபச் சுடரை நினைவுக்குக் கொண்டு வந்து, அதனையே நினைத்திருக்க வேண்டும். முதலில் ஐந்து நிமிடங்கள் செய்து பழக வேண்டும். ஐந்து நிமிடத்தில் எத்தனை முறைகள் சிந்தனைச் சிதறல் ஏற்படுகிறது என்பதனைக் கவனித்து, முறையான பயிற்சி மூலம் நாளாவட்டத்தில் சிதறல்களின் எண்ணிக்கையைக் குறைத்துக் கொண்டே வந்து, தியானம் செய்யக்கூடிய ஐந்து நிமிட நேரமும் முழுமையாகச் சிந்தனைச் சிதறலில்லாமல் ஏற்படும் நிலையை அடைய வேண்டும். பிறகு படிப்படியாகத் தியான நேரத்தின் அளவை அதிகரித்துக் கொண்டே வந்து, ஒரு வேளைக்கு அரை முதல் ஒரு மணி நேரம் வரை தியானம் செய்யலாம். நாள் ஒன்றுக்கு மூன்று அல்லது நான்கு முறைகள் (கால அவகாசத்திற்கு ஏற்ப) தியானிக்கலாம். இந்தப் பயிற்சியினால் கண்களுக்கும் நன்மை கிடைக்கிறது.

தியான மந்திரம்

பிரணவ மந்திரம் 'ஓம்' என்பது தியானத்திற்குப் பயன்படும் சிறந்த சாதனமாகும். தந்தைக்குத் தனயன் (சிவனுக்கு முருகன்) உபதேசித்த புராணம் நாம் அறிந்ததே. இதிலே வெளிப்படுகிற ஓர் உன்னத தத்துவம் என்னவெனில், வயதில் சிறியவர் பெரியவர் என்ற பாகுபாடின்றி சிறுவனே ஆயினும் குருவாக மனதில் ஏற்று முறையாகக் கற்றுக் கொள்வதுதான் சிறந்த அறிவைப் பெற வழி வகுக்கும் என்பது ஆகும். யோக முறைகளையும் அதேபோல் குரு பக்தி நம்பிக்கையுடன் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். அப்போதுதான் அது பலிதமாகும்.

விண் (ஆகாயம்) என்ற பூதமே பஞ்ச பூதங்களாகிய காற்று, தீ, நீர், மண் ஆகியவற்றிற்கு அடிப்படை. விண் அணுக்கள்தான் பல்வேறு விகிதங்களில் பரிணமித்து சேர்க்கையாகி மற்ற நான்கு பூதங்களையும் உண்டாக்குகின்றன. இவ்விண்ணணுக்களால் இந்த அண்டவெளியில் உண்டாகும் விண்ணோசை 'ஓம்' என்பதாகக் கண்டுள்ளனர்.

தியானம் செய்யும்போது இந்தப் பிரணவ மந்திரத்தை ஜெபித்துக் கொண்டே இருக்க வேண்டும். சிந்தனைச் சிதறல் ஏற்படாவண்ணம் தடுக்கவும், மன அலை வேகத்தைக் குறைத்து, மனத்தை அமைதிப்படுத்தவும், மனோவலிமையையும் ஜீவகாந்த ஆற்றலைப் பெருக்கவும் இம்மந்திரம் உதவுகிறது. மந்திரத்தை வாயினால் தொடர்ந்து உச்சரித்துக் கொண்டே கண்ணை மூடியபடி தியானம் செய்வது ஒரு முறை.

மனத்திற்குள்ளேயே 'ஓம்' என்ற எழுத்தின் வடிவத்தை உருவகப்படுத்திய நிலையில், மனத்திற்குள்ளேயே உச்சரித்துக் கொண்டு கண்ணை மூடியபடி தியானம் செய்வது மற்றொரு முறை. 'ஓங்காரத் தவம்' என்றும் இம்முறையைப் பெயரிட்டு அழைப்பர். "ஓம் சிவாய நம" என்னும் சிவ நாமத்தைச் சேர்த்தும் தியானம் செய்வார்கள். மூலாதாரம் தொடங்கி சுவாதிட்டானம், மணிப்பூரகம், அனாகதம், விசுத்தி, ஆக்கினை ஆகிய ஆதாரங்களில் ஒன்றன்பின் ஒன்றாக மனத்தை நிலைநிறுத்தி, தியானித்து ஆக்கினைச் சக்கரத்தில் நெடுநேரம் தியானிக்க வேண்டும். மூலாதாரத்தில் உறையும் குண்டலியைக் கிளர்ந்து எழும்பச் செய்ய இத்தியானம் உதவும். இத்தியானத்தை ஆசனங்கள், பிராணாயாமம் முதலியவற்றைச் செய்வதற்கு முன்போ பின்போ செய்யலாம்.

தியான முறைகள் பல சொல்லப்பட்டிருந்தாலும், தியானப் பயிற்சியானது எளிதாகத் தோன்றினாலும் எல்லோருக்கும் அதில் முழுமை பெறுவது விரைவில் சாத்தியமன்று. அட்டாங்க யோகத்தின் முதல் ஆறுபடிகளில் பயிற்சி பெற்றவர்களுக்குத்தான் தியானம் எளிதாகக் கைவரப் பெறும். பதஞ்சலியின் கூற்றுப்படி, குறிப்பிட்ட ஒரு பொருளின்மீது, மனமானது முழுவதுமாகச் சலனமின்றி நிலை நிறுத்தப்படுவது தாரணை ஆகும். அத்தகைய தாரணையிற் பொருந்திய மனநிலையை அதிக நேரம் இடைவிடாது நீட்டித்தால் அதுவே தியானமாகும். சுருங்கக்கூறின், குறிப்பிட்ட காலம் வரை இடைவிடாது நிகழும் தாரணையே தியானம் ஆகும்.

தூங்காத தூக்கம்

தியானம் என்பதனைச் செய்ய முறையாக ஆராயும்போது, தியானம் செய்பவன், தியானத்திற்கு எடுத்துக் கொள்ளும் பொருள், தியானம் செய்கிற செயல் அல்லது நிலை என்ற மூன்று பகுதிகள் உள்ளன. நீண்ட, முறையான பயிற்சி மூலம் தியானம் செய்பவன் தன் நிலையை மறக்கிறான். பின்னர் தான் தியானம் செய்கிறோம் என்பதனையும் மறந்து, தியானப் பொருளுடனே ஒன்றி அதாகவே மாறிவிடுகிறான். இதுவே தியானம். இன்னும் ஆழ்ந்த பயிற்சி நிலையில்

தியானப் பொருளின் உணர்வும் அற்றுக் கிட்டத்தட்ட உறக்க நிலைக்கு வருகிறான். ஆனால் இவையெல்லாம் விழிப்பு நிலையிலேயே மேற்கொள்கிறான். 'தூங்காமல் தூங்கி சுகம் பெறுதல்' என்பது இதனையே குறிக்கும் என்பது அறிஞர்கள் கூறும் விளக்கமாகும்.

காலம், திசை

தியானம் செய்வதற்கு எல்லா நேரமும் உகந்ததுதான் என்றாலும் அதிகாலை நல்ல முகூர்த்த வேளையிலும், மாலையில் அந்திசாயும் நேரமும் மிகவும் பயனளிக்கும் காலங்களாகும். வடக்கு அல்லது கிழக்கு திசை நோக்கி விரிப்பின் மீது அமர்ந்து தியானித்தல் சிறந்தது.

சமாதி

சமாதியானது யோகத்தின் இறுதி நிலையாகும். தியானத்திற்கு வெவ்வேறு பரிமாணங்கள் உண்டு. தியானமானது அதில் ஈடுபடுபவரின் நோக்கத்தினைப் பொறுத்து பலன்களை அளிக்கும். தாரணை, தியானம், சமாதி ஆகிய அந்தரங்க யோக நிலைகள் ஒன்றிற்கொன்று மிக நெருங்கிய தொடர்புடையவை என்பதனை நாம் உணர்ந்து கொள்வது அவசியம். இவைகள் ஆன்மீக உணர்வுகளுக்காகவும் நோக்கங்களுக்காகவும் மட்டும் உரியவை என்று நினைத்துக் கொள்ளக்கூடாது. நல்ல நோக்கங்களுக்காகத் தியானிக்கும் போது நல்ல விளைவுகளும் தீய நோக்கத்திற்காகத் தியானிக்கும் போது தீய விளைவுகளும் உண்டாகின்றன. அவ்விளைவுகள் கைகூடிய நிலையைச் சமாதி என்று யோகத்தின் இறுதி நிலையாகக் கொள்ளலாம். ஆன்மீகவாதி இறைவனை தியானிக்கிறான். சமாதியில் இறைவனை உணர்ந்து இறைநிலையை அடைகிறான். தான் வேறு, கடவுள் வேறு என்ற நிலையில்லாமல் இரண்டும் ஒன்றாகும் நிலையை அடைகிறான். அதுவே பேரின்ப நிலை எனப்படுகிறது. இறைநிலையை அடையும் போது படைத்தல், காத்தல், அழித்தல் ஆகிய முத்தொழில் வல்லோனாகிறான். இறைவனைப் போன்றே எல்லா வல்லமைகளும் (Omnipotent), எல்லா அறிவும் (Omniscient) பெற்றவனாகவும் ஆகிறான். அருவமாகவும், அருவுருவமாகவும், உருவமாகவும் தன்னை ஆக்கிக்கொள்ளும் நிலையுடையவனாகிறான். பிறப்பு, இறப்பு சக்கரத்திலிருந்து விடுபட்டவனாகிறான். இதுவே முக்தி என்றும் மோட்சம் என்றும் அழைக்கப்படுகிறது. இது நினைத்தற்கே அரிய ஒன்று, கைவரப்பெறுவது அவ்வளவு எளிதல்ல. இயம, நியமாதிகளில் பூரணமாக வழுவாது நின்று வரும் போதுதான் இந்நிலையை அடைய முடியும். பாவப் பதிவுகளை எல்லாம் நீக்கிய பிறகுதான் வாய்க்கும்.

கண்டவர் விண்டிலர்

சமாதி நிலையைப் பற்றி அறிய முற்படுகையில், அதிலும் வெவ்வேறு பரிமாணங்கள், தியானத்தில் இருப்பது போலவே இருப்பதை உணரலாம். தியானத்தின் நோக்கமே சமாதியாக நிறைவுறுகிறது. சமாதியைப் பற்றி சித்தர்களும் மெய்ஞானிகளும் பல்வேறு கோணங்களில் விளக்கியுள்ளார்கள். ஆனால், அத்தனை விளக்கங்களுமே ஏற்றுக்கொள்ளக் கூடிய வகையில், அதன் பரிமாணங்கள் அமைகின்றன. 'கண்டவர் விண்டிலர்' 'விண்டவர் கண்டிலர்' என்ற கூற்றிலே காண்பது போல சமாதியின் ஒரு பரிமாணமாகிய இறை நிலையை அடையும் முக்தி பெற்றவர்கள் மீண்டும் பிறப்பதில்லை என்பதால் 'கண்டவர் விண்டிலர்' என்பது உண்மையாகிறது. மீண்டும் பிறப்பவர்கள் முன் பிறவியில் சமாதி நிலையை ஒருவேளை எட்டியிருந்தாலும் அதில் பூரணத்துவம் பெறாத நிலையில் மீண்டும் பிறப்பினை அடைகிறார்கள். பாவப் பதிவுகள் (Imprints of sin) முழுமையாக நீங்காததால் அவ்வாறு மீண்டும் பிறக்கும் போதுதான் முற்பகுதியில் கண்ட சமாதி நிலை பற்றிய உணர்வை, ஞானத்தை இழந்துவிடுவதால், மறந்துவிடுவதால் 'விண்டவர் கண்டிலர்' என்ற கூற்றுப் பொருந்துகிறது.

இறைவனுக்குச் சமம்

சமம் + ஆதி = சமாதி என்பதிலிருந்து ஆதி பரம்பொருளாகிய இறைவனுக்குச் சமமான நிலையை அடைவது சமாதி ஆகிறது. பதி, பசு, பாச தத்துவ வழியே ஆராயும்போது பசுவாகிய சீவான்மா பாசமாகிய தளையை அதாவது உலக பந்தங்களைத் துறந்து அல்லது அவற்றிலிருந்து விடுவிக்கப்பட்டுத் தன் மூலமாகிய பரமாத்மாவை, அதாவது பதியைச் சேர்ந்து ஒன்றிக்கும் நிலையைச் சமாதி எனலாம்.

வள்ளுவர் "ஆதி பகவன் முதற்றே உலகு" என்றதன் பொருள் உலக உயிர்கள் அனைத்திற்கும் மூலமாயிருப்பவன் ஆதி பரம்பொருளாகிய இறைவனே. வள்ளுவர் அப்பரம்பொருளை வாலறிவன் (தூய அறிவுடையவன்), வேண்டுதல் வேண்டாமை இலான் (விருப்பு, வெறுப்பு இல்லாதவன்), பொறிவாயில் ஐந்தவித்தான் (ஐம்புல ஆசைகளை ஒழித்தவன்), தனக்குவமை இல்லாதான், அறவாழி அந்தணன் (அறக்கடல்), எண் குணத்தான் என்று பல பெயர்களால் விளிக்கிறார். இவையெல்லாம் இறை நிலையில் ஏற்படும் பண்புகள் ஆகின்றன. இங்கே 'இறைவனடி சேர்வது' என்பது கிட்டத்தட்ட இயம, நியமாதி, யோக நெறியில் வழுவாது நின்று, யோகத்தின் இறுதி நிலையாகிய சமாதி நிலையை அடைவதற்கு ஒப்பாகும்.

நட்டகல்லை தெய்வமென்று நாலுபுட்பம் சாற்றியே
சுற்றி வந்து முணுமுணென்று சொல்லு மந்திரம் ஏதடா
நட்டகல்லும் பேசுமோ நாதன் உள்ளிருக்கையில்
சுட்ட சட்டி சட்டுவம் கறிச்சுவை அறியுமோ?

என்ற சிவவாக்கியரின் கருத்துப்படி சீவனின் உள்ளத்தின் உள்ளேயே உறைந்திருக்கும் நாதனாகிய இறைவனை உணரும் நிலையே சமாதி. இறை நிலையாகிய வாய்மை நிலையை உணர்ந்து தெளியும் நிலையே (Realization of Truth) சமாதி நிலை.

சமாதியை நினைவற்ற ஆன்ம தியானம் எனலாம். அதாவது பொறி, புலன்களாகிய கருவிகளோடு கூடிய உடலில் உறைந்திருக்கும் ஆன்மாவானது அவற்றினின்று தனித்துப் பற்றற்று இருக்கும் நிலை; தன்னையும் தன்னைச் சுற்றியும் இருப்பவற்றை மறந்து இருக்கும் ஓர் உன்னத நிலை; நினைவும் உணர்வும் முற்றிலும் நீங்கிய நிலை. கட + உள் = கடவுள், ஆன்மாவானது உள்ளத்தில் இருப்பினும் அதனைக் கடந்த நிலையிலும் இருப்பது 'கடவுள் நிலை', அதுவே சமாதி நிலையாம்.

3

வர்மக்கலை

மரு. அ. மரிய ஜோசப்

முன்னுரை

வர்மக்கலை என்பது, தன்னைத் தாக்க வருகின்ற எதிரிகளிடமிருந்து தன்னைப் பாதுகாத்துக் கொள்வதற்காக, எதிரிகளின் வர்மப் பகுதிகளில் அடித்தோ, தட்டியோ, தொட்டோ வீழ்த்த, சிறந்த வர்ம ஆசானிடம் பயிலுகின்ற ஒரு கலையாகும்.

இக்கலையின் முக்கிய நோக்கம், ஆபத்தான காலங்களில் தன்னைப் பாதுகாப்பதற்காகக் கற்பதே ஆகும். இக்கலையைப் பயின்றபின் தன்னைப் பெரியவனென்று கூறிக்கொண்டு மற்றவர்களை அழிப்பது இதன் நோக்கமன்று. இவ்வர்மக் கலையைப் பயில்பவர்கள் ஆசானிடம் பல வருடம் தங்கியிருந்து நுட்பமாகக் கற்க வேண்டும். அவற்றைக் கற்பதோடு மட்டுமல்லாமல், அடிபட்டுக் கீழே விழுந்தவர்களை, வர்ம அடங்கல் உள்ள பகுதிகளில் தட்டி எழுப்பும் முறையையும் நன்கு கற்க வேண்டும். எதிரியை வீழ்த்தும் முறையையும், வீழ்ந்த எதிரியை எழுப்பும் முறையையும் முறையாகக் கற்றவனையே, வர்மக்கலையை நன்கு பயின்றவன் எனக் கொள்ளலாம்.

வர்மம் என்றால் என்ன ?

உடலின் சில குறிப்பிட்ட பதி வுகளில், குறிப்பிட்ட விசையில், நேராகவோ அல்லது மறைமுகமாகவோ தாக்குதல் நிகழும்போது ஏற்படும் உடல் மாற்றங்களே வர்மம் எனப்படுகின்றன.

தாக்குதலின் வேகத்தைப் பொறுத்தும், காலத்தைப் பொறுத்தும், தாக்குண்டவரின் உடல் வன்மையைப் பொறுத்தும் உடல் மாற்றங்கள் வேறுபடும். வலி, வேதனை, வீக்கம், இரத்தம் வெளிப்படுதல், கை, கால்கள் சுண்டி இழுத்தல், உறுப்புகள் செயலிழத்தல், வாந்தி, நாக்கு வெளித்தள்ளல் அல்லது உள்ளிழுத்துக் கொள்ளல், லிங்கம் உள்ளிழுத்தல் அல்லது வெளித்தள்ளல், கண் வெளித்தள்ளுதல், மூர்ச்சை, மயக்கம், மரணம் போன்றவை ஏற்படும்.

வர்மத்தின் மறுபெயர்கள்

வர்மம் என்ற சொல்லுக்கு நிகராகக் காலம், அடக்கம், மர்மம், சூட்சம், வன்மம், ஏமம், ஈடு என்ற பல சொற்கள் வழங்கப்படுகின்றன. காலன் என்ற சொல்லே காலம் எனத் திரித்து வழங்கப்படுகிறது. காரணம் வர்மப் பகுதியில் அடிபடுதல் கூற்றுவனை (காலனை) அழைப்பதற்குச் சமம். அடிபட்ட ஒருவனை, குறிப்பிட்ட காலத்திற்குள் (கெடு) எழுப்பாவிடில் மரணம் நிச்சயம். ஆதலால், காலம் தாழ்த்தாது இளக்குமுறை செய்தல் அவசியம். எனவே இதற்குக் 'காலம்' என்ற பெயர் வழங்கலாயிற்று.

'அடக்கம்' என்ற சொல், வர்மப் பகுதிகள் அடங்கி இருக்கும் நிலையை உணர்த்தும்.

'சூட்சம்' என்ற சொல், உடலின் சூட்சமான பகுதிகளாக வர்மப் பகுதிகள் இருப்பதால் கையாளப்படுகிறது.

'வன்மம்' என்பது வலிந்து தாக்குதல் என்று பொருள்படும். சுவடு முறைவைத்து, வர்மப் பகுதிகளில் தாக்கும் கலையானதால், இக்கலைக்கு வன்மம் என்றொரு பெயரும் ஏற்பட்டிருக்கலாம்.

'ஏமம்' என்ற சொல், பாதுகாப்பு என்று பொருள்படும். பகைவரிடமிருந்து தன்னைப் பாதுகாத்துக் கொள்ள இவ்வர்மக் கலையைப் பயன்படுத்துவதால், இக் கலைக்கு ஏமம் என்றொரு பெயரும் காணப்படுகிறது.

'ஈடு' என்ற சொல் சாவுக்குச் சமமான என்ற பொருளில் பயன்படுத்தப்படுகிறது. ஒரு சில வர்மம் கொண்டவர்களைக் குணப்படுத்த முடியாத நிலை உள்ளதால் இச்சொல் 'வர்மம்' என்ற சொல்லுக்கு மறு சொல்லாக அதிகமாகப் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

வர்மக்கலை வழங்கும் இடங்கள்

இந்த வர்மக்கலையானது இன்று குமரி மாவட்டத்திலும், தென் கேரளப் பகுதிகளிலும் அழியாமல் காணப்படுகின்றது. இந்த இடங்களைத்தவிர, திருநெல்வேலி, இராமநாதபுரம் மாவட்டங்களிலும், இக்கலை இருந்து காலப்போக்கில் அழிந்துள்ளது. குமரி மாவட்டத்திலுள்ள ஒவ்வொரு ஊரிலும், ஏராளமான வர்ம ஆசான்கள் இருந்து, இக்கலையை அழியாமல் பாதுகாத்து வருகின்றனர். இங்குள்ள வர்ம மருத்துவர்களில் பெரும்பாலோர், வர்மக் கலையினைக் கற்பவர்கள் நல்லவர்களா, தீயவர்களா என்பதை நன்கு அறிந்த பின்னரே கற்றுக் கொடுக்கின்றனர். வர்மம் சம்பந்தமான ஏட்டுச் சுவடிகளில் காணப்படுகின்ற ஒவ்வொரு பாடல் வரிகளும், ஆசான்மார்களின் இதயப் பலகையில் உள்ளன.

வர்மக்கலை பயின்றவர் கடைப்பிடிக்க வேண்டியவை

இவ்வர்மக் கலையினை, வர்ம ஆசான்மார்கள், அனைவருக்கும் கற்றுக் கொடுக்கமாட்டார்கள். காரணம் கொடியவர்கள் இக்கலையை ஆக்க வழியில் பயன்படுத்தாமல், அழிவு வழியில் பயன்படுத்துவார்கள். எனவே இக்கலையைப் பயில்பவர்கள் சில நெறிமுறைகளைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டியது மிகவும் இன்றியமையாததாகும். வர்ம ஆசான்களிடம், பன்னிரண்டு வருடம் சீடராக இருந்து, குருபக்தியுடையவராக இருத்தல் வேண்டும். எதிரி தாக்க வந்தாலும், தன்னால் இயன்ற அளவு பின்வாங்கிச் செல்பவராக இருத்தல் வேண்டும். தனக்கு ஆபத்து ஏற்படும் சமயத்தில் மட்டுமல்லாமல் ஏனைய சமயங்களிலும் பகைவனைத் தாக்க மாட்டேன் என்று சத்தியம் செய்து கொடுக்க வேண்டும். தன் உயிரைக் காக்கப் பயன்படுத்தி, ஆபத்து ஏற்படுத்தினாலும் அடிபட்டு மயங்கிக் கிடக்கின்ற எதிரியின்பால் அன்பு பூண்டு, அவரை எழுப்பிவிடும் கருணை உள்ளம் படைத்தவராகவும் இருத்தல் வேண்டும். இத்தகைய குணங்கள் உடையவர்களே இக்கலையைப் பயிலத் தகுதியுடையவர்கள். இத்தகுதிகள் இன்றி, பிறரிடம் சண்டைக்காகக் கச்சைகட்டித் திரிபவர்களுக்கு (முரடர்கள்போல) இக்கலையைக் கற்பிக்கக் கூடாது.

வர்மக்கலை எங்கும் பரவாத காரணம்

தாங்கள் கற்றுத்தேர்ந்த கலைகளை, மற்றவர்களும், ஐயமறக் கற்றுத் தெளிதல் அவசியம் என்ற நோக்கம் படிப்படியாகத் தமிழர்கள் உள்ளத்தில் இருந்து அகன்று விட்டது என்றே கூறலாம். தாம் கற்ற கலைகளை, மற்றவர்களுக்குப்

பயிற்றுவிக்கும் பண்பாளர்கள் தமிழகத்தில் இல்லை என்பது இதன் பொருளல்ல. கற்ற கலையினை, நல்லவற்றினைச் செய்யப் பயன்படுத்துவதற்குப் பதிலாகத் தீயவற்றினைச் செய்ய மனிதர்கள் துணிந்து விட்டால், யாருக்குத்தான் இத்தகு கலைகளைப் பிறருக்குக் கற்றுக் கொடுக்கத் துணிவு வரும்? இது மட்டுமல்லாமல் தனக்குக் கற்றுதந்த ஆசானையே எதிர்க்கவும் துணிந்து விடுகின்றார்கள். இதனால், வர்மக் கலையைக் கற்றுத் தேர்ந்த ஒவ்வொரு ஆசான்மார்களும், முழுக்கலையையும் பிறருக்குக் கற்றுக் கொடுக்காமல், முக்கியமான சில, வர்மக்கலைகளைத் தமக்குப் பாதுகாப்பாக வைத்துக் கொண்டு, ஏனையவற்றையே பிறருக்குக் கற்றுக் கொடுக்கின்றனர். காலப்போக்கில், சிறிது சிறிதாக இக்கலைகள் முழுவதுமே அழிந்துபோக, இத்தன்மை வழி வகுக்கிறது.

ஆக்க வேலைகளுக்காகக் கண்டுபிடிக்கப்பட்ட அணுசக்தி, அழிவு வேலைகளுக்குப் பயன்படுத்தப்படும்போது அதனைக் கண்டுபிடித்தவரின் மனம் வேதனை அடைவது போல, வர்மப் பகுதிகளில் அடிபட்டவர்களை, உயிருக்குச் சேதம் ஏற்படாவண்ணம் எழுப்பி விடுவதற்காக ஏற்படுத்தப்பட்ட இக்கலை, மற்றவர்களின் உயிரினைப் பறிக்கப் பயன்படுத்தப்படுவதால்தான் அழிந்து வருகின்றது.

வர்மக்கலையும் மருத்துவமே

வர்மங்கொண்ட ஒருவனுக்கு எந்தெந்த இடத்தில் அடிபட்டால், என்னென்ன அறிகுறிகள் தென்படுமோ அந்தந்த அறிகுறிகளை அறிந்து, எவ்வளவு நாழிகைக்குள் இளக்கவேண்டும், பொறியில் அடிபட்டுக் கிடப்பவனின் எந்த உறுப்பைத் தட்டினால், எழும்புவான், என்ற மருத்துவ முறைகளையும்; அவனுக்குக் காது, வலது நாசி போன்ற பகுதிகளில் நசியம் (மூக்கில் நீர்த்துவ மருந்துகளை ஊற்றும் முறை) செய்ய வேண்டிய வழிகளையும்; மூலிகைகளைக் கொண்டு அவனுக்குச் சிகிச்சையளிக்கும் வகைகளையும், பத்தியத்தோடு மருந்துகளைச் சாப்பிட வேண்டும் என்ற விதிமுறைகளையும் முறைப்படி கூறிச் செல்வதால், வர்ம நூல்கள் மருத்துவத்தை விளக்கும் நூல்களே என்பதில் எள்ளளவும் ஐயமில்லை.

வர்மக்கலையினை அழியாது காத்தலின் அவசியம்

வர்மம் என்றதும் பிறரை வீழ்த்தும் கலை என்ற எண்ணமே பலருக்கும் ஏற்படுகின்றது. இது தவறு. இது மற்றவர்களை வீழ்த்தும் கலையன்று. வீழ்ந்தவர்களை எழுப்புகின்ற மகத்துவம் நிறைந்த மருத்துவம். அடிபடக்கூடாத வர்மப் பகுதிகளில் அடிபட்டவுடன் சிறந்த வர்மக்கலை தெரிந்த மருத்துவர்களிடம்

சென்று, வர்ம இளக்கு முறைகளைச் செய்யாததினால் எத்தனையோ மனிதர்கள் கால், கை விளங்காமல் நடைப்பிணமாக இருந்து கொண்டிருக்கிறார்கள். இந்த வர்மக்கலையினை நன்கு ஆராய்ந்து, முன்னோர் கூறியுள்ள வர்ம நூல்களை எல்லாம் ஒன்று திரட்டி, இது பற்றிய செய்திகளை நூல்களாக மாற்றி, மருத்துவர்களும் அறியும் வண்ணம் இம்மருத்துவம் போதிக்கப்பட்டால், எதிர்பாராத ஆபத்துகளினால் வர்மப் பகுதிகளில் அடிபட்டு, தகுந்த சிகிச்சை இல்லாமல், நடைப்பிணமாகக் காணப்படுகின்ற மனிதர்களை வாழவைக்க முடியும். எனவே இந்த வர்மக்கலையினை அழியாது காத்தல் வேண்டும்.

வர்ம நூல்களைப் பதிப்பிப்பதால் கிடைக்கும் பயன்கள்

அழிந்து வருகின்ற கலைகளில் ஒன்றாக இருக்கின்ற இந்த வர்மக்கலையினை, அழியாமல் பாதுகாப்பது அவசியம். இந்த வர்மக்கலையினை அழியாது பாதுகாத்து நூல்களாகப் பதிப்பித்தால், துஷ்டர்கள், முரடர்கள் இக்கலையைப் படித்துத் தவறான வழியில் செல்வார்கள் எனச் சிலர் கருதுகின்றார்கள். இது தவறு. ஏனெனில், 'தொட்டுக் காட்டாத வித்தை சுட்டுப் போட்டாலும் வராது' என்பது பழமொழி. இப்பழமொழிக்கேற்ப ஒருவன் வர்மக்கலையை முறையாக ஆசானிடம் படிக்காமல், பதிப்பித்த நூல்களைப் படித்து துன்மார்க்கச் செயலில் ஈடுபட முடியும் என்பது சாத்தியமானதன்று. அதே சமயம் இந்த வர்மக்கலைகளைப் போதிக்கும் நூல்களைப் பதிப்பிப்பதினால் பல நன்மைகள் ஏற்படும்.

எவ்வாறெனில் வர்மக்கலை செல்வாக்காக இல்லாத இடங்களில், ஒருவனுக்கு எதிர்பாராதவிதமாக, அடியோ, தாக்கோ வர்மப்பகுதிகளில் ஏற்படுமாயின், அவற்றிற்கு என்னென்ன சிகிச்சை செய்ய வேண்டும் என்பதை அவர்கள் அறியாதவர்களாதலால், குறிப்பிட்ட நாழிகைக்குள்; இளக்குமுறை (அடங்கல்) செய்யாமல், அந்த ஆள் மரணமடையவோ, அல்லது நிரந்தர நோயாளியாக மாறிவிடக்கூடிய தன்மையோ ஏற்பட்டுவிடும். இந்த நிலையை வர்ம நூல்கள் மாற்றியமைக்கும். வர்ம நூல்களைக் கற்றறிந்தவர்கள், எந்த இடத்தில் அடிபட்டதோ, அதற்குரிய சிகிச்சையைச் செய்ய முடியும். இதனால் உயிர் ஆபத்தைக் குறைக்கும் நூலாக இவை பயன்படும்.

வர்மம் பற்றிக்கூறும் நூல்கள் (அச்சாகாதவை)

1. அகஸ்தியர் திறவு கோல்
2. அடங்கல் பனிரண்டு

3. அப்பியாச வர்ம நூல்
4. உற்பத்தி நரம்பறை
5. ஒடிவு முறிவு சாரி
6. முட முறிவு சாரி
7. ஒடிவு முறிவு கட்டு சூத்திரம்
8. கட்டு முறை சாரி
9. குரு நாடி சாஸ்திரம்
10. குரு நாடி திறவுகோல்
11. கை வல்லியம்
12. ஒடிவு முறிவு சர சூத்திரம் - 1200
13. ஒடிவு முறிவு சர சூத்திரம் - 1500
14. சான்றோர் குல இரகசியம்
15, நந்தி சூத்திரம்
16. நாலு மணி மாத்திரை
17. பஞ்ச சீவ நரம்பு பின்னல்
18. பிரம்ம நிலை சூத்திரம்
19. பிராண அடக்கம்
20. பொன்னூசித் திறவுகோல்
21. வர்ம சூட்சம்
22. வர்மக் கண்ணாடி - 1500
23. வர்ம கண்டி
24. வர்ம குண்டூசி
25. வர்ம குண்டுமணி
26. வர்ம கோடாலி
27. வர்ம சதகம்

28. வர்மாணி இசைச் சூத்திரம்
29. வர்ம நிதானம்
30. வர்ம பீரங்கி - 50
31. வர்ம பீரங்கி - 100
32. வர்ம பீரங்கித் திறவுகோல்
33. வர்ம வாகட நிதானம்
34. வில்லிசை சாஸ்திரம்
35. ஜனன மரண உறுப்பழகு

அச்சான வர்ம நூல்கள் - பதிப்பாசிரியர் / ஆசிரியர்

1. போகர் வர்ம சூத்திரம் - 131
2. வர்ம விதி - ஆர். தியாகராஜன்
3. வர்மக் கண்ணாடி-500 - அ. மரிய ஜோசப்
4. வர்ம சூத்திரம் - சை. ஜான் செல்வராஜ்
5. வர்மமும் வைத்தியமும் (வர்ம பீரங்கி - 50) - மு. ஆல்பென்ஸ் நதானியேல்
6. வர்மக்கலைக் களஞ்சியம் - எஸ்.எம். அலக்சாண்டர் ஆசான்
7. வர்ம அளவைநூல் - கண்ணன் ராஜாராம்
8. வர்ம காவியம் - தாணு என்ற சிதம்பரதாணு பிள்ளை
9. வர்ம தீர்ப்பு - தாணு என்ற சிதம்பரதாணு பிள்ளை
10. வர்ம சூட்சம் - தாணு என்ற சிதம்பரதாணு பிள்ளை
11. வர்மக்கை முறை ஏடு - தாணு என்ற சிதம்பரதாணு பிள்ளை
12. வர்மாணி மாத்திரை நூல் - சிதம்பரதாணு பிள்ளை
13. படுவர்ம திரட்டு - சிதம்பரதாணு பிள்ளை
14. வர்ம முத்திரை - சிதம்பரதாணு பிள்ளை
15. வர்ம குறவஞ்சி நூல் - சிதம்பரதாணு பிள்ளை
16. வர்ம நாடி முறிவு ஞானம் - சிதம்பரதாணு பிள்ளை

17. தட்டுவர்ம திரட்டு - சிதம்பரதாணு பிள்ளை
18. வர்மக்கலையைக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள் - முத்துகிருஷ்ணன்
19. வர்மக்கலை பற்றிய சந்தேகங்களும் விளக்கங்களும் - முத்துகிருஷ்ணன்
20. வர்மக்கலை - கலாதர்
21. சித்தர்களின் வர்மக்கலை -
22. வர்மக்கலை - டி. ஜெயராஜ்
23. நோக்கு வர்மம் - டி. ஜெயராஜ்
24. போக முனிவர் வர்ம சூத்திரம் - எஸ்.பி. இராமச்சந்திரன்
25. சரசூத்திரத் திறவுகோல் - டி. இராஜேந்திரன்
26. வர்மக்கலை பற்றிய சுவையான கேள்வி பதில்கள் - சு. நாகராஜன்

அச்சேறிய மலையாள மொழி வர்ம நூல்கள்

மர்ம சாஸ்திர சமர்ஹாரம் - கே. கொச்சு கிருஷ்ணன் நாடார்

மர்ம சாரி - கே. கொச்சு கிருஷ்ணன் நாடார்

மர்ம நிதானம் - கே. கொச்சு கிருஷ்ணன் நாடார்

பிராச்சீன நாடார் மர்த்தனம் - கே. கொச்சு கிருஷ்ணன் நாடார்

மர்ம சாஸ்திர பீடிகா - எம். குஞ்சு கிருஷ்ணன் நாடார்

ஆங்கில மொழியில் அச்சேறிய வர்ம நூல்கள்

Kalaripayat and Marma Adi - Moses Tilak

Marma Chikitsa in Traditional Medicine - V. Dharmaia Lingam, M. Radhika and A.V. Balasubramoniam.

Ground work of Thanuology (Varma Vimanam) - S. Chidambara Thanu Pillai

Varma Cuttiram (A Text on Martial Art) - P. Subramanian and M. Radhika.

வர்மப் பிரிவுகள்

வர்ம நூல்கள் ஒவ்வொன்றும் வர்மப் பகுதிகளைப் பல பிரிவுகளாகப் பகுத்துக் கூறுகின்றன. வர்மக் கண்ணாடி-500 என்ற நூல் கேசாதி பாதம் ஈறாய் உள்ள உறுப்புகளைத் தனித்தனியே பிரித்து, அதில் அடங்கியுள்ள வர்மங்களைக் கூறுகிறது. அவை :

1.	சிரசு முதல் கழுத்துப் பகுதி வரையுள்ள வர்மங்கள்	-	25
2.	கழுத்திலிருந்து தொப்புள் வரையிலுள்ள வர்மங்கள்	-	45
3.	தொப்புள் முதல் மூலம் வரையிலுள்ள வர்மங்கள்	-	9
4.	கையில் உள்ள வர்மங்கள்	-	14
5.	காலில் உள்ள வர்மங்கள்	-	15
	மொத்தம்	-	108

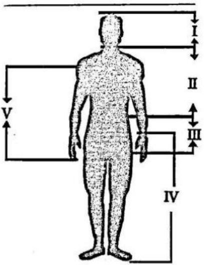
வர்ம சூத்திரம் என்ற நூலில் வர்மம் 5 பிரிவாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. அவை மனித உடம்பில் செல்லும் வாதநாடி, பித்தநாடி, கபநாடி ஆகியவற்றின் அடிப்படையிலும் உடலின் உட்பகுதியில் ஏற்படும் வர்மத்தின் அடிப்படையிலும், தட்டுவதால் ஏற்படும் வர்மத்தின் அடிப்படையிலும் பிரிக்கப்படுகின்றன. அவை :

1.	வாத வர்மம்	-	64
2.	பித்த வர்மம்	-	24
3.	கப வர்மம்	-	6
4.	உள் வர்மம்	-	6
5.	தட்டு வர்மம்	-	8
	மொத்தம்	-	108

மற்றுமொரு வர்ம நூலாகிய ஒடிவு முறிவு சர சூத்திரம்-1200 இன் அடிப்படையில் பார்க்கும்போது வர்மங்கள் இரண்டு பிரிவுகளாகக் கூறப்பட்டுள்ளன. அவை :

1.	படுவர்மங்கள்	-	12
2.	தொடு வர்மங்கள்	-	96
	மொத்தம்	-	108

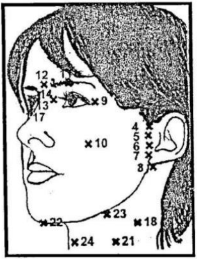
வர்மங்களைப் பல்வேறு வகையாகப், பல்வேறு வர்மாணிய நூல்கள் பகுத்துக் கூறினாலும், எல்லா வர்மாணிய நூல்களும் மொத்தத்தில் 108 வர்மப் பகுதிகளையே கூறிச்செல்கின்றன.இனி வர்மங்களின் இருப்பிடம் வருமாறு:



உடலின்கண் அமைந்த இவ்வைந்து கண்டங்களிலும் படுவர்மம் -12, தொடு வர்மம்-96 என்ற இரு பெரும் பிரிவுகளும் கலந்து கூறப்பட்டுள்ளன.

முதற் கண்டமாகிய உச்சியிலிருந்து கழுத்து வரையிலான வர்மங்கள்:

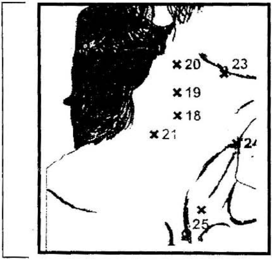
கொண்டைக் கொல்லி வர்மம்



4. சரிதி வர்மம்
5. பொற்சை வர்மம்
6. குத்திக்கால வர்மம்
7. செவிக்குத்திக்கால வர்மம்
8. பொய்கைக்கால வர்மம்
9. நட்சத்திர வர்மம்
10. காம்புதிரிக் கால வர்மம்
11. மூர்த்திக் கால வர்மம்
12. திலர் தக்கால வர்மம்
13. மின்வெட்டி வர்மம்
14. மந்திரக்கால வர்மம்
17. கண்ணாடிக்கால வர்மம்
18. செவிக்குத்திக்கால வர்மம்
21. உதிரக் கால வர்மம்
22. ஒட்டு வர்மம்
23. உறக்கக் கால வர்மம்
24. சங்குதிரி வர்மம்

தலை உச்சியில் கொண்டைக் கொல்லி வர்மம் காணப்படும். (Anterior Pontanallae). இவ்வர்மப் பகுதியில் தாக்குதல் நிகழ்ந்தால் ஏற்படும் குறிகுணங்களாவன: தலை சோர்வுற்று, அயர்ந்து தொங்கலாகக் காணப்படும். கபக் குற்றம் மிகுந்து, நாடி கபத்தில் கபமாகி சன்னி (Delirium) ஏற்பட்டு உயிர் பிரியும். இவ்வர்மப் பகுதியில் மாத்திரை மிகுந்து தாக்குதல் நடந்தால் உயிர் பிரிவது நிச்சயம். இவ்வர்மத்தின் பெயர்க் காரணமே இப்பொருள்படத் தோன்றி இருக்கலாம். தாம்பத்திய உறவிலும் ஈடுபாடு இல்லாமல் போகலாம்.

சீருங்கொல்லி வர்மம்

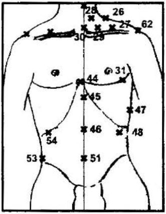


18. பால வர்மம்
19. சுண்டிகைக்கால வர்மம்
20. கோண வர்மம்
21. உதிரக்கால வர்மம்
23. உறக்கக் கால வர்மம்
24. சங்குதிரி வர்மம்
25. சிமை வர்மம்

கொண்டைக் கொல்லி வர்மத்திலிருந்து ஒரு சாண் தள்ளி முதுகுப் புறமாகத் தலையில் சீருங்கொல்லி வர்மம் உள்ளது. சீருங்கொல்லி வர்மப் பகுதியில் வர்மம் ஏற்பட்டால் தலை அங்குமிங்குமாக அசைந்து கொண்டிருக்கும். நினைவிழந்த நிலை ஏற்படும். பல்கட்டி, வாயடைத்துக் காணப்படும். முதுகு கூனலுடனும், நாக்கு உள்ளிழுத்தும் காணப்படும். சீருங்கொல்லி வர்மம் கொண்டைக் கொல்லி வர்மம் போன்று உயிரிழப்பை ஏற்படுத்தும்.

பிடரி வர்மம்

சீருங்கொல்லி வர்மத்திலிருந்து நான்கு அங்குலம் கீழாக அதே வரியில் முதுகுப் பகுதியில் பிடரி வர்மம் காணப்படும். பிடரி வர்மப் பகுதியில் தாக்குதல் நிகழ்ந்தால், தாக்குதலின் வேகத்தைப் பொறுத்து உயிரிழப்போ அல்லது வேறு பல குறி குணங்களோ ஏற்படலாம். இலேசான தாக்குதலானால் கண் சீறிச் சிவந்தும், நாக்கு வாயிலிருந்து வெளித் தள்ளியும் காணப்படும்.



26. காக்கட்டை வர்மம்
27. கதிர் வர்மம்
28. கதிர்காம வர்மம்
29. சதிகார வர்மம்
30. திவளை வர்மம்
31. வலமேந்திக் காலம்
44. கூம்பு வர்மம்
45. நேர் வர்மம்
46. பன்றி வர்மம்
47. அடப்பக்காலவர்மம்
48. முண்டெல் வர்மம்
51. அன்னக்கால வர்மம்
53. பள்ளை வர்மம்
54. சுழுக்கி வர்மம்
62. புய வர்மம்

பிடரி வர்மத்தைக் கொண்டவரை தடவிப் பரிகரிக்கக் கூடாது. அடங்கலினால் 24-நாழிகைக்கு முன்பாக எழுப்பிவிட வேண்டும். ஒரு நாழிகை என்பது 24 நிமிடங்களாகும்.

சரிதி வர்மம்

கொண்டைக் கொல்லி வர்மத்திலிருந்து எட்டு விரலளவு காது பக்கமாக அமைந்துள்ளது சரிதி வர்மம். சரிதி வர்மப் பகுதி தாக்குண்டால் தலை அங்குமிங்குமாகச் சுழலும். கடுஞ்சுரமும், உடல் நடுக்கமும் ஏற்படும்.

பொற்சைக் கால வர்மம்

சரிதி வர்மத்திலிருந்து இரண்டு விரலின் கீழாக, காது அருகில் பொற்சைக் கால வர்மம் காணப்படும். வர்மம் கொண்ட 18 நாழிகைக்குள்ளாக அடங்கல் முறை செய்து தடவி விட குணம் கிடைக்கும். பொற்சைக் கால வர்மப் பகுதியில் பாதிப்பு ஏற்படும்போது இரு கண்களும் பார்வை மங்கிப் போகும். அதனால் பார்வைக்

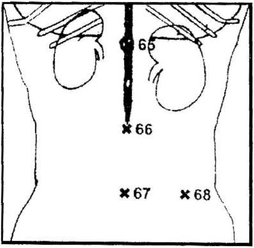
குறைவும் ஏற்படும். சுரமும், தலைவலியும் ஏற்படும். கண் சிவந்து பொங்கி 60 நாழிகை வரையிலும் மயக்கம் காணப்படும். அதற்குள்ளாக அடங்கல் பரிகாரம் செய்ய குணம் கிடைக்கும்.

குத்திக் கால வர்மம்

பொற்சைக் கால வர்மத்திற்கு இறை ஒன்றிற்குக் (சுமார் ஓர் அங்குலம்) கீழாகக் குத்திக் கால வர்மம் அமைந்துள்ளது. குத்திக் கால வர்மப் பகுதி பாதிக்கப்பட்டால் உடலின் பல இடங்களில் சுழுக்கு ஏற்பட்டது போன்ற வலியுடன் நோயாளி தன் உடலை அங்குமிங்குமாக அசைத்து, பற்களை இறுக்கிக் கடித்து, கண்களை மூடிக் காணப்படுவார். சுரம், மயக்கம் போன்றவையும் ஏற்படும். 19 நாழிகைக்குள்ளாக அடங்கல் செய்து முறைப்படி தடவி விடக் குணம் கிடைக்கும்.

செவிக் குத்திக் கால வர்மம்

குத்திக் கால வர்மத்திற்குக் கீழாக, காதின் சிறுதண்டு அருகிலுள்ள (Stylo Mastoid Foramen) குழியில் அமைந்துள்ளது செவிக் குத்திக் கால வர்மம். செவிக்



65. சுழுக்கு வர்மம்
66. நட்டெல் வர்மம்
67. கச்சைக்கால வர்மம்
68. கைக்கூட்டு வர்மம்

குத்திக் கால வர்மப் பகுதியில் தாக்குதல் ஏற்பட்டால் மூக்கு, வாய் வழியாக இரத்தம் பீறிட்டுப் பாயும். வாய். உதடு ஒரு பக்கமாகக் கோணிக் காணப்படும். உணர்வின்றி மயக்கம் ஏற்படும். 21 நாழிகைக்குள்ளாக அடங்கல் முறை செய்து எழுப்பி விட வேண்டும். நாழிகை கடந்தால் அசாத்தியம் ஏற்படலாம். நோயாளிகள் இறந்துவிட வாய்ப்புகள் அதிகம்.

பொய்கைக் கால வர்மம்

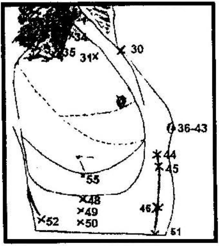
செவிக் குத்திக் கால வர்மத்திலிருந்து இரண்டு இறை (சுமார் இரண்டு அங்குலம்) மேலாக அமைந்துள்ளது பொய்கைக் கால வர்மம். பொய்கைக் கால வர்மப் பகுதியில் பாதிப்பு ஏற்பட்டால் மயக்கம் ஏற்படும். உணர்ச்சி குன்றி மறையும். 51 நாழிகைக்குள்ளாகத் தடவி விட்டு அடங்கல் பரிகாரம் மேற்கொள்ள, குணம் கிடைக்கும்.

நட்சத்திரக் கால வர்மம்

கடைக்கண்ணின் ஒரு இறை உள்ளாக (சுமார் ஓர் அங்குலம்) உள்ள இடத்திலிருப்பது நட்சத்திரக் கால வர்மம். நட்சத்திரக் கால வர்மப் பகுதியில் பாதிப்பு ஏற்படும்போது இரு கண்களும் சிவந்தும், முகம் ஒரு பக்கமாகக் கோணியும், வாயிலிருந்து நீர் வடிவதுமாயிருக்கும். வாய் வீங்கித் துடித்து மயக்கம் ஏற்படும். 18 நாழிகைக்குள்ளாக அடங்கல் பரிகாரம் செய்து எழுப்ப வேண்டும். நாழிகை கடந்தால் அசாத்திய குணங்கள் ஏற்படும்.

காம்புதிரிக் கால வர்மம்

நட்சத்திரக் கால வர்மத்திலிருந்து இரு இறை (சுமார் இரு அங்குலம்) கீழாகக் கன்னப் பகுதியில் (Maxillary Region) காம்புதிரிக் கால வர்மம்



30. திவளை வர்மம்
31. வலமேந்திக் காலம்
32,33,34,35 குத்து வர்மம்
36. தூசிக வர்மம்
37. அனுமார் வர்மம்
38. துடி வர்மம்
39. பிடி வர்மம்
40. கழலை வர்மம்
41. வில் வர்மம்
42. வளை வர்மம்
43. முளை வர்மம்
44. கூம்பு வர்மம்
45. நேர் வர்மம்
46. பன்றி வர்மம்
48. முண்டெல் வர்மம்
49. பெரிய அஸ்திச் சுருக்கி வர்மம்
50. சிறிய அஸ்திச் சுருக்கி வர்மம்
51. அன்னக்கால வர்மம்
52. முன் சுருதி வர்மம்

காணப்படும். 18 நாழிகைக்குள்ளாக அடங்கல் பரிகாரம் செய்து எழுப்ப வேண்டும். நாழிகை கடந்தால் அசாத்திய குணங்கள் ஏற்படும். காம்புதிரிக் கால வர்மப் பகுதியில் தாக்குதல் நிகழ்ந்தால் விஷக்கடியால் ஏற்படுவது போன்ற வேதனை ஏற்படும். இரு கண்களும் பார்வை குன்றி, மயக்கம் ஏற்படும்.

இவ்வர்மத்தை இளக்க முறையாக அடங்கல் பரிகாரம் செய்ய வேண்டும். வர்ம மூலி என்ற உத்தாமணி (வேலிப்பருத்தி இலை) மூலிகையைக் கசக்கி உச்சியில் தேய்த்தும், உட்கொள்ளக் கொடுத்துமாகப் பரிகாரம் மேற்கொள்ள வேண்டும். எட்டு நாழிகைக்குள்ளாக இப்பரிகாரம் செய்ய, குணம் கிடைப்பது உறுதியாகும்.

அம்மூலி (வர்மமூலி) என்பது சமயோசிதமாகச் செய்யும் பரிகாரமே. சிலர் காயசர்வாங்க தைலத்தையும், சிலர் பையறா தைலத்தையும், மற்றும் சிலர் வர்மாணித் தூளையும் மேற்கொள்வர்.

மூர்த்திக் கால வர்மம்

காம்புதிரிக் கால வர்மத்திற்கு வலப்பக்கம் மேலாக மூன்று இறையில் (சுமார் மூன்று அங்குலம்) புருவ மத்தியில் மூர்த்திக் கால வர்மம் காணப்படும்.

மூர்த்தி என்ற காலத்தில் பாதிப்பு ஏற்பட்டால் தலை உளைச்சல், தலைவலி, மயக்கம் ஏற்படும். சிற்றரத்தையை நன்கு பொடித்துப் புள்ளடிச் சாறு விட்டரைத்துத் தலையில் பூசிட உளைச்சல் அகலும். இவ்வாறு பூசும்போது வலி, மயக்கம் தீர்ந்து நோயாளி பூரண குணம் பெறுவர்.

திலர்தக் கால வர்மம்

மூர்த்திக் கால வர்மத்திலிருந்து அரை இறை (அங்குலம்) உள்ளாக, மூக்கிற்கு மேலாக உள்ள தலம் திலர்தக் கால வர்மப் பகுதியாம். இதனையே "நெற்றி நடு புருவந்தன்னில் நேராக நெல்லிடைக்குக் கீழே திலர்தக் காலம்" என ஒடிவு முறிவு சர சூத்திரத்தில் கூறக் காணலாம்.

திலர்தக் கால வர்மப் பகுதியில் பாதிப்பு ஏற்பட்டால் உடலானது மூச்சின்றி மயக்கமுற்றுச் சடமாக வான் நோக்கிப் பார்த்தலும், வாயானது திறந்தும் காணப்படும். பாதிக்கப்பட்ட இடத்தில் இரத்தம் கசிந்தால் நோயாளி இறந்து போவார். அவ்வாறு இல்லையெனில் 3 $^{3}/_{4}$ நாழிகைக்குள்ளாக அடங்கல் பரிகார முறையும், தடவல் முறையும் செய்து எழுப்ப வேண்டும்.

மின் வெட்டிக் கால வர்மம்

திலர்தக் கால வர்மப் பகுதியிலிருந்து அரை இறை (அங்குலம்) கீழாக மூக்கில் மின் வெட்டிக் கால வர்மம் உள்ளது.

மின் வெட்டிக் காலப் பகுதியில் வர்மம் கொண்டால் மேகத்தைப் (ஆகாயத்தைப்) பார்ப்பது போன்று படுத்துக் கிடப்பர். உடலில் ஏற்படும் வலியால் காலை நீட்டுவதும் மடக்குவதுமாகவும், உடலை நெளிப்பது போலவும் செய்துகொண்டிருப்பர். கேள்விப் புலனின்றி மயங்கிக் கிடப்பர். மூச்சின்றி ஆழ் மயக்க நிலையிலிருப்பர்.

மின் வெட்டிக் காலப் பகுதியில் வலது, இடது என்ற இருபக்கமும் ஒரு சேர பாதிப்பு ஏற்படுமானால் உடலில் குத்தலும், உளைச்சலும், சுழுக்கம், கண்கூச்சமும், உடல் அசதியும் ஏற்பட வாய்ப்புள்ளது. சரிவரப் பரிகாரம் செய்யவில்லை எனில் எட்டு நாழிகையில் சயரோக நோய் ஏற்படவும் வாய்ப்புகள் அதிகம்.

மந்திரக் கால வர்மம்

கண்ணின் கருவிழி அருகில் மூக்கை ஒட்டி மந்திரக் கால வர்மம் காணப்படும். மந்திரக் கால வர்மம் வல, இடப் பகுதிகளில் காணப்படும்.

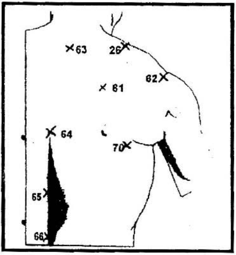
இப்பகுதியில் தாக்குதலாலோ அல்லது இதர காரணங்களாலோ வர்மம் ஏற்படுமாயின் அசதி ஏற்படும். கண்கள் திறந்த வண்ணமிருக்கும். கொட்டாவி ஏற்பட்டுக் கொண்டே இருக்கும். ஐந்து நாட்களுக்குள் குணமாகும்.

நேர் வர்மம்

கழுத்தின் பின்பகுதியில், முதுகுவரியின் மத்தியில் நேர் வர்மம் உள்ளது. நேர் வர்மப் பகுதி பாதிக்கப்படும்போது கபம் அதிகமாகி முகம் விகாரமாகக் காட்சியளிக்கும். மூச்சு விடுதல், வாங்கலில் சிரமம் ஏற்பட்டுத் தலையை அங்குமிங்குமாக அசைத்து, உடல் முதிர்ந்து, சதை முறுக்கேறிக் காணப்படும். கபம் அதிகமாகிச் சன்னி ஏற்பட்டு மரணம் நிகழலாம்.

பச்சி வர்மம்

நேர் வர்மத்திற்கும் அரை இறை (அங்குலம்) கீழாகப் பச்சி வர்மத்தலம் காணப்படும். பச்சி வர்மப் பகுதியில் தாக்குதல் ஏற்பட்டால் அலகு இரண்டும் கூடிச் சேர்ந்து வாய் திறக்க முடியா நிலை ஏற்படும். அலகு இணைந்துள்ள பகுதியில் வலி அதிகமாகக் காணப்படும். இது எளிதில் குணமாகக் கூடிய வர்மமாகக் கூறப்படுகிறது.



26. காக்கட்டை வர்மம்
61. பூணூல் வர்மம்
62. புய வர்மம்
63. விலங்கு வர்மம்
64. கழியாடி வர்மம்
65. சுழுக்கு வர்மம்
66. நட்டெல் வர்மம்
70. கைக்கெட்டுக் காலவர்மம்

கண்ணாடிக் கால வர்மம்

மூக்கின் மத்தியில் கண்ணாடிக் கால வர்மம் காணப்படும். கண்ணாடிக் கால வர்மப் பகுதி பாதிக்கப்படும்போது உடல் சோர்வாகி மூர்ச்சை ஏற்படும். இரு செவிகளிலும், மூக்கிலும் இரத்தம் வழியும். இருகண்களும் மூடிக் காணப்படும்.

பால வர்மம்

கழுத்தின் மத்தியில், காதுக்குக் கீழாக வல இடப் பகுதிகளில் காணப்படும். பால வர்மப் பகுதி தாக்குதலுக்குள்ளாகும்போது உடல் திமிர்த்து, சன்னி ஏற்படும். வயிற்றில் வலியும், சுழுக்கும், பல பகுதிகளில் குத்தலும் ஏற்படும். இக்குறி குணங்கள் மருந்து செய்யாமலேயே மறைந்தாலும் இந்நோயாளர் பிழைப்பது வெகு கடினம். ஆகவே கருத்தூன்றி முறையாகப் பரிகாரம் செய்ய வேண்டும்.

சுண்டிகைக் கால வர்மம்

பால வர்மத்திற்கு அருகில் சுண்டிகைக் கால வர்மம் காணப்படும்.

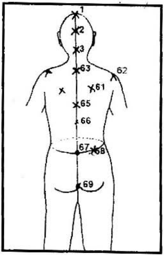
கோண வர்மம்

சுண்டிகைக் கால வர்மத்திற்கு அருகில் வல, இடப் பகுதிகளில் கோண வர்மம் காணப்படும். கோண வர்மப் பகுதியில் பாதிப்பு ஏற்படும்போது அதி தாகம் ஏற்படும். சோர்வு மிகுந்து முகத்தை அங்குமிங்குமாகத் திருப்பி அசைத்துக் கொண்டிருப்பர். சுக்கைக் காய வைத்து, வறுத்து இடித்துச் சூரணம் செய்து தேனில் வழங்க, இந்நிலை மாறி குணம் பெறுவர்.

உதிரக் கால வர்மம்

காதின் கீழாக நான்கு அங்குலத்தில் உதிரக் கால வர்மம் உள்ளது. இவ்வர்மம் கழுத்துப் பகுதியில் வல, இடப் பக்கங்களில் காணப்படும். உதிரக் கால வர்மப் பகுதியில் வர்மம் ஏற்பட்ட உடனேயே சன்னி நோய் உண்டாகும். நாடி நிலைத் தளர்ந்து, மயக்கம் ஏற்பட்டு, அதிக தலைவலியும் காணப்படும். 19 நாழிகைக்குள்ளாகக் கருத்தாக அடங்கல் பரிகாரம் செய்ய, குணம் பெறுவர்.

ஒட்டு வர்மம்



1. கொண்டைக்கொல்லி வர்மம்
2. சீருங்கொல்லி வர்மம்
3. பிடரி வர்மம்
61. பூணூல் வர்மம்
62. புய வர்மம்
63. விலங்கு வர்மம்
65. சுழுக்கு வர்மம்
66. நட்டெல் வர்மம்
67. கச்சைக் கால வர்மம்
68. கைக்கூட்டு வர்மம்
69. வாசுக் கால வர்மம்

கீழ்த் தாடையில், நாடிப் பகுதியில் ஒட்டு வர்மம் காணப்படும். ஒட்டு வர்மப் பகுதியில் பாதிப்பு ஏற்படும்போது மேல்தாடை, கீழ்தாடை இரண்டும் ஒன்று சேர்ந்து வாய் திறக்க முடியாத நிலை ஏற்படும். இக்குறி குணங்கள் எட்டு நாழிகை (சுமார் 3 1/4 மணி நேரம்) கடந்தால் குணமாகி விடும்.

உறக்கக் கால வர்மம்

நாடியின் கீழாக முன் கழுத்துப் பகுதியில் வல, இடப் பகுதிகளில் உறக்கக் கால வர்மம் காணப்படும். உறக்கக் கால வர்மப் பகுதி பாதிக்கப்படும்போது கண்மூடி மயக்கம் ஏற்படும். உறங்குவது போன்ற தோற்றமுண்டாகும்.

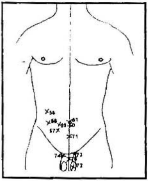
தாடை இரண்டும் ஒட்டிப் போனதால் வாய் திறக்க முடியாமலிருக்கும். 90 நாழிகை கடந்தால் (சுமார் மூன்று நாட்கள்) அடங்கல் பரிகாரம் செய்யாமலேயே இந்நோயாளி மயக்க நிலையை விட்டு எழுந்து, இயல்பாகி விடுவார்.

இவ்வர்மப் பகுதியைப் பயன்படுத்தியே பழங்கால மருத்துவர்கள் அறுவைப் பரிகாரம் மேற்கொண்டனர் என்பது ஆய்வுக்குரியது.

சங்குதிரிக் கால வர்மம்

கழுத்தில் குரல்வளையில் சங்குதிரிக் கால வர்மம் உள்ளது. இவ்வர்மப் பகுதியில் தாக்குதல் நிகழும்போது குரல்வளை பொருந்து விட்டு, முகம் கோணிப் போகும். அடிவயிறு கனத்து, பொருமிக் காணப்படும். முறையாக அடங்கல் பரிகாரம் செய்ய குணம் கிடைக்கும்.

சிமை வர்மம்



51. அன்னக் கால வர்மம்
56. கைகெட்டிக் கால வர்மம்
57. சடப்பிற வர்மம்
58. கிளிப்பிற வர்மம்
59, 60. கிளிமேக வர்மம்
71. மூத்திரக் கால வர்மம்
72. கல்லிடைக் கால வர்மம்
73. வலம்புரிக் கால வர்மம்
74. இடம்புரிக் கால வர்மம்
75. வெல்லுறுமிக் கால வர்மம்

சங்குதிரிக் கால வர்மத்திலிருந்து நான்கு அங்குலம் கீழாக உள்ள பள்ளத்தில் (Supra Sternal Notch) சிமை வர்மப் பகுதி உள்ளது. இப்பகுதியில் பாதிப்பு ஏற்பட்டு வர்மம் கொண்டதானால் வாய் வழியாக நுரையும், நீரும் வெளிப்படும். உடல் துடித்தும், கண்கள் மூடியும், உடல் கறுத்துங் காணப்படுவதோடு, மூக்கிலிருந்தும் நீர் வழிந்து கொண்டிருக்கும். இருபத்தைந்து நாழிகைக்குள்ளாக முறையாகத் தடவி இளக்க வேண்டும்.

இதுவரையிலும் உச்சியிலிருந்து கழுத்து வரையிலான முதற் கண்டத்தின் 25 வர்மங்கள் பற்றிய விளக்கங்களைப் பார்த்தோம். வர்மப் பகுதிகளை வல்லவர் (வர்ம ஆசான்) தொட்டுக் காட்ட தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். இருப்பிடங்கள் மிக நுட்பமாகவும், பதிவுகளுக்கு உள்ளுமாகவும் காணப்படும்.

தாக்குதல், அடங்கல் போன்றவை விரலால் சுழற்றியும், அழுத்தியும், குத்தியும், வல, இடங்களில் திருப்பியுமாகச் செய்தல் வேண்டும். மனத்தில் ஆணவத்துடன் வீணாகத் தற்புகழ்ச்சி கருதி இவ்வர்மங்களைச் சோதித்தறிய முற்பட்டாலோ, பிறரைத் தாக்கினாலோ கோடி பாவம் செய்த தண்டனைக்கு உட்படுவர். மனத் தூய்மையுடன், மனத்தை ஒருநிலைப்படுத்தி, ஒடுக்கி, அகம்பாவம் விட்டொழித்துப் பொறுமையாகச் செயல்படும் நற்குணமுள்ளோர், வர்மம் நன்கு தெரிந்த ஆசானின் துணையுடன் வர்மத் தலங்களைக் கண்டுகொள்ள முயற்சிக்க வேண்டும்.

இரண்டாம் கண்டமாகிய கழுத்திலிருந்து நாபி வரையுள்ள இடங்களில் அமைந்த வர்மங்கள் :

காக்கட்டை வர்மம்

தோளில், கழுத்திலிருந்து இரண்டு அங்குலம் தோள் பொருத்தை நோக்கி நீங்கியுள்ள பகுதியில் காக்கட்டை வர்மம் காணப்படும். இவ்வர்மத்தின் பெயர்க் காரணம் கழுத்தில் இப்பகுதியில் 'காக்கட்டை' யால் நீர் சுமந்து செல்லும் பழக்கத்தால் ஏற்பட்டிருக்க வேண்டும்.

பனை ஓலையால் செய்யப்பட்ட நீர் தாங்கும் இரு குடுவைகளை ஒரு மரப்பட்டியில் தராசு போல் தொங்கவிட்டு நீர் எடுத்துச் செல்லும் உபகரணமே 'காக்கட்டை' என வழங்கப்படுகிறது. குமரி மாவட்டத்திலும், நெல்லை, தூத்துக்குடி மாவட்டங்களின் சில பகுதிகளிலும், கேரள மாநிலத்தின் சில பகுதிகளிலும் இப்பழக்கம் இன்றுமுள்ளது.

காக்கட்டை வர்மம் ஏற்பட்டால் கழுத்தில் உளைச்சல் ஏற்படும். கை கால்களில் திமிர் உண்டாகும். பத்து நாழிகைக்குள் தக்க பரிகாரம் செய்ய, குணம் கிடைக்கும். குறிப்பாக எந்த வர்மத்தால் இக்குறி குணங்கள் ஏற்பட்டுள்ளன என்பதை உணர்ந்து அதற்கான அடங்கல் பரிகாரம் செய்யும்போது உடனடியாகப் பூரணமான நிவாரணத்தைக் காணமுடியும்.

கதிர் வர்மம்

தொண்டையின் கீழ், வல, இட பகுதிகளில் நான்கு அங்குலம் கீழாக, காக்கட்டை வர்மத்திற்கு அருகில் கதிர் வர்மப் பகுதி உள்ளது.

கதிர் வர்மப் பகுதியில் தாக்குதல் நிகழ்ந்து வர்மமுற்றால் இரு கண்களும் விழி பிதுங்கும். விக்கல், வாந்தி ஏற்படும். ஆறு நாழிகைக்குள்ளாக அடங்கல் முறை செய்ய நற்குணம் கிடைக்கும்.

கதிர்காம வர்மம்

கதிர் வர்மப் பகுதியிலிருந்து இரு இறை (சுமார் 2 அங்குலம்) மத்தியப் பகுதி நோக்கி அமைந்துள்ளது கதிர்காம வர்மப் பகுதியாகும்.

கதிர்காம வர்மப் பகுதியில் தாக்குதல் ஏற்பட்டால் உடல் குளிர்ந்து சன்னி உண்டாகும். உடம்பு சில்லிட்டுப் போகும். தூங்கும்போது ஏற்படும் குறட்டை போன்று ஒலி காணப்படும். ஏழு நாழிகைக்குள்ளாக எழுப்பு முறை (அடங்கல் பரிகாரம்) செய்ய வேண்டும்.

சதிகார வர்மம்

கதிர்காம வர்மத்திற்கும் அரை இறை கீழாக அமைந்த பகுதி சதிகார வர்மமாகும்.

சதிகார வர்மப் பகுதியில் தாக்குதல் ஏற்பட்டால் மூலம், வாய், நீர்த்தாரை வழியாக இரத்தம் வெளிப்படும். அடிவயிறு வீங்கும். உடல் அசதி ஏற்படும். ஒரு நாழிகைக்குள்ளாக (24 நிமிடம்) உயிர் பிரிந்துவிடும்.

இவ்வர்மப் பகுதி உடனடி உயிரிழப்பை ஏற்படுத்துவது உறுதியானதால் சதிகார வர்மம் எனப்பட்டது. சதிகாரர்கள் இவ்வர்மத்தைப் பயன்படுத்துவர்.

அடங்கல் பரிகாரமோ அல்லது வீரியமிக்க மருந்துகளோ எது செய்தாலும் இந்நோயாளி பிழைக்கமாட்டார் என உறுதியாகக் கூறப்பட்டுள்ளது.

திவளை வர்மம்

சதிகார வர்மப் பகுதிக்குக் கீழாகத் திவளையில் அமைந்தது திவளை வர்மம்.

திவளை வர்மப் பகுதியில் தாக்குதல் ஏற்பட்டு வர்மம் கொண்டால் வாயிலிருந்து நுரை வெளிப்பட்டுக் கொண்டிருக்கும். மயக்கம் ஏற்படக்கூடிய அளவில் தாக்குதலின் வேகம் அதிகரித்திருந்தால் மயக்கம் ஏற்படுவது மட்டுமின்றி பத்து நாழிகைக்குள்ளாக இளக்கு முறையாகிய அடங்கல் பரிகாரம் செய்ய வேண்டும்.

இவ்வாறு மயக்கம் வராத நிலையில் நோயாளிக்கு வறட்டு இருமல், தொடர் இருமலாக ஏற்படும். இவ்வர்மப் பகுதியில் இரு பக்கங்களிலும் தாக்குதல் ஒரே நேரத்தில் ஏற்படுமானால் நோய் தீராமல் சயரோகம் ஏற்பட்டு மரணமடைவர்.

வலமேந்தி வர்மம்

விலாப் பகுதியில் அக்குள் வர்மத்திற்கும் கீழாக வலப்பக்கமும் இடப்பக்கமுமாக அமைந்தது வலமேந்தி வர்மமாகும்.

வலமேந்தி என்ற வர்மப் பகுதியில் தாக்குதல் கொண்டால் புத்தி தடுமாற்றத்துடன் வாத, பித்த, கபம் என்ற முக்குற்றம் ஏற்பட்டு, சன்னியுண்டாகும். ஏழு நாழிகைக்குள்ளாகக் கண்ணின் இரு விழிகளும் மேல் சொருகி, காது கேளா நிலை ஏற்பட்டு, மேற்கூறிய குறிகுணங்கள் தொடரும். இது வலது, இடது என்ற இரட்டை வர்மப் பிரிவைச் சேர்ந்தது. வலது பக்கப் பகுதியில் பாதிப்பு ஏற்பட்டால் வலது கரத்தில் உணர்ச்சி குறைவுடன், மதமதப்பு காணப்படும்.

பிறதாரை எனும் பகுதியில் வர்மம் ஏற்பட்டால் முன் கழுத்துப் பகுதியின் பதைப்பில் (பதிவில்) வலி அதிகமாக இருக்கும். விரைவில் மயக்கம் ஏற்படும்.

குத்து வர்மம்

கமுக்கூடு என்ற அக்குள் பகுதியில் பிறதாரை என்ற நரம்பின் கீழாக அமைந்த பகுதி குத்து வர்மம்.

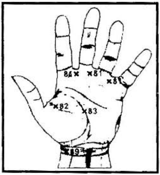
குத்து வர்மப் பகுதியில் வர்மம் ஏற்பட்டால் உடல் துடித்து அங்குமிங்குமாக அசையும். மலம் போன்ற அசுத்தத்தைப் பார்க்க நேரிடும் போது ஏற்படும் வெகுட்டலை ஒத்து துப்பிக் கொண்டிருப்பர். பத்து நாட்களுக்குள்ளாக எழுப்பவில்லையெனில் நோயாளி இறந்துவிடும் வாய்ப்புண்டு.

உட்புற்று வர்மம்

குத்து வர்மத்தின் அருகிலேயே நான்கு வர்மங்கள் மிக அருகில் ஒன்றாகக் காட்சியளிப்பதால் உட்புற்று வர்மம் எனப்பட்டது. கைகளை உயர்த்திப் பிடித்து அக்குள் (Auxillary region) பகுதியைப் பார்த்தால், இப்பகுதிகளைக் காணலாம். மிக முக்கிய பகுதியாகையால் இயற்கை இவ்விடங்களைக் கைகளால் மறைத்தது போலும். பெயரில் இவ்வர்மம் ஒன்றானாலும் நான்கு வர்மமாகக் கணக்கிடுவர். இவ்வர்மப் பகுதியில் தாக்குதல் ஏற்படும்போது சுரம், குளிர் சுரம் முதலியன ஏற்பட்டுச் சயரோகம் உண்டாகும். மயக்கம் ஏற்படாமல் மேற்கண்ட குறிகுணங்கள் ஏற்படும். எண்பதாவது நாளில் மரணம் ஏற்படும். அவ்வாறு நிகழவில்லையெனில் 90 நாட்களுக்குள் மரணம் நிச்சயமாக ஏற்படும்.

தூசிக வர்மம்

முலைக்கண்ணைச் சுற்றி இரு விரல் அளவுள்ள பகுதியில் எட்டு வர்மங்கள் காணப்படும். இவை தூசிக வர்மம் என்ற பொதுப் பெயரால் வழங்கப்படும். இவ்வெட்டு வர்மங்களும் முறையே தூசிக வர்மம், துடி வர்மம், பிடி வர்மம், கழலை வர்மம், வளை வர்மம், முறை வர்மம், வில்லு வர்மம், அனுமார் வர்மம், என்பனவாம். இவை எட்டும் மிக அருகிலேயே அமைந்துள்ளன.



81. சூண்டோதிரி வர்மம்
82. சுண்டோதிரி வர்மம்
83. வெள்ளை வர்மம்
89. மணிபந்த வர்மம்

இதில் தாக்குதல் ஏற்பட்டால் முலைக்கண் வழியாக இரத்தம் அபரிமிதமாக வெளிப்பட்டு, மயக்கத்தை உண்டாக்கி மலக்கட்டு, நீரடைப்பு போன்றவை ஏற்படும். முதுகில் முள்ளந்தண்டு பகுதியில் வீக்கம் ஏற்பட்டு அதிதாகம் உண்டாகும். பதினொரு நாட்களுக்குள் சாவு ஏற்படும்.

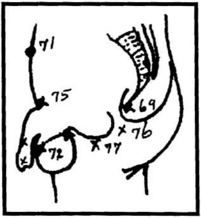
தூசிக வர்மத்தில் அடி, இடிகளால் தாக்கப்பட்டு மேற்சொன்ன குறிகுணங்கள் தோன்றாமல் சயம் ஏற்பட்டால், மார்பில் அடிக்கடி சுழுக்கு ஏற்படும். வெள்ளீரல் எனப்படும் நுரையீரலில் பாதிப்பு ஏற்பட்டு (இரத்த ஓட்டம் குறைந்து) சுரத்தால் உடல் எப்போதும் சூடாகவே காணப்படும். நாட் செல்லச் செல்ல இக்குறிகுணங்கள் அதிகமாகி நோயாளியை மிகவும் வருத்தும்.

இவ்வர்மம் குறிப்பாக விரோதிகளைக் தாக்கப் பயன்படுமாதலால் தூசிக வர்மப் பகுதி அருகில் அமைந்துள்ள இத்தலத்தை வெளியே சொல்லாமல் மறைத்து, மனத்தில் வைத்துக் கொள்ளவேண்டும் என அறிவுறுத்தப்படுகிறது.

அனுமார் வர்மம்

அனுமார் வர்மப் பகுதியில் தாக்குதல் ஏற்பட்டு வர்மம் கொண்டால் இரு கால்களும், கைகளும் வளைந்து, உடலும் வளைந்து குரங்கின் வடிவத்தைப் பெறுமாதலால் இவ்வர்மத்திற்கு அனுமார் வர்மம் என்று பெயர் ஏற்பட்டது போலும்.

இவ்வர்மத்தின் வல, இடப் பகுதிகளில் ஒரே நேரத்தில் தாக்குதல் நடைபெற்றால் ஒரு நாளும் தீராத நாட்பட்ட கழிச்சல் ஏற்படும். இவ்வாறான நாட்பட்ட கழிச்சலை வர்மப் பரிகாரத்தால் வெகு விரைவில் குணப்படுத்திட முடியும். மாறாக மருத்துவத்தால் மட்டுமே குணம் செய்ய இயலாது.



69. வாசுக்கால வர்மம்
71. மூத்திரக்கால வர்மம்
72. கல்லிடைக்கால வர்மம்
75. வெல்லுறுமிக்கால வர்மம்
76. வல்லுறுமிக்கால வர்மம்
77. நரங்கல் குத்தி வர்மம்
78. அணி வர்மம்
79. ஆந்தை வர்மம்

கூம்பு வர்மம்

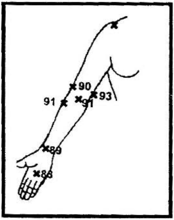
மார்பு முடிச்சி எனப்படும் மார்பில் மத்திபமாக வயிறு சேருமிடப் (Xiphisternal region) பகுதியில் அமைந்துள்ள வர்மம் கூம்பு வர்மம் என அழைக்கப்படும்.

இதில் தாக்குதல் ஏற்பட்டு வர்மம் கொண்டால் அதிகமான இருமல் ஏற்படும். ஈரலில் தாக்கம் ஏற்படும். இதயத் துடிப்பு அதிகமாவதால் மார்பு படபடப்பு அதிகமாக இருக்கும். மார்பு எலும்புப் பொருத்து விலகி, அப்பகுதி தாழ்ந்து காணப்படும். செவி கேட்காமல், வாய் மூடிக் காணும். இதுபோன்ற பல விதமான துற்குணங்களைக் காட்டிக் கொண்டிருக்கும். மூன்றே முக்கால் நாழிகைக்குள்ளாக அடங்கல் முறைப்படி பரிகாரம் செய்தால் குணமாகலாம்.

நேர் வர்மம்

கூம்பு வர்மத்திலிருந்து இருவிரல் கீழாகத் தொப்புளை நோக்கி அமைந்த இடம் நேர் வர்மம்.

இதில் தாக்குதல் ஏற்பட்டு வர்மமுற்றால் உடல் வெப்பமின்றி குளிர்ந்தும்,



83. வெள்ளை வர்மம்
89. மணிபந்த வர்மம்
90. மொழி வர்மம்
91. முட்டு மொழி வர்மம்
92. முண்டகத்து வர்மம்
93. முட்டு வர்மம்

அதி வியர்வையுடனும் காணப்படும். இருபத்தொரு நாழிகைக்குள்ளாக அடங்கல் பரிகாரம் செய்தால் நோய் அகலும். இவ்வர்மத்தில் மாத்திரை அளவு அதிகமானால் வயிறு மந்தமாகி, விம்மிப் புடைத்து, உடலின் பல பகுதிகளில் சுளுக்கு போல் காணப்படும். வாயு மிகுந்து, பசி குறையும்.

பன்றி வர்மம்

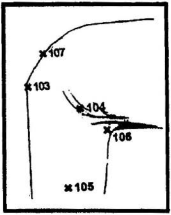
நேர் வர்மத்திற்குக் கீழாகத் தொப்புளை நோக்கி நான்கு விரலில் (சுமார் 3 அங்குலம்) அமைந்த பகுதி. இதில் தாக்குதல் நிகழ்ந்தால் பன்றி உறுமுவது போல் நோயாளியும் உறுமுவர். நாழிகை இருபத்தெட்டுக்குள்ளாக வர்ம முறைப்படி தடவி, தட்டி அடங்கல் பரிகாரம் செய்யக் குணம் கிடைக்கும்.

முண்டெல் வர்மம்

முண்டெல் என்று அழைக்கப்படும் பனிரண்டாவது விலா எலும்பின் (Floating rib) மேல்பகுதி முண்டெல் வர்மம். இதில் வர்மம் கொண்டால் உணர்வின்றி மயக்கம் ஏற்படும். உடலில் கபக் குற்றம் மிகுந்து, உடல் குளிர்ந்து காணப்படுதலோடு, இருமலும் சளியில் இரத்தமும் காணப்படும். தாக்குதல் அதிகரிக்கும்போது இருமல், சுரம் மட்டுமின்றி பல நோய்களையும் உண்டாக்கும். இக்குறிகுணங்களை எதிர்நோக்கி மருத்துவம் செய்தால் நோய் அகன்று போகும்.

அடப்பக் கால வர்மம்

முண்டெல் வர்மத்திலிருந்து மேல் நோக்கி (அக்குள் பகுதியை நோக்கி) நான்கு அங்குலம் உயரே அமைந்துள்ளது. இதில் தாக்குதல் ஏற்படும்போது உடல் வெப்பம் அகன்று, குளிர்ச்சியாகி, உடல் முற்றும். நீரால் நனைத்தது போன்று வேர்வை காணப்படும். கை, கால்கள் அசைவின்றி மரம் போல் காணப்படும்.



103. குதிகை முகக் காலம்
104. கொம்பேறி வர்மம்
105. கோணச் சன்னி வர்மம்
106, 107. முட்டு வர்மம்

பெரிய அஸ்தி சுருக்கிக் கால வர்மம்

அடப்பக் காலத்திற்கு இரு விரல் கீழாக அமைந்துள்ளது பெரிய அஸ்தி சுருக்கி வர்மம். இதில் தாக்குதல் ஏற்படும்போது உடலைக் கூனி நிமிர முடியாது. மறந்து கூட இவ்வர்மத்தை ஏற்படுத்தக் கூடாது. பதினெட்டு நாட்களில் இவ்வர்மம் அசாத்திய குறிகுணங்களைக் காட்டும்.

பதினொரு கடிகைக்குள் தகுந்த அடங்கல் பரிகாரம் செய்தால் நோயாளி உயிர்நிலை பெற்று, உயிர் வாழ்வார்.

சிறிய அஸ்தி சுருக்கிக் கால வர்மம்

பெரிய அஸ்தி சுருக்கி வர்மத்திற்குக் கீழாக இரு விரல் அளவில் அமைந்துள்ள பகுதி. சிறிய அஸ்தி சுருக்கி வர்மம் கொண்டால் குறிகுணங்கள் பெரிய அஸ்தி சுருக்கி போலவே காணும். சரியான இளக்குமுறை செய்தாலும் 45 நாட்களாகிய ஒரு மண்டலத்தில் அந்நபர் இறந்து போவார் என்பதை அறிவில் பதித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

முன் சருதி வர்மம்

சிறிய அஸ்தி சுருக்கிக் காலத்திற்குப் புறமாக நான்கு விரலில் அமைந்த பகுதி முன் சருதி வர்மம். இதில் தாக்குதலால் வர்மம் ஏற்பட்டால் உடலில் வலி, குடைச்சல் போன்றவையும், அடிவயிற்றில் உளைச்சல், காய்ச்சல், சன்னி போன்றவையும் ஏற்படுவதோடு உடலெங்கும் வீக்கம் ஏற்பட்டிருக்கும்.

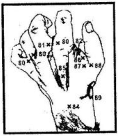
உலகில் சாகாத மூலி என்று ஒன்றுள்ளது. ஆனால் அம்மூலிகையின் பிறப்பு பற்றி மானிடர்க்குத் தெரியாது. அம்மூலிகை அபூர்வமாகக் கிடைக்கப்பெற்றால் அதனைக் கசக்கி உடலெங்கும் தேய்க்க, முன் சருதி வர்மம் தீரும் என்று கூறப்படுகிறது. இது ஆய்வுக்குரியது. சீந்தில் என்ற அமிர்தவல்லி கொடிக்கும் சாகா மூலி என்ற பெயர் உள்ளது.

பின் சருதி வர்மம்

பின் சருதி வர்மங் கொண்டால் இருபுறமும் வலிக்கும். கால்கள் இரண்டும் இரத்தக் குறைவால் உணர்ச்சியற்று, நாட்செல்லும் போது போசாக்கின்றி உலர்ந்து சூம்பிப் போகும். சன்னி ஏற்படும். ஆனாலும் இவ்வர்மம் சாத்திய வர்மமாகும்.

பள்ளை வர்மம்

முன் சருதி வர்மத்தின் அருகில் பள்ளமான பகுதியில் அமைந்த வர்மம். பள்ளை வர்மத்தின் குணத்தை ஆராய்ந்தால் உடல் வலியுடன், உடல் குன்றியும், வாய்வு மிகுந்தும், முதுகுவரியில் வலியோடு சுளுக்கும் ஏற்பட்டிருக்கும். வர்ம அடங்கல் பரிகாரமும், தடவல் முறையும் செய்தால் நற்குணம் தரும்.



80.	தெட்சணைக்கால வர்மம்
81.	சூண்டோதிரி வர்மம்
82.	சுண்டோதிரி வர்மம்
84.	மணிபந்த வர்மம்
85.	மேலாந்தை வர்மம்
86, 87, 88.	கவளிக்கால வர்மம்
89.	மணிபந்த வர்மம்

சுளுக்கு வர்மம்

விலா எலும்புகளில் முதல் இரண்டும், கடையிரண்டும் நீங்கலாக உள்ள எட்டு என்புகளின் இடைப் பகுதிகளும், சுளுக்கி வர்மப் பகுதிகளாகும். இதில் தாக்குதல் ஏற்பட்டால் வயிற்றின் அடிப்பகுதியில் வீங்கிப் புடைத்தும், வயிறு வாயுவால் நிரம்பியும் காணப்படும்.

தும்மிக் கால வர்மம்

காரீரல் வர்மத்திற்குக் கீழ்ப்பக்கம் நேர் தும்மிக் காலம். தும்மியென்ற தொடுவர்மப் பகுதியில் வர்மமுற்றால் விஷம் தலைக்கேறுவது போன்ற ஒரு உணர்வுடன் மயக்கம் ஏற்படும். மயக்கம் ஏற்படாமல் இருந்தால் நல்லது. சரியான இளக்குமுறை பரிகாரம் செய்தால் குணம் கிடைக்கும். பதினெட்டு நாழிகைக்குள்ளாக இப்பரிகாரம் செய்யப்படல் வேண்டும். நாழிகை கடந்தால் நோயாளி இறந்து போவார். சாகாமல் குணம் பெற்றாலும் ஆனந்தவாயு என்ற விரைநோய் பிற்காலத்தில் ஏற்படும்.

கைகட்டிக் கால வர்மம்

தும்மிக் காலத்திற்கு நான்கு இறைக்கு (சுமார் 4 அங்குலம்) கீழாக அமைந்துள்ளது கைகட்டிக் காலம். இதில் தாக்குதல் ஏற்படும்போது கைபுயம்

நழுவல் ஏற்படும். அசதியுடன் மயக்கமும் ஏற்படும். இவ்வாறு ஏற்பட்டவரை உட்காரவைத்து முறையாகப் பாதிக்கப்பட்ட இடத்தைத் தடவி, மூட்டு நழுகலையும் சீர் செய்தால் குணம் கிடைக்கும்.

சடப்பிற வர்மம்

கைகட்டிக் காலத்திற்குக் கீழாக அகம் நோக்கி இரு இறையில் அமைந்தது சடப்பிற வர்மம். இதில் தாக்குதல் ஏற்பட்டு வர்மமுற்றால் மயக்கம் ஏற்படும். ஆனால் கண் திறந்து காட்சியளிக்கும். பதினைந்து நாழிகைக்குள்ளாக வர்மப் பரிகாரம் செய்தால் குணம் கிடைக்கும். பின்னர் அதற்கான நெய்களையோ, தயிலங்களையோ உண்ண, பூரண குணம் கிடைக்கும்.

கிளிப்பிற வர்மம்

சடப்பிற வர்மத்திற்கு இரு இறை மேலாகக் கிளிப்பிற வர்மம் காணப்படும். இப்பகுதியில் தாக்குதலால் வர்மம் ஏற்பட்டால் சிரித்துப் பேச முடியாமல் முகம் ஒரு பக்கமாக இழுத்து, முகவாதம் ஏற்பட்டுள்ளதைப் போன்று காட்சி தரும். இவ்வர்மம் ஏற்பட்டவுடன் மயக்கம் வருவதில்லை. எழுப்பும் முறை (அடங்கல்) 8 நாழிகைக்குள்ளாகச் செய்யப்பட வேண்டும்.

கிளிமேக வர்மம்

கிளிப்பிற வர்மப் பகுதியிலிருந்து இரு இறை மேலாகக் கிளிமேக வர்மம் காணப்படும். இதில் வர்மமுற்றால் நான்கு நாழிகையில் 'கூ கூ' என்ற அலறல் ஏற்பட்டு, 18 நாழிகை கடக்கும்போது நோயாளி தானாகக் குணம் பெற்றுவிடுவார்.

பூணூல் வர்மம்

இவ் வர்மப் பகுதியில் தாக்குதல் நிகழும்போது உடல் மயங்கி உணர்வின்றி காணப்படும். நாள் செல்லச் செல்ல தோள்பட்டை மூட்டு நழுவல் ஏற்படுவதுடன், நரம்புகள் பாதிப்பால் தசைச்சூம்பல் ஏற்படும். மயக்கம், சன்னி ஏற்பட்டு கை, கால்களை வெட்டி வெட்டி இழுக்கச் செய்யும். வர்ம மருத்துவர், இதன் குணங்களைச் சரியாக உணர்ந்து, முறையாக வர்ம மருத்துவம் செய்தால் குணம் பெறுவர். இவையெல்லாம் ஒரு பக்கம் நிகழும் வர்மத்திற்கே பொருந்தும். வலது, இடது என்ற இருபக்கக் கைகளிலும் ஒரே நேரத்தில் இவ்வர்மம் ஏற்படுமானால் உடலின் தசவாயுக்களின் இயக்கம் தடைப்பட்டு, கபம் மிகுந்து, வலிப்பு ஏற்படும்.

சயம், கொழுத்து (குடைச்சல்) போன்றவை ஏற்பட்டுப் பரிகாரம் செய்தாலும் குணம் பெறாமல் சாவு நிகழும்.

புய வர்மம்

காரை (Clavile) எலும்பு முடியும் பகுதியில் (புய எலும்புப் பொருத்தில் இணையும் பகுதி) புய வர்மம் காணப்படும். இதில் வர்மமுற்றால் கையில் உணர்வின்றிச் சுளுக்கு ஏற்படும். கையில் விருவிருப்புடன் புயப்பகுதியில் வீக்கம் ஏற்படும். இரத்த ஓட்டம் குன்றி கையை உயர்த்த முடியாமல் போய்விடும். திருமேனி எண்ணெயினால் முறையாகத் தடவி வர குணம் கிடைக்கும்.

விலங்கு வர்மம்

முதுகு வரியில் கழுத்து முடியும் பகுதியில் காணப்படும் புடைப்புப் பகுதி விலங்கு வர்மம் அமைந்த தலமாகும். இவ்வர்மப் பகுதியில் தாக்குதல் (அடியோ, குத்தோ, மிதியோ) ஏற்பட்டு வர்மமுற்றால் நினைவிழந்து கையை உயர்த்த முடியாத நிலை ஏற்படும். முதுகுப் பகுதியில் கொழுத்து ஏற்படும். திருமேனி எண்ணெயை முறையாக வெளிப் பிரயோகமாகப் பயன்படுத்த குணமாகும்.

சுழியாடி வர்மம்

பிடரியின் கீழாக, முதுகு வரியில் மத்திபமாக உள் பகுதியில் (தண்டுவடத்தின் மத்திப் பகுதி) சுழியாடி வர்மம் காணப்படும். இதில் வர்மம் ஏற்பட்டால் குளிர் சுரம், பைத்தியம் போன்றவை ஏற்படும். இவ்வர்மம் கிரிசாத்துக் குடிநீரும், சுவராதித் தைலமும் முறையாக வழங்கக் குணமாகும். கஷ்ட சுவாசம், பெருமூச்சு, ஏப்பம் முதலியன இருப்பதைக் கொண்டு இவ்வர்மம் ஏற்பட்டு உள்ளது என உணரவேண்டும்.

நட்டெல் வர்மம்

முள்ளந்தண்டில் கச்சைக் காலத்திற்கு மேலாக அமைந்த பகுதி நட்டெல் வர்மம். முதுகுத் தண்டு முன்னோக்கி வளைந்து கூன் ஏற்படும். உடலில் நடுக்கம் ஏற்படும். சோர்வு, ஆயாசம், களைப்பு போன்றவையும் ஏற்பட்டுக் கோரவாதத்தின் குறிகுணங்களை ஒத்துக் காணப்படும். முதுகுத் தண்டில் இடுப்பைச் சுற்றி வலிக்கும். உடலை நேராக நிமிர்த்த முடியாமல் அதிகமான வலி காணப்படும்.

நிமிர்ந்து நிற்க முயற்சித்தால் கால்களில் களைப்பு ஏற்படும். இத்தகைய குறிகுணங்கள் கோரவாதத்தில் காணப்படும்.

கச்சைக் கால வர்மம்

கச்சை கட்டும் பகுதியில், முள்ளந்தண்டில் (Lumbo Sacral region) அமைந்த வர்மம் கச்சைக் கால வர்மம் என்று அழைக்கப்படும். மனத்தில் தெளிவற்ற நிலை ஏற்பட்டு, இடுப்பில் உளைச்சல் அதிகமாகக் காணப்படும். மலச்சிக்கல் ஏற்படும். நீரடைப்பு இருக்கும். உடல் முற்றும் அதிகமாகச் சோர்வு ஏற்பட்டு, உடல் மெலிவடையும்.

கைகூட்டுக் கால வர்மம்

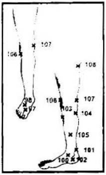
கச்சை வர்மத்திற்குப் பின்னாக அமைந்தது கைகூட்டுக் காலம். இதில் வர்மம் ஏற்பட்டால் தோள் பூட்டு விலகிக் காணும். கையில் சோர்வு ஏற்படும். மயக்கம் உண்டாகும். 12 நாட்கள் கடந்து விட்டால் நோய் தீவிரமடைந்து குணமாகாத நிலையை ஏற்படுத்தும். வர்ம மருத்துவர் உடனடியாக, பலப்பல விதமான புத்தி சாதுர்யத்துடன் கூடிய வர்மப் பரிகாரத்தால் இந்நிலையைக் குணமாக்க முடியும்.

வாசுக் கால வர்மம்

மூலத்தில் முள்ளந்தண்டு முடியும் பகுதி வாசுக் கால வர்மத்தின் இருப்பிடமாம். இதில் வர்மமுற்றால் குளிர் காய்ச்சல் ஏற்படும். வாயுகுன்மம் என்று சொல்லுமளவுக்குக் குறி குணங்கள் காணப்படும். உண்டது உண்டது போலவே செரிக்காமல் வாந்தியாகும். உணவில் வெறுப்பு தோன்றும். வயிறு காற்றடங்கிய துருத்தி போல உப்பி, உடல் வன்மை குறையும். நடக்க முடியாமல் ஒய்ச்சல், உடல் வியர்த்தல், வயிற்றுள் காற்று மிகுந்து புரண்டு வில்லைப்போல இழுத்துப் பிடித்துக்கொண்டு, தாங்க முடியாத வலியை உண்டாக்கல் போன்ற குறிகுணங்களை வாயு குன்மத்தில் காணலாம்.

அன்னக் கால வர்மம்

தொப்புள் குழியில் அன்னக் கால வர்மம் காணப்படும். இவ்வர்மமுற்றால் அதிகமான சுரம் காணப்படும். தண்ணீர் தாகம் அதிகமாயிருக்கும். உணவில் விருப்பமின்றியும், உண்ட உணவு செரிக்காமலும் இருக்கும். உடல் அசதியினால்



97. விற்திக் கால வர்மம்
98. சுண்டோதிரி வர்மம்
100. கண்ணுபுகைக் கால வர்மம்
101. குதிக்கால் வர்மம்
102. விகுதி வர்மம்
103. குதிகை முகக் காலம்
104. கொம்பேறி வர்மம்
105. கோணச் சன்னி வர்மம்
106, 107. முட்டு வர்மம்
108. பச்சி வர்மம்

மயக்கம் ஏற்படும். தசவாயுக்களில் பரவுகாலாகிய வியான வாயுவின் ஓட்டம் தடைபடுதலால் இவ்வாறு நிகழ்கிறது. குறுந்தொட்டி எண்ணெயை உள்ளுக்கும் கொடுத்து, உடலிலும் பூசி, தலையில் தேய்த்து, வெந்நீரில் குளித்துவர இவ்வர்மம் குணமாகும். வாயுவின் நிலையும் சீராகும்.

மேற்சொன்ன கழுத்திலிருந்து தொப்புள் வரையுள்ள வர்மங்களுக்குப் பொது அடங்கல் வருமாறு :

இறையருளை வேண்டி, பெரியோர் தம் பாதங்களைப் போற்றி செய்து, குருவை நினைத்து, கருத்தாக குறி குணங்களை விரைவாக ஆய்வு செய்ய வேண்டும்.

வாயு சீராகுமாறும், சுவாசத்தடை நீங்கவும் தலையை உயர்த்த வேண்டும். கோரி வாரி என்று சொல்லப்படுகின்ற முறையில் இரு மார்புப் பகுதிகளையும் தடவி (கத்தரிக் கோல் மாறலாக), நெஞ்சறை வயிற்றறையுடன் சேருமிடத்தில் இருபக்க விலாக்களுக்கு உள்ளும் விரல்களை ஒரு அங்குலம் பதித்து மேல் நோக்கித் தூக்கவும். நோயாளியின் பின்புறம் நின்று இதைச் செய்யவும்.

நோயாளியின் கையைக் கட்டி நிற்பதுபோல் செய்து அவரது காலின் துடைப் பகுதியில் வர்ம மருத்துவர் தன் கால் பதியுமாறு மிதித்துக் கோரிப் பிடித்து வல, இடப் புறமாக வெட்டிப் பிடித்து அசைத்து - கைமேல் கை பிணைத்து உச்சியில் ஓர் அடி போட வேண்டும். முதுகு வரியில் புறங்காலால் மிகக் கவனமாக மூன்று தட்டு தட்டி, உடனே தூக்கி உதறிவிட வேண்டும். சோர்வு நீங்கி வர்மத்தினின்று விடுபட்டு இயல்பு நிலையடைவர். அதன் பின்னர் வர்ம மருந்துகளை வழங்கப் பூரண குணம் கிடைக்கும்.

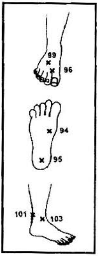
குறிப்பு

அடங்கல் முறைகளைக் தேர்ச்சி பெற்ற வர்ம மருத்துவர்களிடம் நேராகப் பழகித் தேர்ந்த பின்னரே கைகொள்ள வேண்டும். மாறாகச் செய்வோர் தீய விளைவுகளைச் சந்திக்க நேரிடும்.

தொப்புள் குழி முதல் மூலம் வரையிலுள்ள மூன்றாம் கண்டத்தில் அமைந்துள்ள வர்மங்கள் :

மூத்திரக் கால வர்மம்

தொப்புளிலிருந்து நான்கு விரலளவு கீழாக உள்ள பகுதி மூத்திரக் காலம் (Bladder region). இதில் வர்மம் கொண்டால் மூத்திரப் பையானது தன் நிலையில் மாறுதலாகி, புரண்டு காணப்படும். இது தாக்குதலின் வேகத்தைப் பொறுத்தது. மூத்திரம் சொட்டுச் சொட்டாக வெளியாகும். வலியும், வேதனையும் இருக்கும். 18 நாழிகைக்குள்ளாக அடங்கல் பரிகாரம் செய்ய நற்குணம் கிடைக்கும்.



94. வெள்ளை வர்மம்
95. உப்புக் குத்திக்கால வர்மம்
96. குன்றிகைக் கால வர்மம்
99. படங்கால் வர்மம்
100. கண்ணு புகைக் கால வர்மம்
101. குதிகால் வர்மம்
102. விகுதி வர்மம்

கல்லிடைக் கால வர்மம்

விரை என்று சொல்லக்கூடிய (Testicles) பீஜம் அமைந்த இடம். கல்லிடைக் காலம் (பீஜக் காலம்). இவ்வர்மம் ஏற்பட்டால் உடலில் வெப்பம் நீங்கிக் குளிர்ந்தும் வேர்வையுடனும் காணப்படும். வாயில் நுரை அதிகம் காணப்படும். விரையானது

மேலாக வஞ்சனகாத வளையம் வழியாக மேலே ஏறியவாறு இருக்கும். ஏழு நாழிகைக்குள்ளாக அடங்கல் பரிகாரம் செய்தால் குணம் கிடைக்கும்.

வலம்புரிக் கால வர்மம்

தண்டு என்று சொல்லக்கூடிய ஆண், பெண் பிறப்பு உறுப்புகளின் வலப்பக்கமாக ஒரு இறை அளவில் அமைந்த வர்மம். இதில் தாக்குதல் நிகழும்போது நீரும், மலமும் கழியாமல் கட்டாகும். கால்கள் இரண்டும் விறைத்து, நீண்டு காணப்படும். இது அசாத்திய வர்மமாகக் கூறப்பட்டுள்ளது. பரிகாரம் செய்வதற்கு முன்னரே நோயாளி இறந்துவிடுவார்.

இடம்புரிக் கால வர்மம்

பிறப்பு உறுப்புகளின் இடது பக்கமாக அமைந்தது. இதில் வர்மமுற்றால் மூத்திரம். மூத்திரப்பையினின்று பிறழ்ந்து ஆண்குறியில் அதிகமாகச் சேர்ந்து வீங்கிக் குத்துளைச்சல், வலி முதலியன ஏற்படும். நீர்போகும் பாதையை மலம் அடைப்பது போன்ற உணர்வு ஏற்படும். முறையாக அடங்கல் பரிகாரம் செய்தால் குணமாகும்.

வெல்லுறுமிக் கால வர்மம்

வலம்புரி, இடம்புரி காலங்களின் இடையில் அமைந்த பகுதி. இதில் வர்மம் கொண்டால் அடிவயிற்றில் தரிப்பு, உளைச்சல் ஏற்படும். உடல் குளிர்ந்து கபக் குற்றம் மிகுந்து சன்னி ஏற்படும். மயக்கம் ஏற்படலாம். மனத்தில் தெளிவற்ற நிலையுடன் பைத்தியக்காரனைப் போன்று பேசவும், நடக்கவும் செய்வர். இதனைக் காண்போர் எதனால் ஏற்பட்டது என்பது புரியாது ஐயுற்றுப் பலவாறு பேசுவர். வர்ம மருத்துவர் மேற்கூறிய வர்மத்தால் இக்குறிகுணங்கள் ஏற்பட்டுள்ளன என்பதை உணர வேண்டும். குறிப்புணர்ந்து வர்மப் பரிகாரம் செய்ய, குணம் பெறுவர்.

நரங்கல் குத்திக் கால வர்மம்

வெல்லுறுமிக்குப் பின்னாக மூலப் பகுதியில் நரங்கல் குத்திக் கால வர்மம் காணப்படும். இவ்வர்மம் கொண்டால் உடலில் அதிகமான வீக்கம் ஏற்படும். விட்டு விட்டு மூச்சடைப்பு ஏற்படும். இவ்வர்மம் குணமாகக் கூடியது என்று நினைத்துப் பகைவர்க்குச் செய்யலாகாது. இவ்வர்மத்திலிருந்து நோயாளி குணம் பெற்றாலும்

நிமிர்ந்து நடக்க முடியாமல் ஆசனப் பகுதியால் நரங்கியே தன் இறுதி நாட்களைக் கழிக்க இயலும். இதனாலேயே இவ்வர்மம் இப்பெயர் பெற்றது.

அணி வர்மம்

வெல்லுருமி (Pubic region) என்ற மேட்டிலிருந்து தண்டில் (Penis) நான்கு விரலளவில் அமைந்தது அணி வர்மம். இதில் வர்மமுற்றால் அப்பகுதியினுள் (நீர்த்தாரையில்) முறிவு ஏற்பட்டு இரத்தம் வெளியாகும். நினைவிழந்து சோர்வு ஏற்பட்டு அசாத்திய குறி குணங்களை ஏற்படுத்தும்.

ஆந்தை வர்மம்

அணி வர்மத்திலிருந்து அரை இறை (அங்குலம்) மேலாக உள்ள பகுதியில் (Glans Penis) ஆந்தை வர்மம் காணப்படும். இதில் வர்மமுற்றால் மயக்கம் ஏற்பட்டு உணர்விழந்து கிடப்பர். நினைவு வருவதும், மயக்கமுறுவதுமாக மாறி மாறி குறிகுணங்கள் ஏழு நாட்கள் வரையிலும் காணப்படும். தக்க வர்மப் பரிகாரத்தால் குணம் செய்ய இயலும்.

தொப்புளில் இருந்து மூலம் வரையிலுமுள்ள வர்மங்களுக்கானப் பொது அடங்கல் பரிகாரம் பின்வருமாறு :

இவ்வர்மங்களால் தாக்குண்டவரைத் தூக்கி உட்காரச் செய்யவும். அவர் தம் முடியைப் பிடித்துத் தூக்கி உடலெங்கும் முறையாகத் தடவித் தூக்கி, நரம்புகளைத் தூண்டி கைகளைப் பின்புறமாகக் கோர்த்து வைத்திருக்கச் செய்யவும். வல, இடப் பக்கமாக அசைத்து முதுகில் வர்மாணியின் கால் முட்டால் ஊன்றி மேல் சங்குத்திரி அடங்கல் செய்யவும். (முறையாகத் தலையைப் பிடித்து வல, இடப் பக்கங்களில் அசைத்தல்). இவ்வாறு செய்வது பிறர் அறியா வண்ணம் மறைவான இடத்தில் இருக்க வேண்டும். உச்சியில் அமர்த்தும் முறையில் அமர்த்திவிட, தோஷமின்றிப் பின்விளைவுகளின்றி இவ்வர்மம் கொண்டவர் சுகம் பெறுவர். வர்ம ஆசானிடம் முறையாகக் கற்றுத் தேர்ந்த பின்னரே அடங்கல் பரிகாரம் செய்ய முற்படவேண்டும்.

அமர்த்தல் என்பது வர்ம இளக்கு முறையின் சூட்சுமம். இதனைச் சரியாகச் செய்ய, ஐயம் திரிபறக் கற்றல் அவசியம். முதுகில், நெஞ்சில், விளாப் பகுதியில் தடவவேண்டும். மூக்கு, செவி போன்ற இடங்களில் ஊத வேண்டும். சுக்குத் தூளாலோ அல்லது வர்மாணித் தூளாலோ ஊதவேண்டும். பின்னர்

உள்ளங்காலைத் தட்டி ஒரு அதிர்ச்சியை ஏற்படுத்தி, விரல்களில் நெட்டி வாங்கிவிட அசதி, சோம்பல் போன்றவை நீங்கித் தூங்கி எழும்புவது போலப் புத்துணர்ச்சியுடன் எழுந்து காட்சிதருவர்.

இம்முறைகளைப் பழக்கமுள்ள வர்மாணியின் அருகிருந்து கற்றுத் தேர்ந்தாலே சிறப்பாகப் பரிகாரம் செய்து சிறந்தோங்க முடியும்.

நான்காம் கண்டமாகிய கையில் அமைந்த வர்மங்கள் :

தெட்சணைக் கால வர்மம்

கைவிரல் இடுக்குகளில் அமைந்துள்ளது தெட்சணைக் கால வர்மம். இதில் வர்மமுற்றால் கண்களில் பார்வை மங்கல், அதிகமான உடல் வலி, கைகளில் சோர்வு முதலியன ஏற்படும். மாத்திரை அதிகமானால் கபம் மிகுந்து சன்னி ஏற்பட்டு நான்கு நாட்களில் சாவு ஏற்படும்.

சூண்டோதிரி வர்மம்

தெட்சணைக் காலத்திற்கு இடையில் அமைந்தது சூண்டோதிரி வர்மம். இவ்வர்மமுற்றால் உடலெல்லாம் வீக்கம் ஏற்படும். சன்னி உண்டாகி, பற்பல நோய்க்கான குறிகுணங்கள் ஏற்பட்டுப் பதினொன்றாம் நாளில் சாவு ஏற்படும். இவ்வர்மத்தால் மரணம் நிச்சயம் ஏற்படும் என்று உறுதியாகக் கூறப்பட்டுள்ளது.

சுண்டோதிரி வர்மம்

பெருவிரலுக்கும் ஆள்காட்டி விரலுக்கும் இடையில் அமைந்தது சுண்டோதிரி வர்மம். இதில் வர்மமுற்றால் கைகளும், கால்களும் தடித்து வீங்கும். குளிர் சுரமும், உடல் நடுக்கமும் ஏற்படும். குறிகுணங்கள் சாத்தியமாக இருக்குமானால் வர்மமுறைப்படித் தடவத் தீரும். தைலங்களால் தடவ இலகுவாக குணமாகும்.

வெள்ளை வர்மம்

உள்ளங்கையில் குழிவான பகுதியில் காணப்படும். தரிப்பு, உளைச்சல், குத்துவலி ஏற்படுவதுடன் கண்ணில் பார்வை மங்கல் ஏற்படும். சுரமுண்டாகும். எட்டு நாட்களுக்குள் குறிகுணங்கள் தீரும்.

மணிபந்த வர்மம்

மணிக்கட்டுப் பகுதியில் மணிபந்த வர்மம் உள்ளது. இதில் வர்மமுற்றால் கைமுட்டு நழுவி முடக்கம் ஏற்படும். வீக்கம், உளைச்சல் முதலியவற்றுடன் உடல் குளிர்ந்து சில்லிட்டுக் காணப்படும். முறையாக நூலில் கூறியுள்ளபடி பண்டிதர்கள் தடவு முறைப் பரிகாரம் செய்ய குணம் பெறுவர்.

மேலாந்தை வர்மம்

புறங்கையில் மணிபந்த வர்மத்திற்குக் கீழாக உள்ள பகுதியில் காணப்படும். இவ்வர்மப் பகுதி தாக்குண்டால் சோர்வு, வீக்கம் ஏற்படும். முக்கூட்டு எண்ணெய் தேய்த்துத் தடவ, சுகம் பெறுவர்.

கவளிக் கால வர்மம்

பெருவிரலுக்கும், ஆள்காட்டி விரலுக்கும் இடைப்பட்ட பகுதி. இது மிக முக்கியமானது. மயங்கியவரை உயிர்ப்பிக்கவும், மயக்கம் செய்விக்கவும், வலிப்பு நோயில் ஏற்படும் குறிகுணங்களை அகற்றவும் பயன்படுத்தும் வர்மத் தலமாகும். கவளிக் காலம் மூன்று வர்மப் பகுதியானாலும் குணம் ஒன்றாகவே கொள்ளப்படும். இவ்வர்மமுற்றால் ஒரு வருடம் கடந்த பின்பு விப்புருதிக் கிழங்கை ஒத்த கட்டிகள் வர்மமுற்ற கையில் ஏற்படும். உள்ளங்கை வெடித்து, கீறி புண் உண்டாகும். இன்னும் அநேக குறிகுணங்களும் கையில் காணப்படலாம்.

மொழி வர்மம்

முழங்கை முட்டு மொழியதனில் (பொருத்து-Joint) மொழி வர்மம். இதில் வர்மமுற்றால் மொழி நழுவல் ஏற்படும். அவ்விடத்தில் சோர்வும், வீக்கமும் உண்டாகும். தேள் கொட்டியது போன்ற வேதனை ஏற்படும். முறையான வர்மப் பரிகாரம் செய்ய குணம் ஏற்படலாம்.

முட்டு மொழி வர்மம்

கைக்குமுசு என்ற மணியில் (Lateral Epicondyle) இவ்வர்மம் காணப்படும். இவ்வர்மப் பகுதியில் அடிபட்டு மாத்திரை அளவு அதிகமானால் 12 ஆவது நாளில் சாவு ஏற்படும். முறிவு ஏற்பட்டால் (காயம்) வட்டெலும்பு நழுவலும் ஏற்படும். அவ்வாறு எலும்பு நழுவல் ஏற்பட்டிருந்தால் சரியாக எடுத்துவைத்து, சவ்வு நசிவு

ஏற்பட்டிருந்தாலும் வல்லாரை என்ற மூலிகையை இடித்துச் சாற்றைப் பருகக் கொடுக்கவும். உழுந்து மாவை மூடில்லாத்தாளி என்ற மூலிகைச்சாற்றில் அரைத்து ஒரு பழைய துணியை நான்கு அங்குல அகலத்தில் கீறி அதில் தடவி அப்பகுதியில் சுற்றி விடவும். அதன் மேலாக மூங்கில் தப்பைகள் நான்கை நாற்புறமாக வைத்துக் கட்டிவிட வேண்டும். முறிவெண்ணெய் என்ற எண்ணெயை அவ்விடத்தில் ஊற்றி நனைய விட்டு வர, குணமாகும்.

முண்டகத்து வர்மம்

முழங்கை முட்டு மொழிக்கருகில் உள்ளது முண்டகத்து வர்மம். இதில் வர்மமுற்றால் அதிகமான உடல் வருத்தத்தையும், மன வருத்தத்தையும் கொடுக்கும். கை, கால்களில் வேதனை, வலி, தரிப்பு முதலியன ஏற்படும். கபம் மிகுந்து சன்னி உண்டாகும். கையிலுள்ள பெருநரம்பு பாதிக்கப்படும்.

முட்டு வர்மம்

முழங்கைப் பொருத்தின் அகப்பகுதியில் (Cubital Fossae) அமைந்தது முட்டு வர்மம். இவ்வர்மம் ஏற்பட்ட கையில் சுழுக்கு ஏற்படலாம். வீக்கம் காணப்படலாம். தேள் கொட்டியது போன்ற விறுவிறுப்பும், திமிர் பிடித்தது போன்ற உணர்வும், அதிகமான வலியும் உண்டாகும். தசையில் இரத்தம் குறைந்து, தசைச் சூம்பல் ஏற்படும். காயத்திருமேனி தைலத்தால் அவ்விடத்தைத் தடவி நழுவலைச் சீர் செய்ய வேண்டும்.

ஐந்தாம் கண்டம் - கால்களிலுள்ள வர்மங்கள் :

கால் வெள்ளை வர்மம்

இது உள்ளங்காலில் அமைந்த பகுதி. இதில் வர்மமுற்றால் நரம்புத் தெற்று (முறுக்கு) ஏற்படும். மிகுந்த உடல் வலி, இடுப்புப் பகுதியில் வலி, பாதத்தில் கடுப்பு, உளைச்சல் உண்டாகி, உடலை நிமிரவொட்டாமல் செய்யும்.

உப்புக் குத்திக் கால வர்மம்

இவ்வர்மம் உப்புக் குத்தியில் காணப்படும். அதிக அளவு தாக்குதல் ஏற்பட்டால் சோர்வு, உடல் மயக்கம் ஏற்பட்டு அசாத்திய குறி குணங்களைக்

காட்டும். மாத்திரை குறைவான அளவில் தாக்குதல் நிகழ்ந்தால் கால் சரியாகப் பதித்து ஊன்ற முடியாமல், தரையில் பொத்தி நடக்கின்ற நிலையை உண்டாக்கும்.

குன்றிகைக் கால வர்மம்

இது கால் பெருவிரலின் மேல் பகுதியில் உள்ளது. உடல் மயங்கிக் களைப்பு உண்டாகும். விஷத்தால் ஏற்படும் தரிப்பு போன்றும் வீக்கத்துடனும் காணப்படும். வர்மத் தைலங்களால் தடவ, குணமாகும்.

விற்திக் கால வர்மம்

பெருவிரலிலிருந்து ஒரு இறை (சுமார் 1 அங்குலம்) மேலாக உள்ள பகுதி விற்திக் காலம் ஆகும். உடல் தளர்ந்து சோர்ந்து போகும். மயக்கம் ஏற்படும். கபம் மிகுந்து சன்னி ஏற்படும். உயர்வான வர்ம சிகிச்சை செய்ய, குணமாகும்.

சுண்டோதிரி வர்மம்

விற்திக் காலத்திலிருந்து இரு இறை மேல் உள்ள பகுதி. அடிபடுவதால் அல்லது நசுங்குவதால் இவ்வர்மம் ஏற்படும். வர்மப் பகுதியில் வீக்கமுண்டாகும். அதிகச் சோர்வு ஏற்படும், உடல் புண்பட்டு நோவது போல் வலியுடன் காணப்படும். இக்குறிகுணங்கள் மூன்று நாட்களுக்குப் பின் அதிகமாகி, ஏழு நாட்களுக்குள்ளாக உயிரை மாய்க்கும்.

படங்கால் வர்மம்

படங்களில் (Toe region) உள்ளது படங்கால் வர்மம். படவர்மப் பகுதியில் சரியான மாத்திரை அளவில் வர்மங் கொண்டால், அவ்விடத்தில் ஏற்பட்ட நோய் அல்லது உபத்திரவம் (புண்) தீராது. மாத்திரை அளவில் குறைவாகவோ அல்லது வர்மப்பகுதியின் மிக அருகில் தாக்குதல் நிகழ்ந்தாலோ அறிவுக் கேடுண்டாவதோடு, உளைச்சல், வீக்கம் முதலியன ஏற்படும். நரம்பு வலியால் இந்நோயாளர் பெரிதும் அவதியுறுவர்.

கண்ணு புகைக் கால வர்மம்

கணுக்காலில் புறமாக கண்ணு புகைக் காலம் காணப்படும். இதில் வர்மமுற்றால் இரு கைகளும், கால்களும் வீங்கிக் காணப்படும். ஐயம் (கபம்)

மிகுந்து சன்னி உண்டாகும். சிறிய திருமேனி தைலத்தால் மூன்று நாள் தடவிவிட, குணம் கிடைக்கும்.

குதிகால் வர்மம்

விசை நரம்பு என்ற பெருநரம்பில் (குதிகால் நரம்பு) குதிகால் வர்மம் உள்ளது. இதில் வர்மமுற்றால் நினைவிழந்து மயக்கம் ஏற்படும். கைமுறையாய்த் தடவிக் குதிகால் எலும்புகளைச் சீர்செய்து திருமேனி தைலத்தால் தடவ குணமாகும். கட்டும் (Bandage) போடலாம்.

விகுதி வர்மம்

குதிகால் வர்மத்தின் அருகிலுள்ள பள்ளத்தில் உள்ளது. பாதிக்கப்பட்ட இடத்தில் வீக்கம், உளைச்சல், காய்ச்சல், கொழுத்து (குடைச்சல்) முதலியன காணப்படலாம். சூலாயுதம் கொண்டு குத்துவது போன்ற வலியும், மூத்திரம் போகாமல் வேதனையும் ஏற்படும். பறங்கிப்பட்டை சூரணம் (சீனப்பாவு சூரணம்) வழங்க, குணம் பெறுவர்.

குதிகை முகக்கால வர்மம்

முழங்கால் பொருத்தின் முன்னாக, முழந்தாள் சில்லுக்குக் கீழாக உள்ள பகுதி. இவ்வர்மம் ஏற்பட்டவுடன் அவ்விடத்தில் நரம்பு கெட்டு விரணமாகும். அவ்வாறு விரணமான இடத்தில் தோன்றும் புண்ணோ, சிலைப்புண்ணோ குணமாவது அரிது. விஷபச்சை என்ற எண்ணெயைத் துணியில் தோய்த்துப் புண்ணில் கட்டி வர குணம் கிடைக்கும்.

கொம்பேறி வர்மம்

குதிகை முகக்கால வர்மத்திலிருந்து நான்கு அங்குலம் கீழ், அகமாக உள்ள பதிவில் உள்ளது. இதில் பாதிப்பு ஏற்பட்டால் உடல் வியர்க்கும். விஷம் தீண்டப்பட்டவர்க்கு ஏற்படும் வேதனை போல் வலி ஏற்பட்டு சன்னி உண்டாகும். தீத்தைலம் என்ற சுடர் தைலத்தை உடலெங்கும் பூசி, சிறிதளவு உள்புகட்ட, நற்குணம் கிடைக்கும்.

கோணச் சன்னி வர்மம்

கொம்பேறி வர்மத்திற்கு மூன்று விரல் கீழாக முன் நரம்பில் முடிச்சி மையத்தில் கோணச் சன்னி வர்மம் உள்ளது. இவ்வர்மமுற்றால் சன்னி ஏற்படும். முகவாதத்தில் முகம் ஒரு பக்கமாக இழுப்பது போன்று, முகம் ஒரு பக்கமாக இழுத்துக் காணப்படும். உடல் சோர்ந்து குன்றியும், குறுகியும் காணப்படும். விசை நரம்பு என்ற குதிகால் நரம்புப் பகுதி குளிர்ந்து செயல்பாடின்றி காணப்படும். இது மூன்று நாளில் மரணம் ஏற்படச் செய்யும் அபாயகரமான வர்மமாகும்.

முட்டு வர்மம்

முழங்கால் பொருத்தில் அகமாக உள்ள பகுதியில் முட்டு வர்மம் உள்ளது. இது இரு பகுதிகளாகும். பின் பகுதியில் ஒன்றும் முன் அகப்பதிவில் ஒன்றுமாக இரு தலங்களில் காணப்படும். இதில் பாதிக்கப்பட்டால் சிரட்டை எனப்படும் முழந்தாள் சில் இடம் பெயரலாம். அல்லது உடையலாம். இதனால் ஏற்படும் வலி, வேதனை தாங்க முடியாத அளவில் இருக்கும். உடல் சோர்ந்து, வியர்த்து, மயக்கம் ஏற்படும்.

முழந்தாள் சில்லைச் சரியான இடத்தில் அமர்த்தி, காலை மடக்கி, நீட்டி உழுந்து மாவு பசையால் பூசப்பட்ட கெட்டியான துணியால் சுற்றிக் கட்டி, கால் அசையாமல் நீட்டிப் படுக்கையில் அமர்த்தி, தைலங்களைத் தடவி வர, குணமாகும்.

முழந்தாள் சில் உடைந்தால் அச்சில்லின் அளவிற்குத் தேங்காய் ஓட்டில் ஓட்டை செய்து, கூரான விளிம்புகளை ரம்பத்தால் மழுக்கித் துணி சுற்றி, அச்சில்லிற்குப் பொருத்தமாக வைத்து அணைத்து, கனமான காடாத் துணியால் கட்டிவிட, இடம் பெயராமல் விரைவில் குணம் கிடைக்கும்.

பச்சி வர்மம்

இது தொடை நடுவில் அதிகமாக உள்ள பகுதி. காலில் உளைச்சல், வலி ஏற்படும். தேள் கொட்டியது போன்ற வலி இருக்கும். ஏழு நாட்களுக்குப் பின் குறிகுணங்கள் மறைந்துவிடும்.

வர்ம மருந்துகள்

வர்மங்களால் தீராத தலைவலி, பீனிசம், சயம், இருமல், குன்மம், செகனவாதம், முகவாதம், பக்கவாதம், எலும்பு முறிவு, சுளுக்கு, விப்புருதிக்கட்டி

போன்ற தோல் நோய்கள், வெள்ளை நோய், மாதவிடாய்க் கோளாறுகள், தாது வலுவின்மை, பைத்தியம், நரம்புத் தளர்ச்சி நோய், கல்லீரல் நோய்கள், பாண்டு நோய்கள், மதுமேகநோய், மூலநோய், மலட்டுநோய், விதை நோய்கள் போன்ற எல்லா நோய்களுமே ஏற்பட வாய்ப்பு உள்ளது.

இனி வர்மமுற்ற பகுதிகளைக் குணமாக்கப் பயன்படும் மருந்து வகைகளைக் காண்போம்:

காயத்திருமேனி எண்ணெய்

திருமேனி எண்ணெய் செய்முறையில் பல முறைகள் உள்ளன. இங்கு சிறிய திருமேனி எண்ணெய் விளக்கப்படுகிறது. பயன்பாட்டிலும் குணரீதியாகவும் எவ்விதத்திலும் பிற பெரிய திருமேனி எண்ணெய்களுடன் ஒப்பிடும்போது குறைவு படாதது இத்திருமேனி எண்ணெய். ஆகவே மருத்துவர் மனத் தெளிவுடன் இதனைக் கையாளலாம்.

செய்முறை :

1. குப்பைமேனி இலைச் சாறு
2. நல்வேளைச் சமூலச் சாறு
3. கையாந்தகரைச் சாறு
4. சங்குகுப்பி இலைச் சாறு
5. நத்தைச்சூரி சமூலச் சாறு
6. கோவையிலைச் சாறு
7. ஈசுவர மூலிச் சாறு
8. உத்தாமணி இலைச் சாறு
9. சீந்தில் இலைச் சாறு
10. ஓமவல்லி இலைச் சாறு

1. வகைக்குச் சாறு அரைப் படி (600 மிலி) வீதம் எடுத்துக் கொள்ளவும்.
2. தேங்காய் எண்ணெய் - 2 படி

3. கருஞ்சீரகம், கார்போகரிசி, பால்துத்தம், பவழப்புற்று, கோஷ்டம், அரிதாரம், ஜாதிபத்திரி, ஜாதிக்காய், சந்தனம், நீலத்துருசு, விலாமிச்சம் வேர், சீரகம், வேம்பாடம் பட்டை, வெள்ளைக் குங்கிலியம், எரிச்சிக்காஞ்சிரை வேர்ப்பட்டை வகைக்கு 10 கிராம் வீதம் எடுத்து, நன்கு பொடி செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

இறை புகழ் பாடி, தன் குருவையும் வாழ்த்திப் போற்றி, தைலம் எரிக்க முற்படவேண்டும்.

எண் 1 இல் கூறப்பட்ட சாறுகளை ஒன்றாகக் கலந்து ஒரு பாத்திரத்தில் வடிகட்டி ஊற்றி அடுப்பேற்றி எரித்துக் கொதிக்கச் செய்யவும். பின்னர் எண் 2 இல் கூறப்பட்ட எண்ணெயைக் கலந்து காய்ச்சவும்.

எண் 3 இல் கூறப்பட்ட சரக்குகளைச் சிறிது சிறிதாகப் பாத்திரத்திலுள்ள எண்ணெய்க் கலவையுடன் கலந்து எரித்து, மெழுகு முதிர் பருவத்தில் (மணல் பதம்) வடிகட்டவும்.

வடிகட்டும் போது, சுத்தி செய்த இரசகற்பூரம் 10 கிராமை நன்கு பொடித்து வடிபாத்திரத்தில் இட்டு வைத்திருக்கவும். ஈரப்பதமற்ற பாத்திரம் அல்லது ஊறுகாய் ஜாடிகளில் பத்திரப்படுத்தவும்.

இரசகற்பூரத்திற்குப் பதிலாகப் பச்சைக்கற்பூரம் சேர்த்தும் செய்யலாம். வேம்பாடம் பட்டை சேர்க்காமல் செய்தால், எண்ணெய் பச்சை நிறமாக இருக்கும்.

தீரும் நோய்கள் :

தலைக்குத் தேய்த்து வாரம் இருமுறை குளித்து வரும்போது வர்மத்தால் ஏற்பட்ட சன்னி, வலி, சீதம், கபம், விக்கல் முதலியன அகன்று போகும்.

கரண்டி அளவு உள்ளுக்கும் புகட்டி, உடலெங்கும் பூசச் செய்யவும். அடிபட்டப் புண்களுக்கும், இரத்தக்கட்டு, சுளுக்குகளுக்கும், புறப்பூச்சாகவும் பயன்படுத்தலாம்.

தலையில் அடிகள், இடிகள் போன்ற தாக்குதலால் ஏற்படும் நெற்றிவலி, தலைவலி, உடலில் ஏற்படும் சுளுக்கு, மயக்கம், தலைச்சுற்று போன்றவைகள் தீர வாரமிருமுறை சிறிய திருமேனி எண்ணெயைத் தலை முழுகி வந்தால் குணமாகும்.

முக்கூட்டு எண்ணெய்

நாட்பட்ட பழைய வர்ம நோய்கள் தீர இம்மருந்து மிகச் சிறப்பானது. செய்முறை கீழ்வருமாறு :

1. நன்னாரி, அறுகம்புல்வேர், முடக்கொத்தான், குறுந்தொட்டி ஆகியவற்றில் வகை ஒன்றுக்கு 350 கிராம் எடுத்து சுத்தி செய்து கொள்ளவும். ஒன்றிரண்டாக வெட்டி உரலிலிட்டு நன்கு சிதைத்து ஒரு பாத்திரத்தில் 4 குறுணி (21.48 லிட்டர்) நீருடன் கலந்து அடுப்பேற்றிக் காய்ச்சி, எட்டிலொன்றாக வற்றவைத்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

2. தூதுவேளையிலைச் சாறு, முசுமுசுக்கைச் சாறு, வெற்றிலைச் சாறு, பொன்னாங்காணிச் சாறு, வேலிபருத்திச் சாறு ஆகியவற்றில் வகை ஒன்றுக்கு அரை படி (60 மிலி) வீதம் சேகரித்து, வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.

3. பசுவின் நெய், வேப்பெண்ணெய், ஆமணக்கு எண்ணெய் முதலியவற்றில் வகைக்கு ஒரு படி (200 மிலி).

4. நல்சந்தனம், சிவப்பு சந்தனம், ஏலக்காய், கோஷ்டம், விலாமிச்சம் வேர், இருவேலி, அரத்தை, ஜாதிக்காய், அதிமதுரம், கிராம்பு, சமுத்திராப் பழம், கசகசா ஆகியவற்றில் வகைக்குக் கால் பலம் (15 கிராம்) எடுத்து நன்கு சூரணித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

5. கஸ்தூரி, கோரோசனை, மேதை முதலியவற்றில் வகைக்கு 5 கிராமம் வீதம் எடுத்து நன்கு பொடித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

செய்முறை :

ஒரு பாத்திரத்தில் எண் 2 இல் சொல்லியுள்ள சாறுகளை ஊற்றி அடுப்பேற்றி கொதிக்க விடவும். கொதித்தவுடன் எண் 1 இல் கூறிய குடிநீரைக் கலந்து காய்ச்சி அத்துடன் எண் 3 இல் கூறியுள்ள எண்ணெய்களைக் கலந்து காய்ச்சவும். எண் 4 இல் கூறியுள்ள சூரணத்தையும் சிறிது சிறிதாகக் கலந்து சிறு தீயாக மூன்று நாள் எரித்து மெழுகு பதத்தில் வடிக்கவும். வடிபாத்திரத்தில் எண் 5 இல் கூறப்பட்ட சரக்குகளை இட்டு வைத்திருக்கவும். ஊறுகாய் ஜாடி அல்லது வெள்ளிப் பாத்திரத்தில் வடித்த முக்கூட்டு எண்ணெயை ஊற்றி வைத்து மூடி, ஆறவிட்டுப் பத்திரப்படுத்தவும், இந்த எண்ணெயை உள், வெளிப் பிரயோகமாகப் பயன்படுத்த, நாட்பட்ட வர்மமெல்லாம் தீரும்.

ஐந்தெண்ணெய்த் தைலம்

1. சீந்தில், முத்தக்காசு, குறுந்தொட்டி, அறுகன் வேர் வகைக்கு 175 கிராம் வீதமெடுத்துத் துண்டு துண்டாக வெட்டி உரலிலிட்டு ஒன்றிரண்டாகச் சிதைத்திடித்து ஒரு பாத்திரத்தில் இடவும். இத்துடன் இரு குறுணி (10.7 லிட்டர்) நீர் கலந்து அடுப்பேற்றி எரித்து, நீர் எட்டில் ஒன்றாகச் சுண்டியவுடன் அடுப்பிலிருந்து இறக்கி வடிகட்டி பத்திரப்படுத்தவும்.
2. தூதுவேளையிலைச் சாறு வகை ஒவ்வொன்றுக்கு அரைப் படி (600 மி.லி.) வீதம் சேகரிக்கவும்.
3. பசுவின் நெய், சென்னக்காய் எண்ணெய், நல்லெண்ணெய், ஆமணக்கெண்ணெய், வேப்பெண்ணெய் வகை ஒவ்வொன்றும் அரைப் படி (600 மி.லி.) வீதம் எடுத்துக் கொள்ளவும்.
4. சதகுப்பை, சிவப்புச் சந்தனம், குக்கில், சாதிக்காய், கார்போகரிசி, முசாம்பரம், கொம்பரக்கு, வெள்ளைக் குங்கிலியம் வகை ஒன்றில் 20 கிராம் வீதம் சுத்தித்து எடுத்து இடித்துச் சூரணம் செய்து கொள்ளவும்.

பயன்

உள்ளுக்கும் வழங்கி (5 மி.லி. முதல் 15 மி.லி. வரை தினம் இரு வேளை, ஆறு நாட்களுக்கு) வெளிப் பிரயோகமாகவும் பயன்படுத்த, சயம், இளைப்பு, கபசுரம், மூச்சுப் பிடிப்பு, குடைச்சல், உடல் அசதி, வாதம், நீர் அடைப்பு, கண் பார்வை மங்கல், கை, கால் வலி, இரைப்பிருமல் போன்ற பழைய வர்மமெல்லாம் தீரும்.

முக்கூட்டு நெய்

1. கோஷ்டம், நெல்லிவற்றல், இருவேலி, தான்றிக்காய் தோல், கசகசா, கருஞ்சீரகம், கார்போகரிசி, பால்துத்தம், அரிதாரம், கிராம்பு, சடாமாஞ்சில், பச்சை, வேம்பாடம் பட்டை, சமுத்திராப்பழம், விலாமிச்சம் வேர், பூலாங் கிழங்கு, நீலத்துருசு, பவழப்புற்று, சந்தனம், ஏலக்காய், நன்னாரி, ஜாதிக்காய், செண்பக மொட்டு, வெள்ளைக் குங்கிலியம், ஜாதிபத்திரி, அதிமதுரம், சீரகம், பெருஞ்சீரகம், இலவங்கப் பட்டை, மாசிக்காய் வகைக்கு 5 கிராம் வீதம் எடுத்து நன்கு சூரணம் செய்து கொள்ளவும்.
2. ஆமணக்கெண்ணெய், தேங்காய் எண்ணெய், நல்லெண்ணெய் வகைக்கு முக்கால் படி (850 மி.லி.) வீதம் எடுத்துக் கொள்ளவும்.

3. எலுமிச்சம் பழச்சாறு இரண்டு படி (2400 மி.லி.)

செய்முறை

எண் 3 இல் கூறிய சாற்றை ஒரு பாத்திரத்தில் ஊற்றி அடுப்பேற்றி அத்துடன் எண் 2 இல் சொல்லப்பட்ட எண்ணெய்களைக் கலந்து கொதிக்கவைத்து, அத்துடன் எண் 1 இல் கூறிய சூரணத்தைக் கலந்து காய்ச்சி, மெழுகு பதத்தில் வடிகட்டவும். வடி பாத்திரத்தில் 5 கிராம் கோரோசனையைப் பொடித்துப் போட்டு வடிகட்டவும்.

அளவு

கரண்டி எடை (15 மி.லி.) வீதம் காலை, மாலை வழங்கவும். இவ்வாறு ஆறு நாட்கள் உணவுக்கு முன் வழங்கவும். இரண்டு நாட்களுக்கு ஒரு முறை வெந்நீரில் தலை முழுகி வர வேண்டும். வெளிப் பிரயோகமாகவும் இத்தைலத்தைத் தடவி, வெந்நீரில் குளிக்கலாம்.

பத்தியம்

இனிப்பு, புளிப்பு, பெண்போகம் நீக்கிப் பத்தியமாக மருந்தைச் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்கள்

வர்மத்தால் ஏற்பட்டச் சயநோய்கள், மூச்சுத்திணறல், உடலில் ஏற்பட்டுள்ள உளைச்சல், நரம்பு பிரண்டுள்ள நிலை, சுளுக்கு, வலி, சுரம், நாட்பட்ட சுரம், தொடர் விக்கல், மயக்கம் போன்ற வர்ம நோய்கள் குணமாகும். குறிப்பாகத் தலையிலுள்ள 25 வர்மம் நீங்கலாக உள்ள வர்மங்கள் அனைத்தும் தீரும் என உறுதி கூறப்படுகிறது.

நன்னாரி எண்ணெய்

1. நன்னாரி, முத்தக்காசு, குறுந்தொட்டி, நற்சங்கன் வேர், வெட்டிவேர், இருவேலி, சந்தனம் வகைக்கு 60 கிராம். விலாமிச்சம் வேர், கோஷ்டம் வகைக்கு 600 கிராம் வீதம் எடுத்துத் துண்டு துண்டாக வெட்டி உரலிலிட்டுச் சிதைத்து ஒரு பாத்திரத்திலிட்டு, அதில் 8 குறுணி நீர் கலந்து அடுப்பேற்றி எரித்து எட்டில் ஒன்றாய் வற்ற வைத்துக் கொள்ளவும்.

2. எலுமிச்சம் பழச்சாறு - இரண்டு படி, பசுவின் பால் - இரண்டு படி.

3. நல்லெண்ணெய் - ஒரு படி.

4. ஜாதிக்காய், ஏலக்காய், ஜாதிபத்திரி, அதிமதுரம், தாளகம், கொம்பரக்கு வகை ஒன்றுக்கு பதினேழரை கிராம். சீரகம் ஒரு பலம் (60 கிராம்) நன்றாய் உலர்த்திச் சூரணம் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

5. கோரோசனை, கஸ்தூரி, புனுகுச்சட்டம் வகை ஒன்றுக்கு 5 கிராம் வீதம் வாங்கி, நுண்ணிய பொடியாகச் செய்து கொள்ளவும்.

செய்முறை

அகன்ற, ஆழம் குறைந்த வெங்கலத்தாலான தாளிப்புக்குப் பயன்படும் பாத்திரம் உருளி என்ற பெயரிலேயே இன்றும் அழைக்கப்பட்டு வருகிறது. உருளியில் எண் 2 இல் கூறப்பட்ட சாறு, பால் முதலியவைகளை ஊற்றி அடுப்பேற்றிக் கொதிக்கும்போது எண் 1 இல் கூறப்பட்ட குடிநீரைக் கலந்து காய்ச்சவும். சிறிது நேரம் எரித்து, சாறு, குடிநீர் போன்றவை சிறிது சுண்டியவுடன் எண் 3 இல் சொல்லப்பட்ட எண்ணெயைக் கலந்து அத்துடன் எண் 4 இல் சொல்லப்பட்ட சூரணத்தையும் கலந்து சிறு நெருப்பில் மூன்று நாட்களாகக் காய்ச்சி, மெழுகு முதிர் பருவத்தில் வடித்து ஏழு நாட்கள் பாத்திரத்தை மூடி அப்படியே வைத்திருக்கவும். வடி பாத்திரத்தில் எண் 5 இல் கூறியுள்ள பொடியையும் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்கள்

வாரம் இருமுறை தலை முழுகி வரும்போது வர்மத்தால் ஏற்பட்ட மேகம், வாய்வு, வறட்சை, உள்ளுறுப்புகளில் ஏற்படுகின்ற கொழுத்து (குடைச்சல்), கபாலச் சூடு, வலி, கபம், நடுக்கத்துடனான மூச்சு, மூச்சடைப்பு, அசதி, சோம்பல் முதலியன குணமாகும். உடலில் வர்மம் நீங்கி, உடல் பலம் அதிகமாகி, பொன் போன்ற நிறம் பெறும். ஆண்மை அதிகமாகும்.

தைலம் தயாரிப்பது கடினம் என நினைத்துச் சோர்ந்து போகாமல், வர்மத்தால் ஏற்படும் நோய்கள் நீங்க இத்தைலத்தைத் தயார் செய்ய வேண்டுமென சித்தர்கள் வற்புறுத்திக் கூறுகின்றனர்.

குக்குடாதி நெய்

1. கருங்கோழி ஒன்று, உடும்பு ஒன்று, கம்பான் ஒன்று, முயல் ஒன்று, இவைகளில் நல்ல கொழுப்புடையனவாகத் தேர்வு செய்து கொள்ளவும். இவற்றின் தோல், இறகு, குடல், கால், பித்தப் பை போன்றவற்றை நீக்கித் தூய்மை செய்து கொள்ளவும். பின் துண்டு துண்டாக வெட்டி உரலிலிட்டு

நன்கு சிதைத்து எடுத்துக் கொண்டு அத்துடன் இரண்டு குறுணி நீர் (சுமார் 16 லிட்டர்) கலந்து அடுப்பேற்றி எரித்து, எட்டொன்றாய் (சுமார் 2 லிட்டர் அளவாக) வற்றக் காய்ச்சி வடித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

2. சதாவேரிக் கிழங்கு, கறுத்தச்சுண்டை வேர், செங்கழுநீர் கிழங்கு, மாதளையிலை, கருஞ்சூரைப்பட்டை, நாவல் பட்டை, கொடுவேலி வேர், வில்வ வேர், தூதுவேளை வேர், நாயுருவி வேர், ஆடாதோடை வேர், பனை வேர், கமுகன் வேர் (பாக்கு மர வேர்). தென்னை மர வேர், கண்டங்கத்தரி, பாடதாளிக் கிழங்கு, ஏறழிஞ்சில், நிலப்பனை கிழங்கு, குட்டித் தக்காளி, முடக்கத்தான் வேர், அறுகன் வேர், நன்னாரி, நத்தைசூரி வேர், சீந்தில் தண்டு, முத்தக்காசு, அடபொதியன் கிழங்கு, மலைதாங்கி வேர், ஈசுவர மூலி வேர், பூவரசின் பட்டை வகையொன்றுக்கு 18 கிராம் வீதம் எடுத்து ஒன்றிரண்டாக வெட்டி உரலிலிட்டு நன்கு சிதைத்து, இரண்டு குறுணி நீரிலிட்டு (16 லிட்டர்), அடுப்பேற்றி எட்டில் ஒன்றாக (2 லிட்டர்) வற்ற வைத்து, வடிகட்டி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

3. நல்வேளைச் சாறு, சகதேவிச் சாறு, பெருந்தும்பைச் சாறு, பேப்புடல் சாறு, பொன்னாங்காணிச் சாறு, எழுத்தாணிப் பூண்டுச் சாறு, தொட்டால் வாடிச் சாறு, கையான் சாறு, சித்திரப்பாலைச் சாறு, இசங்கிலைச் சாறு (நற்சங்கனிலைச் சாறு) பொன்னாவாரையிலைச் சாறு, கீழ்க்காய்நெல்லிச் சாறு, வல்லாரைச் சாறு, விஷ்ணுகிராந்திச் சாறு, குப்பைமேனிச் சாறு வகை ஒன்றுக்கு கால் படி (300 மி.லி.) வீதம் சேர்த்து வைக்கவும்.

4. பசுவின் நெய் - 4 படி (8 லிட்டர்).

5. புதுத் தேன் - அரைப் படி (ஒரு லிட்டர்).

6. சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, கிராம்பு, சீரகம், கசகசா, அரிசி வகையாறு [ஆதாளியரிசி (ஆழிவிதை), வெப்பாலரிசி (மூங்கிலரிசி), விளாலரிசி (வாய்விடங்கம்), கார்கோலரிசி (கார்போகரிசி), சிறுபின்னலரிசி (வாலுழுவை), உலுவாலரிசி (வெந்தயம்)], சுக்கு, ஏலக்காய், வசம்பு, மஞ்சள், அரிசி திப்பிலி, திப்பிலிமூலம், காயம், சந்தனம், உலர்ந்த திராட்சை, பேரீட்சை பழம், அபின் ஆகியவற்றை மேற்படி, சாறுகளால் நன்கு அரைத்தும், பிற மருந்துகளை நன்கு சூரணித்து மேற்படிச் சாறுகளால் நன்கு அரைத்துக் கலந்தும் வைத்துக் கொள்ளவும்.

7. பொடி வெங்காயம், வெள்ளை வெங்காயம் வகை ஒன்றுக்கு 70 கிராம் வீதம் அரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

8. செந்தெங்கிளநீர் நான்கு படி எடுத்துக் கொள்ளவும்.

9. கஸ்தூரி, புனுகு, இரசகற்பூரம், புனுகுச் சட்டம், குங்குமப்பூ, கோரோசனை ஆக ஆறு சரக்கும் வகைக்கு ஐந்து கிராம் அளவெடுத்து, நன்கு பொடித்து வைத்திருக்கவும்.

செய்முறை

இறை புகழ் பாடி, உருளி என்ற பாத்திரத்தில் எண் 3 இல் கூறிய சாறுகளைக் கலந்து அடுப்பேற்றி எரித்துக் கொதிக்கும் போது எண் 1 இல் கூறிய குடிநீரைக் கலந்து கொதிக்க விட்டுச் சிறிது வற்றச் செய்து எண் 2 இல் கூறிய குடிநீரைக் கலந்து காய்ச்சவும். எண் 4 இல் கூறிய நெய்யை ஊற்றிக் கலந்து காய்ச்சவும். பின்னர் எண் 6 இல் கூறிய கற்கத்தைக் கலந்து காய்ச்சவும். பின் எண் 7 இல் மற்றும் 8 இல் கூறிய முச்சரக்குகளையும் கலந்து மூன்று நாட்களாக, சிறு நெருப்பில் காய்ச்ச வேண்டும். மெழுகுபதம் வரும்போது எண் 5 இல் கூறப்பட்ட தேனைக் கலந்து வடி கட்ட வேண்டும். வடி பாத்திரத்தில் எண் 9 இல் கூறப்பட்ட சரக்குகளைக் கொட்டி வடிகட்டவும். நன்றாக நெல்லால் பொதிந்து (தானியபுடம்), ஏழு நாட்கள் வைத்திருந்து பயன்படுத்தவும்.

அளவு

கரண்டி எடை (15 மி.லி.) காலை, மாலை 12 நாட்கள் வழங்கவும்.

பத்தியம்

அகத்தி, பாகல் போன்றவைகளை நீக்கியும், புணர்ச்சி நீக்கியும் பத்தியமாக மருந்து அருந்துதல் வேண்டும். மருந்து அருந்தும் காலத்து வெள்ளாட்டு மாமிசம் அதிகமாக உண்ண வேண்டும். இம்மருந்தை அருந்திய பின் குறுந்தொட்டி எண்ணெயில் தலை முழுகி வர வேண்டும்.

தீரும் நோய்கள்

சயம், இருமல், ஈளை, கொழுத்து, நீரிழிவு, வாய்வு, வறட்சை, வலி பித்தம், உள்ளுறுப்புகளில் ஏற்பட்ட வர்ம நோய்களும் குணமாகும். முக்குற்றத்தால் ஏற்பட்ட வர்ம நோய்களும், தொடு வர்மத்தால் ஏற்பட்ட வர்ம நோய்களும் தீரும். இம்மருந்தின் பெருமையைப் பற்றிக் குறிப்பிடும்போது இம்மருந்தால் தீராத வர்மம் பிற எந்த மருந்தாலும் தீராது எனக் கூறப்பட்டுள்ளது. கூறிய வர்ம நோய்கள் மட்டுமின்றிக் கூறமாமல் விட்டுச் சென்ற பல நோய்களும் இம்மருந்தால் குணமாகும்.

குறுந்தொட்டி எண்ணெய்

1. குறுந்தொட்டி - 3500 கிராம் ஒன்றிரண்டாக வெட்டி உரலிலிட்டு நன்கு சிதைத்து ஒரு பாத்திரத்திலிட்டு அத்துடன் 5 குறுணி (40 லிட்டர்) நீர் சேர்த்துக் காய்ச்சி எட்டில் ஒன்றாகச் (சுமார் 5 லிட்டர்) சுண்டச் செய்து வடிகட்டி எடுத்துக் கொள்ளவும்.

2. நல்லெண்ணெய் - 4 படி.

3. சீரகம் - 2 பலம் (120 கிராம்), கோஷ்டம் 30 கிராம், சந்தனம், விலாமிச்சம் வேர், இருவேலி, மிளகு-வகைக்கு 15 கிராம் நன்கு இடித்து, சலித்து, சூரணமாகச் செய்யவும்.

4. குறுந்தொட்டி வேர்த்தோல் - 120 கிராம், எண் 1 இல் உள்ள குடிநீர் விட்டரைத்து வைத்திருக்கவும்.

செய்முறை

எண் 1 இல் கூறப்பட்ட குடிநீரை ஒரு தைல பாத்திரத்தில் வடிகட்டி அடுப்பேற்றி, எரித்துக் கொதித்தவுடன், அதில் எண் 2 இல் சொல்லப்பட்ட எண்ணெயையும், எண் 3 இல் கூறப்பட்ட கற்கத்தையும், எண் 4 இல் கூறப்பட்ட கற்கச்சரக்குகளையும் ஒன்றாகக் கலந்து, சிறு தீயிட்டுக் காய்ச்சி மூன்று நாட்களுக்குப் பின் வடிகட்டவும். தலைக்குத் தேய்த்துக் குளிக்கும் தைலமாக இருப்பதால் மணல் பதத்தில் வடிகட்டுவது நன்று.

தீரும் நோய்கள்

தலை முழுகி வர, வர்மத்தால் ஏற்பட்ட நோய்கள், கொழுத்து, வலி, சயம், இருமல், கபம் முதலியன குணமாகும். இவ்வெண்ணெயைத் தலையில் தேய்த்து, குக்குடாதி நெய்யை உட் பிரயோகமாக வழங்க, சிரசு முதல் பாதம் வரையிலான அனைத்து வர்ம நோய்களும் நீங்கும்.

தல்லல் வியாதிக்குப் பூச்சு

ஒரு பலம் எடையுடைய வெள்ளைக்கல்லை ஒரே கட்டியாக எடுத்து, அதில் கால் படி உப்பைப் பூரித கரைசலாகக் கரைத்துப் பூசி அடுப்பிலிட்டு, உலரவிட்டு, மறுபடியும் பூசி அடுப்பிலிடவும். இவ்வாறு உப்பு கரைசல் முற்றிலும் தீருமட்டும் பூசி அடுப்பில் வெந்து உலர்ந்த பின்பு வெளியே எடுத்து ஆறவிடவும். நன்கு ஆறியபின் உரலிலிட்டு இடித்துத் தூளாக்கி மூன்று ஆண்டு பழகிய பழைய புன்னைக்காய் எண்ணெயில் கலந்து அரைத்துப் பூசவும்.

இவ்வாறு பூசும்போது உடலில் அடி, தல்லல் படும்போது ஏற்படும் இரத்தக்கட்டு, வீக்கம் முதலியன குணமாகும்.

கொழுத்து, நரம்புத் தெற்றுக்குப் பூச்சு

சுக்கு, கொம்பரக்கு வகைக்குச் சமன் எடை எடுத்துச் சூரணித்து, வேலிப் பருத்திச் சாற்றில் மை போலரைத்துப் பூச சுளுக்கு, நரம்பு பிரட்டல் முதலியன குணமாகும்.

வேறு பூச்சு

நரம்பு பிரண்டு வலி ஏற்பட்டு வீக்கம், இரத்தக்கட்டு உண்டானால் சோற்றுக் கற்றாழை மடலை இரண்டாகப் பிளந்து நெருப்பில் வதக்கிக் கட்ட, ஏழு நாட்களுக்குள்ளாகத் தீரும். அவ்வாறு குணம் கிடைக்கவில்லையெனில் சோற்றுக் கற்றாழை மடலில் ஆமணக்கெண்ணை பூசி வதக்கிக் கட்ட, குணம் பெறுவர்.

உடலின் ஐம்பொறிகளில் (மெய், வாய், கண், மூக்கு, செவி) ஏதாவது ஒன்றில் வெட்டு, குத்து போன்றவற்றால் ஏற்படும் காயங்களால் இரத்தம் வடிதல் சீராகவில்லை என்றால் குரோசாணி ஓமம் சிறிதளவு எடுத்து வறுத்து, உமியைப் போக்கி, இடித்துச் சூரணம் செய்யவும். புதிய கோழி முட்டையின் வெண் கருவுடன் 5 கிராமளவு குரோசாணி ஓமப் பொடியைக் கலந்து சட்டியில் சிறிதளவு எண்ணெய் விட்டு (நல்லெண்ணெய்), அதில் பொரித்து, சாப்பிடவும். இவ்வாறு மூன்று நாள் செய்ய, இரத்தம் வடிதல் நின்று, குணம் பெறுவர்.

தாரை

உடல் உறுப்புகளில் வர்ம அடி, இடிகள் படுவதால் இரத்தக்கட்டு ஏற்படும்போது பழைய துணியில் நல்லெண்ணெயை நனைத்து, சுற்றியோ அல்லது அப்பகுதியில் படும்படி விரித்துப் பரப்பியோ வைத்திடவும். அதன்மேல் நீரைத் தொடர்ச்சியாக ஊற்றிவர, இரத்தக்கட்டு அகலும்.

ஒற்றல்

குறுந்தொட்டியின் இலை, வேர்ப்பட்டை முதலியவற்றைச் சேகரித்து உரலிலிட்டு இடித்துச் சிதைத்து, கிழியாகக் கட்டி வைத்துக்கொள்ளவும். தாளிப்புச் சட்டியில் (வாணலியில்) சிறிது நல்லெண்ணெயை விட்டு, அதில் மேற்படி கிழியை வைத்துச் சூடாக்கி, பொறுக்கக்கூடிய சூட்டில் ஒற்றமிடவும். கொப்புளங்கள்

ஏற்படாதவாறு பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். இது இரத்தக்கட்டு அகல சிறந்த முறையாகக் கூறப்பட்டுள்ளது.

இதுபோன்று குறுந்தொட்டி இலை, வேர்ப்பட்டைக்குப் பதிலாக நத்தைசூரி இலையையும் பயன்படுத்தி ஒற்றடமிடலாம்.

ஒற்றல் (வேறு)

வெட்டு, குத்து முதலியவற்றால் ஏற்பட்ட காயத்திற்கு எலுமிச்சம் பழத்தை நான்கு பகுதியாக வெட்டி ஒரு துணியில் கிழியாகக் கட்டி வாணலியில் நல்லெண்ணெய் ஊற்றி அதில் கிழியை வைத்துச் சூடாக்கி ஒற்றடமிட்டு, மேற்படி காயத்திற்கு முறிவெண்ணெய் போட்டுக் கட்டி வர குணமாகும்.

தலையில் (சிரசில்) அடிபட்டுக் காயம் அதிகமானால் நீர்நுள்ளி, சீந்தில், பொடி வெங்காயம், பிரண்டை வகைக்குச் சம அளவு எடுத்து, சிதைத்துக் கிழியாகக் கட்டி வாணலியில் நல்லெண்ணெய் விட்டு அதில் கிழியை வைத்துச் சூடாக்கி ஒற்றடமிட வலி, வீக்கம் குணமாகும். முறிவெண்ணெயால் கட்டுப்போட்டு காயத்தைக் குணப்படுத்த வேண்டும். உள் மருந்தாகச் சுவராதித்தைலம் வழங்கப்படல் வேண்டும்.

வெட்டுப்பட்ட காயத்துக்கு எண்ணெய்

1. கருஞ்சூரை இலைச்சாறு, வீராணிக் கிழங்குச் சாறு (சதாவேரிக் கிழங்குச் சாறு), தாய்ப்பால், ஆறுமாத அன்னக்காடி வகை ஒன்றுக்குக் கால் படி (300 மி.லி.)
2. தேங்காய் எண்ணெய் - 1 படி (2 லிட்டர்).
3. முத்தக்காசு, செங்கழுநீர்க் கிழங்கு, கோஷ்டம், ஏலக்காய், கிராம்பு, இலவங்கப் பட்டை, இலவங்கப் பத்திரி வகை ஒன்றுக்குக் கால் பலம் (15 கிராம்) எடுத்து நன்கு உலர்த்தி சூரணம் செய்து, எண் 1 இல் கூறிய சாறுகளால் அரைத்து, கற்கமாக வைத்துக் கொள்ளவும்.

செய்முறை

எண் 1 இல் கூறிய கலவையை அடுப்பேற்றி எரிக்கவும். கொதிக்கும்போது, எண் 2 இல் கூறிய எண்ணெயைக் கலந்து காய்ச்சவும். பின்னர் எண் 3 இல் கூறியுள்ள கற்க மருந்தைக் கலந்து எரித்து மெழுகு பதத்தில் வடிகட்டவும். காற்றுப் புகாமல் புட்டிகளில் பத்திரப்படுத்தவும்.

தீரும் நோய்கள்

புண்களிலிட புண்கள் ஆறும். காயங்களிலிட்டுக் கட்ட காயம் ஆறும். நாட்பட்ட புண்களுக்கும், புரையோடிய புண்களுக்கும், வேறு எந்தவிதமான காயங்களுக்குமாகும். மரம் ஏறும்போது, மரத்திலிருந்து விழுவதாலும், அடிகள் படுவதாலும், திட்டை, திடல் போன்ற மேட்டுப் பகுதிகளில் ஏறும்போது கால் இடறுவதாலும், பனை மரத்திலிருந்து கீழே விழுவதாலும், நினைவிழந்து விழுதலாலும், தவறி கால் இடறி விழுதலாலும் எலும்புகள் உடைந்துவிடும்.

இவ்வாறு எலும்புகள் உடைந்த நிலையைச் சீர் செய்யும் முறை பின்வருமாறு :

நோயாளி சாத்திய நிலையிலிருந்தால் வலி அதிகம் இல்லா வண்ணம் எலும்பு நரம்புகளைச் சீராக எடுத்து வைத்து இரத்த உறைவு, இரத்தக் கட்டு இருக்குமானால் அவ்விடங்களை நன்றாகக் கசக்கிவிட்டு, மூங்கில் தப்பைகளையும், துணிகளையும் கொண்டு கட்டுப் போட வேண்டும். புளியன் விதை, உழுந்து, கார்போகரிசி இவை வகைக்குச் சமன் எடுத்துப் பொடித்து நுண்ணிய தூளாக வைத்துக் கொள்ளவும். மூன்று கோழி முட்டை வெண்கருவும் சிறிது நல்லெண்ணெயும் கலந்து அதில் சிறிதளவு மேற்படி பொடியையும் கலந்து பிசைந்து பசைபோல் செய்யவும். இரண்டரை அங்குல அகலத்தில் காடாத்துணியைக் கிழித்து அதில் இப்பசையைத் தேய்த்து மூன்று பகுதிகளாகச் செய்யவும்.

முறிவெண்ணெய் போன்ற எண்ணெய்களில் ஒன்றைப் பாதிக்கப்பட்ட இடங்களில் தடவிப் பின்னர் சாதாரண துணியால் மூன்று முறை சுற்றிவிடவும். அதன்மேல் மூங்கில் தப்பைகளைப் பக்கத்துக்கு ஒன்றாகவும், மேலாகவும், கீழாகவும் (முறிவு, உடைவு ஏற்பட்ட இடத்தைப் பொறுத்து இது மாறுபடும்) அடுக்கி அதன்மேல் பசை தடவிய துணியை மும்முறை சுற்றி விடவும். கட்டும்போது மிதமான அழுத்தத்தில் கட்டவும். இறுக்கம் அதிகமானால் இரத்த ஓட்டத் தடை ஏற்படும். வீக்கம் உண்டாகும். அழுத்தம் (இறுக்கம்) குறைவானால் உடைந்த எலும்புகள் சரியான இடத்தில் அமராமலும், கட்டிய கட்டு இடம் பெயர்ந்தும் நம் நோக்கம் நிறைவேறாமல் போய்விடும்.

கட்டிய பகுதியில் நல்லெண்ணெய், காயத்திருமேனி, முறிவெண்ணெய் போன்ற தைலங்களில் ஒன்றை ஊற்றி வர வேண்டும். பழக்கமுள்ள ஆசானை அருகில் வைத்துப் பழகித் தேர்ந்து ஒடிவு, முறிவு கட்ட முற்படுதல் நன்று.

முறிவெண்ணெய்

1. ஆலம்பால் - 1 படி (2 லிட்டர்).

2. நன்னாரி வேர், தெற்றி வேர் (மலை வெட்சி வேர்), சிவதை, விளாம் பிசின் வகைக்கு 10 கிராம் - நன்கு பொடித்து வைத்திருக்கவும்.

3. ஊச்சியை (நத்தையில் சிறியது) உரலிலிட்டு இடித்து அரைத்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

4. நல்லெண்ணெய் - 1 படி.

5. பசும்பால் - 1 படி.

செய்முறை

எண். 1, எண். 4 மற்றும் எண். 5 இல் கூறப்பட்டவைகளை ஒரு பாத்திரத்தில் இட்டு, எரித்துக் கொதித்தவுடன் எண். 3 இல் கூறப்பட்ட சரக்கையும் எண். 2 இல் கூறப்பட்ட சரக்குகளையும் கலந்து எரித்து, மணல் பதத்தில் வடித்து ஆறவிட்டு, காற்றுப் புகாமல் புட்டிகளில் பத்திரப்படுத்தவும்.

முறிவெண்ணெய் (வேறு)

1. புங்கமரத்தின் வேர்ப்பட்டையை அரைத்துப் பிழிந்து பெற்ற புங்கன் பால், சோற்றுக் கற்றாழைச் சாறு, நத்தைசூரி (வெள்ளை நிறம்) இலைச் சாறு, முருங்கை இலைச் சாறு, வெங்காயச் சாறு, கல்யாண ((முள் முருக்கு இலை) முருங்கை இலைச் சாறு, வெற்றிலைச் சாறு வகைக்கு அரைப் படி (சுமார் ஒரு லிட்டர்).

2. ஆறுமாத அன்னக் காடி - அரைப் படி (சுமார் 1 லிட்டர்).

3. குக்கில் - 60 கிராம்.

4. தேங்காய்ப்பால் - 1 படி (சுமார் 2 லிட்டர்).

செய்முறை

எண் 1 இல் கூறப்பட்ட சாறுகளையும், எண் 2 இல் கூறப்பட்ட காடியையும், எண் 4 இல் கூறப்பட்ட பாலையும் ஒன்றாய்க் கலந்து அடுப்பேற்றி எரித்துக் கொதித்தவுடன், எண் 3 இல் கூறப்பட்ட சரக்கைப் பொடித்துக் கலந்து காய்ச்சி, எண்ணெய் பிரியும் பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி, ஆறவிட்டு, காற்றுப் புகாவண்ணம் புட்டிகளில் அடைத்துப் பத்திரப்படுத்தவும்.

தீரும் நோய்

காயங்களிலும், அடிபட்ட இடங்களிலும் பூசிவர குணமாகும். எத்தகைய காயமும், காயப்புண்களும் இம்மருந்துகளால் குணமாகும்.

வசவெண்ணெய்

வர்மம் கொண்டு நரம்புகள் அசையாமல் நிமிர்ந்து நின்றாலோ அல்லது அசைய வேண்டிய மூட்டுகள் அசையாமல் ஒன்று சேர்ந்து முடமானாலோ அவற்றை இயல்பு நிலைக்குக் கொண்டுவரப் பயன்படும் வசவெண்ணெய் தயாரிப்பு முறைகளைக் காண்போம் :

I. நல்லெண்ணெய், பசுவின் நெய், ஆமணக்கெண்ணெய் வகை ஒவ்வொன்றும் - அரை படி (சுமார் ஒரு லிட்டர்).

கீழக்காய் நெல்லி, குப்பைக் கீரை இரண்டையும் நீர்விட்டுக் கழுவி. அம்மியில் அரைத்து ஒவ்வொன்றையும் ஒரு புன்னைக் காயாளவு எடுத்துக் கொள்ளவும். கோரோசனை - 9 கிராம் நன்கு பொடித்து வைத்திருக்கவும்.

ஓர் அகன்ற பீங்கான் பாத்திரத்தில் எல்லாம் ஒன்றுபடக் கலந்து சூரிய ஒளியில் வைத்து நீர் சுண்டச் செய்யவும். பின்பெடுத்து ஊது சங்கினால் 36 மணி நேரம் உரசிக் கலந்து மறுபடியும் சிறிது நேரம் வெயிலில் வைத்து, நீர் முற்றிலும் சுண்டிய பின்பு எடுத்து எண்ணெயைப் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்

அசையாத நரம்புகளிலோ, மூட்டுகளிலோ தடவி, துணிகளில் நனைத்து அப்பகுதிகளில் போட்டு வைத்து, நெட்டியெடுத்து விட, அசைவு ஏற்பட்டு முடம் மாறும். இது சிறந்த அனுபவ முறையாகக் கூறப்பட்டுள்ளது.

II. ஆமணக்கெண்ணெய், நல்லெண்ணெய், பசுவின் நெய் வகைக்கு ஒரு படி வீதம் ஒரு வெங்கலச் சாப்பாட்டுப் பாத்திரத்திலிட்டு (வட்டில்), அத்துடன் 1 படி எலுமிச்சம் பழச்சாறு கலந்து வெயிலில் வைத்துக் கலக்கி வரவும்.

பொன்மெழுகு 50 கிராம் சிறிதாக அரிந்து எடுத்துக்கொள்ளவும். வெள்ளைக் குங்கிலியம் 30 கிராம் நன்றாகத் தூள் செய்து எடுத்துக் கொண்டு கலந்து உருக்கி வெங்கலப் பாத்திரக் கலவையில் சூட்டுடன் கொட்டி மத்திட்டுக்

கடைந்து வெயிலில் வைத்து வரவும். நீர்த்துவம் முற்றிலும் அகன்ற பின் பாட்டிலில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்

அசையாத முடப் பகுதியில் இதனைத் தடவிவர, அசைவு உண்டாகி இயல்பாகும்.

III. எலுமிச்சம் பழச்சாறு - 1 படி, குமரிச் சாறு - 1 படி இவற்றை ஒரு பாத்திரத்திலிட்டு அடுப்பேற்றி கொதித்தவுடன், தேங்காய் எண்ணெய், ஆமணக்கெண்ணெய் வகைக்கு அரைப்படி வீதம் கலந்து காய்ச்சவும். 1 பலம் நன்னாரி கிழங்கை நன்கு பொடித்து மேற்படிச் சாறுகளால் மைபோலரைத்துக் கலந்து காய்ச்சி, மெழுகு பதத்தில் வடித்துப் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்

அசையாத முடங்களுக்குப் புற மருந்தாகத் தடவியும், பட்டி கட்டியும் வர அசையாத மூட்டுகள் அசைந்து குணம் கிடைக்கும்.

இறுக்கி பெலக்க முறிவெண்ணெய்

வசவெண்ணெயைப் பயன்படுத்தி அசைவு ஏற்படுத்தும்போதும், வேறு காரணங்களாலும் முடங்களில் அதிகமான இளக்கம் ஏற்பட்டு மூட்டுகள் துவண்டதானால், அந்நரம்புகளையும், மூட்டுகளையும் இறுக்கி பெலன்செய்ய உதவிடும் எண்ணெய் ஒன்றைத் தயார் செய்யும் முறையைக் காண்போம் :

தேங்காய் எண்ணெய் - 1 படி, வேப்பெண்ணெய் - 1 படி. இரு எண்ணெய்களையும் ஒரு பாத்திரத்திலிட்டு அடுப்பேற்றிச் சூடாவதற்கு முன்பாக 1 படி கொம்பரக்கைத் தூள் செய்து கலந்து காய்ச்சவும். கல்பதத்தில் இறக்கி ஆறவிடவும். வடிகட்டாமல் அப்படியே இளக்கம் கண்ட மூட்டுப் பகுதியில் பூசிவர இறுகி பெலன் அதிகம் உண்டாகும்.

புரவெண்ணெய்

கால் இடறுவதால் மானிடர்க்கு உடலின் பல பகுதிகளில் விரணம் ஏற்பட்டுப் பல நாட்களாக ஆறாமல் இருக்கலாம். உள் பகுதியில் சில எலும்புகள் நெரிந்து பொடியாகியும், உடைந்தும், சில வெளிப் பொருட்கள் உட்சென்றும் விரணம்

ஆறாமல் நாற்றத்தை ஏற்படுத்தலாம். இத்தகைய விரணங்கள் குணமாகப் புரவெண்ணெய் செய்முறையைப் பார்ப்போம் :

1. குப்பைமேனிச் சாறு, நல்வேளைச் சாறு, வெற்றிலைச் சாறு, ஓடுவடக்கிச் சாறு, புங்கன் பால் வகையொன்றுக்கு அரைப் படி வீதம் நீர் சேர்க்காமல் இடித்துத் தனிச்சாறாக எடுத்துக் கொள்ளவும்.

2. வெள்ளைக் குங்கிலியம், பவழப்புற்று, கருஞ்சீரகம், கார்போகரிசி, பால் துத்தம், வேம்பாடம் பட்டை, கஸ்தூரி மஞ்சள் ஆகியவற்றில் வகை ஒன்றுக்கு கால் பலம் (15 கிராம்) நுண்ணிய பொடியாகச் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

3. சாம்பிராணி 15 கிராம் பொடித்து வைக்கவும்.

4. இரசகற்பூரம் - 10 கிராம்.

5. சருகுப் புகையிலை - 1 எண்ணம், சிறிதாக அரித்து வைத்திருக்கவும்.

6. தேங்காயெண்ணெய் - 1 படி.

செய்முறை

எண் 1 இல் சொல்லப்பட்ட சாறுகளை அடுப்பேற்றி எரித்துக் கொதிக்கும் போது எண் 6 இல் கூறிய எண்ணெயையும், எண் 2 இல் கூறிய சூரணத்தையும் கலந்து காய்ச்சவும். மெழுகு பதத்தையும் தாண்டி வரும்போது எண் 5 இல் கூறிய புகையிலையைத் தூவவும். கரகரப்புப் பதம் வரும்போது எண் 3 இல் கூறிய சாம்பிராணிப் பொடியை வடிப்பற்கு முன்னால் கலந்து வடிகட்டிவிடவும். வடி பாத்திரத்தில் எண் 4 இல் கூறிய சரக்கைப் பொடித்துப் போட்டு வடிக்கவும்.

பயன்

புரவு எனச் சொல்லப்படும் குழிப்புண்களிலும், முன்னர் சொன்ன விரணங்களிலும் இத்தைலத்தை ஊற்றிவரவோ, தொட்டிடவோ செய்யும்போது உள்ளிருக்கக் கூடிய அன்னியப் பொருட்களை வெளிக் கொணர்ந்து, புண் விரைவில் குணமாகும். அழுகிய சவ்வு, சதை முதலியன நீங்கிப் புதுச் சதையால் குழி நிரந்து விரணம் விரைவில் ஆறும்.

புரவெண்ணெயில் எளிய முறை ஒன்று சொல்லப்படுகிறது. நல்லெண்ணெய் 1 படி; அதில் தாம்பூலச் சுண்ணாம்பை விளாங்காய் அளவு எடுத்து, சிறு சிறு வில்லைகளாகச் செய்து சூரிய ஒளியில் வைத்து விடவும்.

முற்றிலும் நீர்த்துவம் அகன்ற பின் எடுத்து பத்திரப்படுத்தவும். புண் புரவுகளில் வெளிப் பிரயோகமாக தடவிவர துர்நீர் வடிதல் நீங்கி, விரைவில் குணமாகும்.

காயசன்னிக்குத் தைலம்

1. வெள்ளை நிற நொச்சியிலைச் சாறு, குப்பைமேனிச் சாறு, நல்வேளைச் சாறு ஆகியவற்றை நீர் விடாமல் இடித்துப் பிழிந்த தனிச்சாறு வகைக்குக் கால் படி.

2. தாய்ப்பால் - கால் படி.

3. வேப்பெண்ணெய் - 1 படி.

4. சிற்றரத்தை, கச்சோலம் (பூலாங் கிழங்கு), சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, பெருங்காயம், வலம்புரிக்காய், திப்பிலிமூலம், அரிதாரம், வாலுழுவையரிசி, மாசிக்காய், கஸ்தூரிமஞ்சள், கடுகு, வெட்பாலையரிசி, கிராம்பு, இலவங்கப்பட்டை, சிவதை, பஞ்சவன்பழக்காய், வெங்காயம், சிறு பின்னலரிசி (மூங்கிலரிசி), ஓமம் ஆகியவற்றில் வகையொன்று 5 கிராம் எடுத்து நன்கு உலர்த்திப் பொடி செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

5. முசிறு முட்டை, மண்புழு, ஓணான் இவற்றை முறையாகச் சுத்தி செய்யவும். மண்புழுவைப் பாலிலிட்டு மண்ணைக் கக்கியபின் நீரில் கழுவி எடுக்க சுத்தியாகும். ஓணானின் தலை, கால், தோல், குடல் நீக்கி, கழுவி இடித்து வைத்துக் கொள்ளவும், முசிறு முட்டையில் முசிறு இன்றியும், பிற பொருட்களின்றியும் பார்த்துக் கொள்ளவும்.

6. அண்ட தைலம் - கால் படி, வெள்ளுள்ளி தைலம் - கால் படி.

செய்முறை

எண் 1 இல் கூறப்பட்ட சாறுகளை ஒரு பாத்திரத்தில் ஊற்றி அடுப்பேற்றி கொதிக்க விடவும். அத்துடன் எண் 2, எண் 3 இல் கூறிய பால், எண்ணெய் போன்றவற்றையும் கலந்து காய்ச்சவும். பின்னர் எண் 4 இல் கூறிய சூரணத்தைக் கலந்து காய்ச்சி, அத்துடன் எண் 5 இல் கூறப்பட்ட சீவப் பொருட்களையும் எண் 6 இல் கூறிய பூண்டு தைலத்தையும் கலந்து மெழுகு பதம் நீங்கி மணல் பதம் வரும்போது, அதாவது தைலம் வடிகட்டும் பருவம் வரும்போது எண் 6 இல் கூறிய அண்ட தைலத்தையும் கலந்து வடிகட்டி ஆறவிட்டு, காற்றுப் புகாத பீங்கான் ஜாடிகளில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்

கரண்டி அளவு (15 மி.லி.) தினம் இரண்டு வேளை உணவுக்கு முன்னால் சாப்பிடவும். அடியினால் ஏற்பட்ட தல்லல் காயம், இரத்தக்கட்டு முதலியன உள்ள இடங்களில் வெளிப் பிரயோகமாகவும் தடவி வரலாம். இவ்வாறு ஆறு நாட்கள் செய்யவும். காய சன்னி, கபம், மயக்கம் உண்டாக்கக் கூடிய வலிப்பு நோய்கள் எல்லாம் தீரும்.

அறுவை மருத்துவம்

அடிகள் பட்டதாலோ, கீழே விழுந்ததாலோ எலும்பு உடைந்து கீறிச் சதையைப் பிய்த்துக் கொண்டு வெளியே நீட்டி விரணம் ஆறாமலுமிருந்தாலோ துருசைப் பொடித்து, திருகுக்கள்ளிப் பாலில் கலந்து பசை போல் செய்து, மேல் எழும்பிய எலும்பைப் சுற்றிச் சதையில் தடவி விடவேண்டும். சதை அழுகி எலும்பு நன்கு தெரிந்த பின் சிறு குறடு கொண்டு தேவையற்ற எலும்பை வெளியே எடுத்துவிடவும்.

குறடு கொண்டு வெளியேற்ற முடியவில்லையானால் உருக்கினால் செய்யப்பட்ட அரத்தினால், பிளந்துள்ள பகுதியை ராவி அகற்றவும். எலும்பு முனையின் கூரை மழுக்கி விடவும். புண்ணையாற்ற முறிவெண்ணெய் போட்டுவர சதை நிரந்து, புண் குணமாகும்.

காரம்

துருசைப் பொடித்து, பன்றி நெய்யுடன் கலந்து, திருகுக்கள்ளிப் பாலும் கூட்டி பசைபோல் செய்தும், எலும்பைச் சுற்றி சதையை அழுகச் செய்யலாம். மூன்று நாட்களில் சதை அழுகி எலும்பு வெளிப்படும். அரத்தினால் எலும்பை ராவித் தள்ளிவிட்டு முறிவெண்ணெயால் புண்ணைக் கட்டிவர குழி நிரந்து, புண் விரைவில் ஆறும்.

குக்குட நெய்

1. கருங்கோழி ஒன்றைக் குடல், கால், முடி, தலை, பித்தப்பை முதலியவற்றை நீக்கி எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். அரிசிவகையாறு (ஆழிவிதை, மூங்கிலரிசி, வாய்விடங்கம், கார்கோல், வாலுவையரிசி, வெந்தயம்), காந்தம், அமுக்கரா வகைக்குக் கால் பலம் (15 கிராம்) அளவாக எடுத்து உரலிலிட்டு நன்கு சிதைத்து மேற்சொன்ன கோழியின் வயிற்றுப் பகுதியில்

வைத்து நூலால் தைத்துக் கட்டி விடவும். ஒரு குறுணி நீரில் (சுமார் 8 லிட்டர்) மேற்படி கோழியைப் போட்டு எட்டிலொன்றாகக் குடிநீராக்கவும்.

2. வேலிப்பருத்திச் சாறு - அரைப் படி (சுமார் 1 லிட்டர்), தேங்காய்ப்பால் - 1 படி (சுமார் 2 லிட்டர்).

3. சுக்கு, சிற்றரத்தை, அதிமதுரம், திப்பிலி, சாதிக்காய், சாதிபத்திரி, சிவப்பு சந்தனம், அதிவிடயம் ஆகியவற்றில் வகையொன்றுக்கு ஏழரை கிராம் (ஒன்றரை கழஞ்சி) வீதமெடுத்து நன்கு உலர்த்தி இடித்துச் சூரணமாக வைத்துக் கொள்ளவும்.

4. கோரோசனை - ஏழரை கிராம் பொடித்து வைத்திருக்கவும்.

5. பசுவின் நெய் - 1 படி, வேப்பெண்ணெய் - கால் படி.

செய்முறை

எண் 2 இல் கூறிய சரக்குகளை அடுப்பேற்றி எரித்து அத்துடன் எண் 1 இல் கூறிய குடிநீரை வடிகட்டி, சேர்த்துக் கொதித்தவுடன் எண் 5 மற்றும் எண் 3 இல் கூறிய சரக்குகளை ஒன்றன்பின் ஒன்றாகக் கலந்து, மெழுகு முதிர் பருவத்தில் வடிகட்டவும். வடி பாத்திரத்தில் எண் 4 இல் கூறிய கோரோசனையைப் பொடித்துப் போட்டு வைத்திருக்கவும். நன்கு ஆறிய பின் காற்றுப் புகாமல் பீங்கான் ஜாடிகளில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு

ஒரு கரண்டி அளவு (15 மி.லி.) காலை, மாலை உணவுக்கு முன் சாப்பிடவும். இவ்வாறு ஆறு நாட்கள், பனிரண்டு வேளையாக உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்கள்

சயம், உடல் வறட்சை, வாதநோய்கள், உடலைக் குன்றச் செய்து நடுநடுங்கச் செய்யக்கூடிய நடுக்கு வாதம், கொழுத்து, வாய்வு, ஆயாசம், மயக்கம், விக்கல், உடலில் கை, கால்களில் ஏற்படும் உளைச்சல் முதலிய நோய்கள் குணமாகும்.

கருங்கோழி என்பது அலகு, கால், தோல் முதலியவை கருமை நிறத்தில் காட்சி தரும் கோழியாகும். வர்மம் அகற்றும் கருங்கோழி என்பதிலிருந்து அது எவ்வளவு முதன்மை பெறுகின்றது என்பது சீர்தூக்கிப் பார்க்க வேண்டிய ஒன்று. இத்தகைய கோழி தற்போது கிடைத்தல் அரிதாக உள்ளது.

கோழி நெய்

1. கருங்கோழி ஒன்றின் குடல், கால், முடி, தலை, பித்தப்பை முதலியவற்றை நீக்கி, நன்கு சிதைத்து ஒரு குறுணி (எட்டு லிட்டர்) நீரில் போட்டு அடுப்பேற்றி எரித்து எட்டில் ஒன்றாக வற்ற வைத்து, வடிகட்டிக் கொள்ளவும்.
2. பசுவின் நெய், வேப்பெண்ணெய் வகைக்கு 1 படி.
3. அம்பழம் என்ற மூலிகைச் சாறு, குழிமீண்டான் என்ற மூலிகைச் சாறு, நத்தை சூரிச் சாறு, சிவனார் வேம்புச் சாறு வகை ஒன்றுக்கு - 1 படி.
4. அதிமதுரம், சிற்றரத்தை, சீமை அமுக்கரா, அரிசிதிப்பிலி, அதிவிடயம், சாதிபத்திரி, மாசிக்காய், அரிதாரம், வகை ஒன்றுக்கு - 15 கிராம், நன்றாக உலர்த்தி இடித்துச் சூரணம் செய்யவும்.
5. கோரோசனை - 10 கிராம் பொடித்து வைக்கவும்.

செய்முறை

எண் 3 இல் கூறிய சாறுகளை அடுப்பேற்றி, சூடானதும் எண் 1 இல் கூறிய வடிகட்டிய குடிநீரைக் கலந்து கொதித்ததும், எண் 2 இல் கூறிய சரக்குகளைக் கலந்து அத்துடன் எண் 4 இல் கூறிய சூரணத்தையும் கலந்து காய்ச்சி, கல் பதத்தில் வடிக்கவும்.

வடி பாத்திரத்தில் கோரோசனைப் பொடித்த தூளை இட்டு வடிகட்டவும். ஆறியபின் பீங்கான் ஜாடிகளில் காற்றுப் புகாவண்ணம் நன்கு மூடியிட்டுப் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு

கரண்டி அளவு (15 மி.லி.) - பெரியவர்களுக்குக் காலை, மாலை - உணவுக்கு முன்னால். இப்படி ஆறு நாட்கள் சாப்பிட அறிவுறுத்தவும்.

தீரும் நோய்கள்

அடிபட்டு அடங்கிய உயிரை மீட்டுக் கொண்டு வர அடங்கல் முறைகள் பல கூறப்பட்டுள்ளன. இத்தைலத்தால் அடங்கிய உயிர் மீண்டும் புத்துயிர் பெற்று, இயல்பு நிலையை அடையும் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

உள்ளுறுப்புகளைப் பற்றிய வர்மங்கள், முண்டெலைப் பற்றிய வர்மங்கள், வயிற்றைப் பற்றிய வர்மங்கள், நேர் வர்மத்தின் மேலுள்ள வர்மங்கள், கழுத்துக்கு மேலுள்ள வர்மங்கள் மட்டுமின்றி, தீர்ப்பதற்குக் கடினமான பல வர்ம நோய்களுக்கும் இத்தைலத்தால் தீர்வு காண இயலும்.

4

தோல் மற்றும் பிற நோய்கள்

சித்த மருத்துவ முறைப்படி மனிதருக்கு வரும் நோய்களை வளி (வாதம்), அழல் (பித்தம்), ஐயம் (கபம்) என்ற முத்தாதுக்களின் அடிப்படையில் வகைப்படுத்துவது பெரும்பான்மையான வழக்கம். ஆனால் முத்தாதுக்களின் நேரடியான தாக்கத்தால் மட்டுமின்றி வேறு பல காரணங்களினாலும் மனிதருக்கு நோய்கள் வருகின்றன. அவற்றுள் பெரும்பாலானவை உடல் உறுப்புகளின் உட்குதியை அதிகம் பாதிக்காது, வெளிப்பகுதியில், குறிப்பாகத் தோலை மட்டும் பாதிக்கக் கூடியவைகளாக வருகின்றன. அப்படிப்பட்டவைகளைப் பொதுவாகத் தோல் நோய்கள் என்றழைக்கலாம்.

உடலின் உள் உறுப்புகளில் ஏற்படும் சில பாதிப்புகள் தோலின் மூலம் வெளிப்பட்டுத் தோன்றக்கூடியனவாக உள்ளன. அப்படியானவைகளைப் பிற வகை நோய்களாகக் கொள்ளலாம். இவ்வகையில் "தோல் மற்றும் பிற நோய்கள்" என்னும் இப்பகுதியில் பதினேழு வகை நோய்கள் இடம்பெற்றுள்ளன. இனி அவைகளைப் பற்றித் தனித்தனியே, நோய் இயல், குறிகுணம், மருத்துவம் என்ற வகையில் விரிவாகக் காணலாம்.

ஒருங்கிணைப்பாளர்

I. கரப்பான்

மரு. கோ. தியாகராஜன்

முன்னுரை

தோலில் திமிர், குரு, தினவு, நீர்க்கசிவு, புண் தடிப்பு ஆகிய குறி குணங்களை உடைய படைகளை உண்டாக்கி, அவ்விடங்களில் வீக்கம், கொப்புளங்கள் கண்டு அல்லது செதில் போன்று தோல் சுரசுரப்பாகி, தோலின் இயற்கை நிறத்தை வேறுபடுத்தி, சில வேளை வெடிப்புண்டாகி, நீர்க் கசிதல் ஆகிய குறி குணங்களைக் காட்டும் தோற்பிணியைக் கரப்பான் அல்லது கரப்பன் என்பர். இதில் தினவும் சொறியும் இருத்தலும் இல்லாதிருத்தலும் உண்டு.

கரப்பான் உடம்பில் ஏற்படுகின்ற ஒவ்வாமையினால் தோன்றுகின்றது. இதில் காணப்படும் நமைச்சலானது நோயாளிக்கு மிகுந்த தொந்தரவை ஏற்படுத்தி, அவனுடைய அன்றாட வேலைகளைச் செய்ய ஒட்டாமல் செய்கின்றது. இது சிறியோர், பெரியோர், ஆண், பெண் என அனைவரையும் பாதிக்கும்.

கரப்பான் நோயினால் தோலில் ஏற்படும் மாற்றங்கள்

முதலில் தோல் சிறிது சிவந்து காணப்படும். பிறகு அந்த இடம் பொரி பொரியாகத் தோன்றும். இந்தப் பொரிகள் சில நாட்களில் திரவம் உள்ள சிறு கொப்புளங்களாக மாறிவிடும். இக்கொப்புளங்கள் உடைந்து, அவைகளிலிருந்து நீர் சொட்டும் அல்லது கசியும். நீர் சொட்டுவது நின்றபின் அந்த இடத்தில் ஈரக்கசிவு மட்டுமே இருக்கும். பின்பு அதுவும் இன்றி காய்ந்து செதில்கள் உண்டாகும். இறுதியில் அரிப்பு மிகுதியாகி, சொறிந்து சொறிந்து, அந்த இடத்தில் தோல் தடித்தும், கறுத்தும் காணப்படும். சில சமயங்களில் மேலே குறிப்பிட்ட சிறு கொப்புளங்கள் செதில்களாகவும், பக்குகளாகவும் மாறலாம்.

நோய்க்கான காரணம்

கரப்பான் நோயை உண்டாக்கும் காரணங்களை அறுதியிட்டுக் கூற முடியாதாயினும், இது உண்டாவதற்கான அடிப்படைக் காரணம் கிருமிகள் அன்று என எண்ணப்படுகின்றது. ஆனால் கரப்பான் கண்டவிடத்தின் மேற்பரப்பில்

கிருமிகள் சஞ்சாரம் காணப்படக்கூடும். கம்பளி போன்ற சுணையுள்ள சில பொருட்கள் தோலில் உராய்வதாலும், அந்தக்கரண வேறுபாடுகளாலும் இந்நோய் ஏற்படுகின்றது. பொதுவாகக் குழந்தைகளில் கரப்பான் சில வகை உணவுப் பொருட்களாலேயே வருகின்றது. அவற்றைக் கரப்பான் பண்டங்கள் என்பர். இவ்வகை பொருட்களை உண்ட காலத்து, சிலரின் உடலுக்கு அப்பொருள் ஒவ்வாத தன்மையுடையதால் கரப்பான் உண்டாகிறது.

பெருகுஞ் சோள மிறுங்கும் பெரும்கம்பு
வரகு காருடன் வாழையின் காயொடு
உரை கொள் பாகற் கெளிற்று மன உண்டிடில்
விரிவ தாய்க்கரப் பானுமிகுந்ததே

மாமிசம் உண்ணல், கம்பு, தினை, வரகு, சாமை, கிழங்கு வகை முதலியவற்றைக் கொள்ளல், தாழ்வான பண்டங்களைத் தின்னல், பெண் போக விரகம், மூத்த பெண்ணை மருவல் முதலியனவும் நோய் உற்பத்திக்குக் காரணங்களாக யூகி முனிவர் கூறியுள்ளார். சிலருக்கு கொய்யா, முட்டை, மீன், கருவாடு, கத்தரிக்காய், தடியன்காய் போன்றவையும் கரப்பான் நோயை வருவிக்கின்றன.

மேற்சொன்ன ஒவ்வாப் பொருட்களால் இந்நோய் உண்டாவதால், இது ஒவ்வாமை நோய்களுள் ஒன்றாமெனினும், இப்பொருட்கள் எவருக்கும் எக்காலத்தும் ஒவ்வாதவை என்று கொள்ள முடியாது. சிலருக்கு ஒத்துக் கொள்பவை வேறு சிலருக்கு ஏற்காமல் இருக்கலாம். சில பொருட்கள் ஒரு காலத்து ஒவ்வாதனவாயும் வேறு காலத்து ஒவ்வுவனவாயும் இருக்கலாம்.

மேலும் புகைப்படத் தொழில், மருத்துவத் துறை மயக்க மருந்துகள், ரப்பர் கையுறைகள், தோட்டம் போடுதல், பூ தொடுத்தல், சில வகை செடிகள், துலுக்க சாமந்தி, மல்லிகை, அழகு சாதனங்கள் - தலைச் சாயம், உதட்டுச் சாயம், நகப்பூச்சு, வாசனைப் பொருள் போன்றவற்றைக் கையாள்வதாலும் கரப்பான் ஏற்படலாம்.

இது மட்டுமல்லாமல் சில எரிச்சலூட்டும் பொருட்களாலும், நுண்ணுயிர்க் கிருமிகளாலும், உட்கொள்ளும் உணவு மற்றும் மருந்துப் பொருட்களாலும், ஒரு மனிதனின் தேக ஆரோக்கியத்தைப் பொறுத்தும், சுற்றுப்புறச் சூழல் மற்றும் கால வேறுபாடுகளாலும் இது அதிகமாகலாம்.

நோய் வகை

யூகி முனிவர் கரப்பான் பிணியை ஏழு வகையாகக் கூறுவர். அவை :

1. வாத கரப்பான்
2. கண்ட கரப்பான்
3. வறட்சி கரப்பான்
4. திமிர்வாத கரப்பான்
5. கபால கரப்பான்
6. பித்த கரப்பான்
7. சேத்தும கரப்பான்

பதினெண் சித்தர் பாலவாகடத் திரட்டில் 18 வகையாகச் சொல்லப்படுகின்றது. அவை வருமாறு :

1. வாத கரப்பான்
2. பித்த கரப்பான்
3. சேத்தும கரப்பான்
4. அரி கரப்பான்
5. ஊது கரப்பான்
6. துலை கரப்பான்
7. வெடி கரப்பான்
8. மண்டை கரப்பான்
9. பொரி கரப்பான்
10. சட்டை கரப்பான்
11. ஓடு கரப்பான்
12. கரப் கரப்பான்
13. செங்கரப்பான்
14. கொள்ளி கரப்பான்

15. தோட கரப்பான்

16. வாலை கரப்பான்

17. வறள் கரப்பான்

18. வீங்கு கரப்பான் (இது சிறுவர்கட்கு வரும்)

யூகி முனிவர் கூறியுள்ள கரப்பான்களின் குறிகுணங்கள் வருமாறு :

1. வாத கரப்பான் : உடம்பு வெதும்பி, நொந்து, குடைந்து, நீர் சுரந்து, வீக்க முண்டாகும். உடம்பு புண் போல் நொந்து, வெடித்து, புண்ணாகும். விரல்களும், சந்துகளும் முடங்கி, நாளங்கள் புடைத்து, முழிகள் பக்கம் உலர்ந்து, மேனி வறண்டு காணும்.

2. கண்ட கரப்பான் : தளிர்போல் தலை, காது, மண்டை முதலியவைத் தடித்து நோகும். நளிர்(குளிர்) உண்டாகி, நாவு தடித்து, உடம்பில் சொறியுண்டாகும். உடல் குளிர்ந்து, மயிர்க் கூச்சாகும். கண் கூசும். கண்டத்தில் முள்போன்று கரகரக்கும்.

3. வறட்சி கரப்பான் : உடம்பெங்கும் வீங்கி, குத்தலுண்டாய் ஊரல், நமை உண்டாகும். மயக்கம், சோர்வு, உடம்பு வற்றல், பிதற்றல், கசிவு உண்டாய், புலால் நாற்றம் வீசல் ஆகிய குறிகுணங்கள் காணும்.

4. திமிர்வாத கரப்பான் : உட்கார்ந்து எழும்போது வருத்தமுண்டாய், கால், கைகள், இடுப்பு, சந்து இவை திமிர்ந்து கரடு கட்டும். உடம்பு செயலிழந்து, வீங்கி, வெடித்துப் புண்ணாகும். உடல் முழுவதும் ஊதும். நீர்விடாய் அதிகமிருக்கும். உடல் சூடு, உலைச்சல், உதறல் உண்டாகும். எழுந்து நடக்கும்போது கால் சந்து திமிர்ந்து வீங்கி, உடம்பு வெடித்துப் புண்ணாகும். உடலெங்கும் வெதும்பிப் பொருமலாகும். உடம்பில் திரையும் திமிருமுண்டாகும்.

5. கபால கரப்பான் : காது தினவுண்டாகி, கண் அடகில் தினவு, கண்டம் கரகரத்தல், கண்ணில் பீளை, கண்ணீரல் பாய்தல், மூக்கில் நீர் பாய்தல், சிரசில் சொரிதல், அதிகத் தும்மல், நெற்றி துடித்தல், அண்ணாக்கில் அழல் ஆகிய குறிகுணங்கள் காணும்.

6. பித்த கரப்பான் : கண் தானாகத் தூங்குவதுபோல் காணல், நடுவயிறு தளர்தல், உள்கார்ந்து வெதுப்புண்டாதல், கிறுகிறுப்பு, உடல் சோர்வு, உடல் மஞ்சளித்தல், உணவு செல்லாமை, பசிக்குறைவு, உடலில் பேன் ஊறல் போல் காணப்படுதல் ஆகியவை காணும்.

7. சேத்தும கரப்பான் : உடல் வெளுப்பு, குரல் கம்மல், மெதுவாகப் பேசுதல், மிகுதியாகப் பேசினால் மூச்சுண்டாதல், ஈளை, இருமல், இரைப்பு ஆகிய குறிகள் காணும். பிறருடைய உதவியை எல்லாக் காரியங்களிலும் எதிர்ப்பார்க்கும்.

நவீன மருத்துவத்தில் கரப்பானைப் பல வகைகளில் பிரித்துள்ளனர். அவை: வெளிப்புற மாறுதலால் உண்டாகும் கரப்பான், உட்புற மாறுதலால் உண்டாகும் கரப்பான், இளவயது கரப்பான், ஒவ்வாமை கரப்பான், எண்ணெய் கரப்பான், ஒட்டு கரப்பான், காசு கரப்பான், குமிழ் கரப்பான், தேகக் கரப்பான்.

இளவயது கரப்பான் வகைகள் : இளவயது எண்ணெய் கரப்பான், இளவயது ஒட்டு கரப்பான், இளவயது கழிவிட இரக்கை கரப்பான், இளவயது நாப்கின் (கட்டுத்துணி) கரப்பான்.

முதுவயது கரப்பான் வகைகள் : முதுவயது ஒவ்வாமை கரப்பான், முதுவயது எண்ணெய் கரப்பான், முதுவயது ஒட்டு கரப்பான்.

துணை நோயாகக் கரப்பான்

கரப்பான் தனியாகவன்றி பித்த நோயிலும் பிரமேக நோயிலும் துணை நோயாக வருவதுண்டு.

1. பித்த ரோகத்தில் : உடல் முழுவதும் சொறி, கட்டிகள், திமிர், காந்தல், நிறக் குறைவு, குழம்பு போன்ற பேதி, வயிறு இரைச்சல், பொருமல், இசிவு, கால்கள் விலவிலப்பு, இடுப்பு நோவு என்னும் குறிகுணங்கள் காணப்படும்.
2. பிரமேக ரோகத்தில் : வயிறு உளைச்சல், சீதம், சிறுநீர் வெப்பமுடன் கடுத்திறங்கல், நீர்க்குழாய் புண்ணாகி, சுண்ணம் கரைந்த நீர்போல் சிறுநீர் குத்தலுடன் இறங்குதல், அழலையாய் வாட்டத்துடன் கைகால் உப்புதல், உடம்பெல்லாம் நெருங்கிய பெருஞ்சொறி ஆகிய குறிகுணங்கள் காட்டும்.

நாடி நடை

1. சேத்தும நாடி
2. வாத உட்டின நாடி

மருத்துவம்

கரப்பான் பிணி கண்டவருக்கு நல்ல ஓய்வும் தூக்கமும் உடற்பயிற்சியும் காற்று வசதியும் வேண்டும். இந்நோயினருக்கு மரக்கறி உணவு, பாலும், பால்பொருட்களும் ஆகிய சத்துகள் உள்ள உணவுகள், வெந்த மாமிசம் கொடுக்கலாம். மசாலாப் பொருட்கள், காரப் பொருட்கள், கரப்பான் பண்டங்கள், போதைப் பொருட்கள் ஆகியவற்றை நீக்க வேண்டும். குழந்தைகளுக்கு உணவைக் குறைத்துக் கொடுத்தல் வேண்டும். கொப்புளங்கள் இருக்கும் காலத்து, கழுவு நீர்களைப் பயன்படுத்தலாம். தாபிதம் இருக்கும்போது நெய்ப்புப் பொருட்களைப் பயன்படுத்தலாம். புண்களாக இருந்தால் களிம்பு, பசை முதலியவைகளையும் பயன்படுத்தல் நல்லது. தோலின் தன்மைக்குத் தக்கபடி மருந்துகளை வெளியில் தடவ வேண்டும். பக்குக் கட்டியிருந்தால் நெய்ப்புப் பொருட்கள் உள்ள மருந்துகளைப் பயன்படுத்தி, வெது வெதுப்பான நீரில் குளிக்க வேண்டும்.

சீயக்காய்த் தூள், சவுக்காரம் பயன்படுத்தக் கூடாது. பாசிப்பயிறு, நலங்குப் பொடி தேய்த்துக் குளிக்கலாம். தொழிலாளர்கட்கு வருகின்ற கரப்பானை நீக்க, அவருக்கு எப்பொருளின் தொடர்பால் அந்நோய் உண்டானதோ அப்பொருளின் சம்பந்தமில்லாமல் இருக்கச் செய்ய வேண்டும்.

1. கறுங்கோழி சூரணம் 15 கி. எடை வீதம் அரை மண்டலம் புளி, கரப்பான் பண்டம் நீக்கி உண்ணலாம்.
2. கறுங் குங்கிலிய சூரணம் முன்போலவே அருந்தலாம்.
3. அமுக்கரா வேர் 140 கி, திப்பிலி, ஓமம், திப்பிலி மூலம், கடுக்காய், தான்றிக்காய், நெல்லி வற்றல், பறங்கிப்பட்டை, நீரடிமுத்து, வகைக்கு 35 கி. சாதிக்காய், சாதிபத்திரி, கிராம்பு முதலியவற்றை இடித்துச் சூரணித்து 1 கி. வீதம் தேனில் உண்ணலாம்.
4. பச்சைக் கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை 280 கி, பூண்டு 280 கி. அரைத்து 800 மி.லி. நல்லெண்ணெயில் கலந்து, 500 மி.லி. பொடுதலைச் சாறு விட்டுக் காய்ச்சி, பூண்டு பொன் நிறமாய் வருகின்ற சமயத்தில் இறக்கி நாளொன்றுக்கு ஒரு கரண்டி சாப்பிட்டு, உப்பு, புளி தள்ளி பத்தியம் வைக்கத் தீரும்.
5. கொடி வேலி, மாவிலங்கு தலைச்சுருளி இவற்றின் இலைச்சாறு, நல்லெண்ணெய் வகைக்கு 250 மி.லி. மேற்படி வேர்ப்பட்டைகள் மூன்றும் வகைக்கு 18 கி. மிளகு, பூண்டு, கடுக்காய், கடகரோகிணி, கத்தூரி மஞ்சள்,

கறுஞ்சீரகம் வகைக்கு 14 கி. அரைத்துப் போட்டு, கலந்து காய்ச்சி வடித்து மூன்று நாள் சாப்பிட்டு, ஆறு நாள் வரை உப்பு, புளி தள்ளி பத்தியம் இருந்து, ஏழாம் நாள் தலைக்குத் தண்ணீர் வார்க்க வாதகரப்பான், அரையாப்பு, கண்டமாலை நீங்கும்.

6. பறங்கிப்பட்டை சூரணம், பறங்கிப்பட்டை பதங்கம், சங்கு பற்பம், பவள பற்பம், குக்கில் பற்பம், சிலாசத்து பற்பம் போன்றவற்றைக் கொடுக்கலாம். மேலும் இலிங்கம், மிருதார்சிங்கி, இரசகர்ப்பூரம், வெள்ளைக் குங்கிலியம், கடுக்காய், மாசிக்காய், தான்றிக்காய், காய்ச்சுகட்டி இவைகளைச் சம எடை எடுத்துப் பொடித்து ஆவின் வெண்ணெயில் அரைத்து, தண்ணீரில் ஒரு நாள் மிதக்கப் போட்டு, மறுநாள் எடுத்துப் புண்களில் போட மாறும்.

கரப்பான் தைலம் அறுகன் தைலம், குங்கிலிய வெண்ணெய் ஆகியவைகளை மேலுக்குப் போடலாம். புண்களாக இருந்தால் புங்கன் எண்ணெய், வங்கக் களிம்பு முதலியவைகளைப் பயன்படுத்தலாம்.

II. புழுவெட்டு

மரு. எஸ். இராஜலட்சுமி

முன்னுரை

பிராணிகளைப்போல் மனிதருக்குத் தோலின் மேல் படர்ந்துள்ள உரோமம் ஒரு பாதுகாப்புக் கவசமல்ல. அதன் அலங்காரத் தன்மைக்காகவே மனிதர்கள் முடியின் மீது கவனம் செலுத்துகின்றனர். முடி உதிர்தல், வழுக்கை, தேவையற்ற இடத்தில் முடி அதிகமாக வளர்தல், முடியின் கறுமை நிறம் குறைந்து, நரை ஏற்படுதல், மயிர்க்கால்களில் ஏற்படும் கிருமித்தொற்று போன்ற பிரச்சனைகள் ஒருவரை மருந்துகளையும் மருத்துவரையும் நாடச் செய்யும்.

வழுக்கை

முடி உதிர்ந்து வழுக்கை அல்லது சொட்டை விழுதல் பல காரணங்களால் ஏற்படுகிறது. அவை :

1. தீக்காயம்
2. அளவுக்கு மிஞ்சிய கதிரியக்கம்

3. காரவகை இரசாயனப் பொருட்கள்
4. கிரந்தி நோய்
5. புற்றுநோய்
6. காளான் நோய் (பூஞ்சை நோய்)
7. கடுமையான காய்ச்சல்
8. தீவிர எண்ணெய் கரப்பான்
9. அக்கி போன்ற கிருமித் தொற்று
10. நீரிழிவு
11. பிறவியிலேயே வழுக்கை
12. வியர்வைச் சுரப்பிகள், முடி, பல் வளராத பரம்பரை வியாதி
13. ஆண் தன்மை வழுக்கை
14. பிட்யூட்டரி, தைராய்டு போன்ற நாளமில்லாச் சுரப்பிகள் வேலை செய்யாமை
15. மனநிலை பாதிப்பு, மனச் சோர்வு.

நோய் நிலை

புழுவெட்டு என்பது தலையில் திடீரெனத் திட்டுத்திட்டாக முடி உதிர்ந்து அவ்விடங்கள் வழுக்கையாகக் காணப்படுவது. இவ்விதம் ஏற்படும் வழுக்கை வட்டமாகவோ, முட்டை வடிவமாகவோ நன்கு வரையறுக்கப்பட்ட வடிவத்தில் இருக்கும். எவ்வித அழற்சியும் சுருக்கமும் இராது. பொதுவாக இந்நோய் தலையில் அதிகம் வரும். சிலரில் புருவம், கண் இமை, அக்குள், தாடி அடிவயிற்றுப்பகுதி ஆகிய இடங்களில் வரும். பாதிக்கப்பட்ட இடத்தில் வலி, அரிப்பு போன்ற எந்தத் துன்பமும் இருக்காது. பரம்பரையில் இந்நோய் தொடர்ச்சியாக வருவதுண்டு. காது, தொண்டை, பல் இவற்றில் ஏற்படும் தொற்றுக் காரணமாக வரலாம். மனச்சோர்வு அல்லது கவலையினாலும் வரலாம்.

நோய் வகை

1. முழுத் தலை வழுக்கை : தலையில் உள்ள எல்லா முடியும் உதிர்ந்து விடுதல்.

2. பூரண வழுக்கை : தலையிலும் உடம்பிலும் உள்ள முடிகள் முற்றிலுமாக உதிர்ந்து விடுதல்.
3. பாம்பு போன்ற வழுக்கை : தலையின் ஓரங்களில் மட்டும் முடி உதிர்ந்து பாம்பு போன்று காட்சியளித்தல்.

தீரும், தீராத் தன்மைகள்

1. வயோதிகத்தில் ஏற்பட்டால் முடிதிரும்ப முளைப்பது கடினம்.
2. பல வழுக்கைகள் இருந்தால் முடி வளர்வது சுலபமன்று.
3. இந்நோய் ஆரம்பித்து பல ஆண்டுகள் கடந்திருந்தால் பின் முடிவளர்வது எளிதன்று.
4. முழுத்தலை வழுக்கை, பூரண வழுக்கை போன்றவற்றில் முடிவளர்வது அரிது.
5. நகங்களில் புள்ளிகள் அதிகமாகத் தெரிந்தால் முடிவளர்வது எளிதன்று.

மருத்துவம்

1. புழுவெட்டு உள்ள இடத்தில் சிறிது சிரட்டை தைலத்தைத் தேங்காய் நெய்யுடன் கலந்து தடவி வர, முடி வளரும்.
2. அரளிச் செடியின் பாலைத் தடவலாம்.
3. வேப்பெண்ணெயைத் தொடர்ந்து தடவி வர, முடி வளரும்.
4. வெங்காயம், மிளகு, உப்பு சம அளவில் எடுத்து அரைத்துத் தடவிவர, சில நாட்களில் முடி வளரும்.
5. கிடாரி தைலம், பொடுதலைச் சாறு, எலுமிச்சம் பழச்சாறு, நல்லெண்ணெய், மிளகுத்தூள் கலந்து, சூரிய புடத்தில் வைத்து எடுத்த தைலத்தைத் தடவி வர, முடி நன்கு வளரும்.
6. பொரித்த வெங்காரத்தை ஓர் வெங்கலத் தட்டில் போட்டு, கையாந்தகரைச் சாறு விட்டு, இரும்பு ஆழாக்கின் அடிபாகத்தால் அரைத்துப் பின் வெண்ணெய் கூட்டி, வெள்ளை சங்கினால் மூன்று நாழிகை அரைத்து, மயிர் உதிர்ந்த இடங்களில் தடவ, மயிர் வளரும்.
7. முதியோர் கூந்தல் எண்ணெய் : முதியோர் கூந்தல் 1 பங்கு, சோற்றுக் கற்றாழைச் சோறு 1 பங்கு, வெந்தயம் 2 பங்கு சேர்த்து ஒரு பானையில்

இட்டு மூடி குளிர்ச்சியான இடத்தில் வைக்க, நான்கு நாட்களில் வெந்தயம் முளைவிட்டு இருக்கும். இப்போது இக்கலவையுடன் சம அளவு நல்லெண்ணெய் சேர்த்து, வேண்டும் அளவு செம்பருத்திப் பூ இதழைக் கிள்ளிப்போட்டு சூரிய புடத்தில் வைத்தெடுத்து, புழுவெட்டு உள்ள இடத்தில் தடவி வர, மயிர் செழித்து வளரும். புழுவெட்டு நீங்கும்.

சென்னை சித்த மருத்துவ மைய ஆராய்ச்சி நிலையத்தில், புறநோயாளர் பிரிவில், புழுவெட்டுக்குக் கிடாரி தைலத்தைப் பயன்படுத்தும் ஓர் ஆய்வு மேற்கொள்ளப்பட்டது. இத்தைலத்தால் ஆறு முதல் எட்டு வாரத்திற்குள் புழுவெட்டு முழுவதுமாக நீங்கியது. ஆய்வுக் கட்டுரை Journal of Research in Ayurvedha and Siddha, VOL X, 1987 இல் பிரசுரிக்கப்பட்டுள்ளது.

III. காணாக்கடி

மரு. எஸ். இராஜலட்சுமி

முன்னுரை

உடல் முற்றிலுமோ அல்லது உடலின் சில பகுதிகளிலோ தினவு அதிகரித்து, மேல் தோலில் ஆங்காங்கு திட்டுத் திட்டாகத் தடிப்புகள் உண்டாகும். இத்தடிப்புகள் தானாக மறையும் தன்மை உடையவை.

இது சாதாரணமாகக் காணப்படும் தோல் நோய்களில் ஒன்று. மக்களில் பதினைந்து சதவிகிதத்தினர். இந்நோயினால் சில காலமேனும் பாதிக்கப்படுகின்றனர். சிலரில் இந்நோய் பலகாலம் தொடரக்கூடும்.

நோய்க் காரணங்கள்

1. ஒவ்வாமை
2. ஒவ்வாமை அல்லாத காரணங்கள்
3. அறியப்படாத காரணங்கள்

ஒவ்வாமை

ஒவ்வாமை என்றால் ஒத்துக் கொள்ளாமை. அதாவது சில பொருட்கள் நம் உடலுக்கு ஒத்துக் கொள்ளாதபோது, உடல் அவற்றை எதிர்த்துச் செயல்படுவது; நம் உடலுக்கு ஒவ்வாத ஓர் புறப்புரதத்துடன் நம் உடல் தொடர்பு கொள்கின்றபோது அது தன் எதிர்ப்பைத் தெரிவிக்கின்ற ஓர் அசாதாரணச் செயலாகக்கூட இந்த ஒவ்வாமையைக் கருதலாம். பொதுவாக மற்றவர்களுக்குத் தீங்கு விளைவிக்காத பொருட்களுக்குக்கூட ஒருவரின் உடல் மரபு வழிகளில் எதிர்ப்பை வெளிப்படுத்தும் தன்மை பெற்றிருந்தால், அவரை ஒவ்வாமை இயல்புடையவர் என்கிறோம். ஒருவருக்கு ஒவ்வாமை இருந்தால் பொதுவாக அவருடைய குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மற்றவர்களுக்கும் ஒவ்வாமை ஏற்பட அதிக வாய்ப்பு இருக்கிறது. எனவே ஒவ்வாமை ஏற்பட மரபும் ஓர் முக்கிய காரணமாக இருக்கலாம் என்று கருதப்படுகிறது.

நோய் வகை

1. தோல் தொடர்பான ஒவ்வாமைக் கேடுகள்
2. மூச்சுப்பாதை தொடர்பான ஒவ்வாமைக் கேடுகள்
3. உணவு, சீரண மண்டலம் தொடர்பான ஒவ்வாமைக் கேடுகள்
4. தன் ஒவ்வாமையினால் தோன்றும் கீழ் மூட்டு நோய்கள்

பொதுவாக ஒவ்வாமையினால் முதலில் பாதிப்படைவதும், நோய்க்குறிகளை வெளிப்படுத்துவதும், நம் உடலின் சருமம் தான் என்றால் மிகையாகாது. ஒவ்வாமையினால் தொடு தோல் அழற்சி, கரப்பான், காணாக்கடி முதலிய தோல் நோய்கள் உண்டாகின்றன.

ஒவ்வாமை நிகழ்வுகள்

ஒவ்வாமை இயல்புடைய ஒருவரின் உடலில் ஒவ்வாப் பொருட்கள் நுழைவதினால் என்ன மாற்றங்கள் நிகழ்கிறதென்று பார்ப்போம்: ஒவ்வாத்தன்மை உள்ள ஒருவரின் உடலில் முதல் முதலில் ஓர் ஒவ்வாப் பொருள் நுழையும்போது வெளிப்படையான எந்த அறிகுறிகளுக்கும் அவர் ஆளாவதில்லை. ஆனால் அவரே உணராமல் அந்தக் குறிப்பிட்ட ஒவ்வாப் பொருளுக்கு அவருடைய உடலில் எதிர்ப் பொருட்கள் உருவாகி விடுகின்றன. அவை உடலைப் பாதுகாக்க அமையப் பெற்றுள்ள மாஸ்ட் அணுக்களில் ஒட்டிக் கொண்டிருக்கும். மறுமுறை அதே ஒவ்வாப் பொருள் உடலுக்குள் நுழையும்போது அவைகளை அழிப்பதற்காக

மாஸ்ட் அணுக்களில் ஒட்டிக் கொண்டிருக்கும் எதிர்ப்பொருட்கள் விரையும். உடனே மாஸ்ட் அணுக்கள் சிதைந்து அதிக அளவு திசுநீர்த் தேக்கி (ஹிஸ்டமின்) என்னும் இரசாயனத்தை வெளிப்படுத்தும். இந்த ஹிஸ்டமின் சிறிய இரத்தக் குழாய்களின் சுவர்களில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்தி, அதிக அளவு நிணநீரை வெளிப்படுத்தும். தோலுக்கடியில் தேங்கும் இந்த நிணநீர் காரணமாகத் தோலின் மேற்பரப்பில் தடிப்புகளும் கொப்புளங்களும் ஏற்படுகின்றன.

ஒவ்வாப் பொருட்கள்

அனைவருக்கும் பொதுவான ஒவ்வாப் பொருட்கள் இவைதான் என்று குறிப்பிட்டுச் சொல்லும்படி எதுவும் இல்லை. ஆனால் ஒவ்வாமையைத் தூண்டக் கூடியது என்று எண்ணக்கூடிய சில பொருட்கள் உள்ளன. அவை :

உணவு ஒவ்வாமை

ஒவ்வாமை இயல்புடைய ஒருவருக்கு அவர் அன்றாடம் உண்ணும் உணவுப் பொருட்களோ, அல்லது உணவு சேர்ப்பான்களோ ஒவ்வாப் பொருட்களாகச் செயல்பட்டுத் தோலில் ஆங்காங்கே தடிப்பு, கண், காது, தொண்டை இவற்றில் குருதிக் குழாய் சேர்ந்த தடிப்பு ஆகியவை ஏற்படலாம்.

மருந்து ஒவ்வாமை

சில வகையான மருந்துகள் ஒவ்வாமைத் தன்மை உடையவர்களுக்குப் பலவித ஒவ்வாமைக் கேடுகளை உண்டாக்குகின்றன. ஒவ்வாமைத் தொந்தரவுகளைக் கட்டுப்படுத்தக் கொடுக்கப்படும் மருந்துகளே சில வேளைகளில் ஒவ்வாமை அறிகுறிகளை ஏற்படுத்திவிடும். பொதுவாக மருந்துகளால் வரும் ஒவ்வாமை, சிலருக்குக் கண் சிவத்தல், உடல் அரிப்பு, வீக்கம், மற்றும் சிலருக்குப் பல்வேறு தோல் நோய் போன்ற அறிகுறிகளை ஏற்படுத்தலாம். ஆனால் சில மருத்துகளைச் சிறிய அளவில் கொடுத்தபோதும் பெரும் பாதிப்புகளை - ஒவ்வாமை அதிர்ச்சியை - ஏற்படுத்திவிடும். அவசர சிகிச்சை செய்யாவிடில் நோயாளி இறக்க நேரிடும். எடுத்துக்காட்டாகப் பென்சிலின் மருந்தினால் ஏற்படும் ஒவ்வாமை அதிர்ச்சியைக் கூறலாம்.

பூச்சிகளால் ஏற்படும் ஒவ்வாமை

பெரும்பாலும் இவ்வொவ்வாமைக் கேடுகள் சாதாரண பூச்சிகளான கரப்பான் பூச்சி, ஈ, கறுவண்டு, உண்ணி மற்றும் கண்களுக்குத் தெரியாத

வீட்டுத்தூசிப் பூச்சி போன்றவற்றாலேயே ஏற்படுகின்றன. உடலெங்கும் அரிப்பு, தடிப்பு, காதுமடல், உதடு இவை வீங்குதல் போன்ற ஒவ்வாமைக் கேடுகள் ஏற்படும். பெரும்பாலும் ஒவ்வாமை இயல்புடைய சிறுவர்களும், வயதானவர்களுமே இவ்வொவ்வாமைக் கேடுகளால் துன்புற நேருகிறது. பலவகையான வண்டுகள், தேனீக்கள் போன்றவை ஒவ்வாமைத் தன்மையுடையவரைக் கொட்டும்போது மிகவும் மோசமான ஒவ்வாமை விளைவுகள் ஏற்படும். கொட்டிய இடங்கள் உடனடியாக வீங்கிச் சிவப்பதுடன், உடலெங்கும் வீக்கம், அரிப்பு, தடிப்பு ஏற்படும். கண் இமை காது, உதடு முதலியவை வீங்குவதுடன், தொண்டைப் பகுதியில் நீர் கோர்த்து மூச்சுவிட முடியாமல், சிலவேளை மரணம் கூட ஏற்படுவதுண்டு.

வயிற்றுப் பூச்சிகளான உருண்டைப் புழு, கொக்கிப் பூச்சி மற்றும் நிணநீர், இரத்தக் குழாய்களில் இருக்கும் யானைக்கால் பூச்சி போன்றவைகளும் உடலெங்கும் அரிப்பு, தடிப்பு போன்ற ஒவ்வாமைக் கேடுகளை உண்டாக்கும்.

குறிகுணங்கள்

இதில் பல வகைகள் உண்டு. பொதுவாகத் தோலில் ஆங்காங்கே திட்டுத் திட்டாகத் தடிப்புகள் உண்டாகி, மிகுந்த தினவுடன் இருக்கும். இத்தகைய சிவந்த தடிப்புகள் சில மில்லிமீட்டர் அளவு முதல், பெரிய பெரிய தடிப்புகளாகப் பல சென்டி மீட்டர் அளவுகள் வரை காணப்படும். சிலருக்கு அரிப்பு மிக அதிகமாக இருக்கும். இத்தடிப்புகள் தானாக மறையும் தன்மை உடையவை.

மற்றொரு வகையில் அரிப்புத் தொல்லை இல்லாமல் உதடுகள், கண் இமைகள், செவிமடல், தொண்டையின் சளிச்சவ்வு ஆகியவற்றில் வீக்கம் ஏற்பட்டு, பின் தானாக மறையும். சில சமயங்களில் இத்தகைய வீக்கம் உள் தொண்டையில் ஏற்படுமானால் மூச்சுத் திணரல் ஏற்படும். மிக அரிதாக இத்தகைய வீக்கங்கள் பரம்பரை நோயாக வரும். அந்நிலையில் இந்நோய் குழந்தைப் பருவத்தில் ஆரம்பிக்கும். தோல்பரப்பில் தொண்டைக்குள்ளும் வீக்கம் ஏற்படும். இதனால் சில சமயங்களில் குழந்தைகள் மூச்சடைபட்டு இறக்க நேரிடும்.

ஒவ்வாமை அல்லாத காரணங்கள்

ஒவ்வாமை அல்லாத காரணங்களால் உண்டாகும் காணாக்கடி நோய் பௌதீகக் காணாக்கடி நோய் என்று அழைக்கப்படும். இந்நோயில் அதிக வெப்பம் அல்லது அதிகக் குளிர் காரணமாக உடலில் தினவுடன் கூடிய தடிப்புகள் உண்டாகும். சிலருக்கு வியர்வைப் பெருக்கு அதிகரிக்கும்போது, அதாவது அதிக

உழைப்பினாலோ அல்லது வெயிலினாலோ, உடலில் வியர்வை உண்டாகும்போது உடல் முற்றும் தினவுடன் தடிப்புகள் தோன்றும். மற்றொரு வகை பாதிப்பில் ஒரு முனை மங்கிய குச்சியைக் கொண்டு தோலின் மீது எழுத அவ்வண்ணமே புடைத்து, அந்த எழுத்துகளைப் படிக்க இயலும். இத்தகைய பாதிப்புடையவர்கள் மிகவும் குறுகிய காலத்திலேயே இத்தொல்லையினின்றும் விடுபடுவர்.

அறியப்படாத காரணங்கள்

பொதுவாக ஒவ்வாமை காரணமாகவோ, அல்லது ஒவ்வாமை அல்லாத காரணமாகவோ வரும் காணாக்கடி நோய் சில காலங்களில் மாறிவிடும். ஆனால் சிலரில் இந்நோய் பலகாலம் தொடரக்கூடும். இத்தகைய நாள்பட்ட நிலைக்குரிய காரணங்கள் அறியப்படாத நிலையில், இந்நோய் நீடிக்க மனக்கோளாறும் ஒரு காரணமாக இருக்கலாம் என்ற கருத்து நிலவுகிறது.

மருத்துவம்

நோய்வரும் காரணத்தை அறிந்து, அதை விலக்குவது இன்றியமையாததாகும். ஒவ்வாத உணவுப் பண்டங்கள், செய்கைகளைத் தவிர்த்தல், மலக்கிருமிகள், சொத்தைப்பல் இவற்றிற்கான சிகிச்சை அளித்தல் ஆகியவை நல்ல பலனை அளிக்கும்.

1. அறுகன் கட்டைக் குடிநீர் : அறுகன் கட்டை 10 கிராம், நல்ல மிளகு 1 கிராம் சேர்த்து குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கலாம்.
2. விடகாரி சூரணம்: மஞ்சிட்டி 20 கிராம், குக்கில் 30 கிராம், வேங்கைப்பட்டை, வசம்பு, மூங்கிலுப்பு, கோமூத்திர சிலாசத்து ஆகியவற்றில் வகைக்கு 10 கிராம், மர மஞ்சள் 5 கிராம் சேர்த்துப் பொடித்த சூரணத்தை 1 கிராம் கரைத்துத் தடிப்புகளில் தடவ, அவை மறையும்.
3. காவிக்கல் சூரணத்தை நீரில் கரைத்துத் தடிப்புகளில் தடவ, அவை மறையும்.
4. அறுகன் தைலத்தைத் தடவலாம்.

IV. தேமல்

மரு. எஸ். இராஜலட்சுமி

முன்னுரை

இது அழகுத் தேமல் என்றும் அழுக்குத் தேமல் என்றும் அழைக்கப்படும். இது மேல் தோலில் காணப்படும் பூஞ்சை நோய்களில் ஒன்று.

பூஞ்சை நோய்

பூஞ்சைகள் தாவரங்களைப் போன்றவை. ஆனால் தாவரங்களைப் போல் பச்சயம் இல்லாத காரணத்தால் சுயமாக உணவு தயாரிக்க இயலாது. எனவே அவை மற்ற உயிர்களின் உறுப்புகளில் தொற்றி வாழவேண்டியுள்ளது. இக்காரணத்தினால் மனிதர்களிலும், பிராணிகளிலும், செடிகளிலும் பூஞ்சை நோய்கள் காணப்படுகின்றன.

மனிதர்களைத் தொற்றும் பூஞ்சை நோய்களை இரண்டு வகையாகப் பிரிக்கலாம் :

1. மேல் தோல் பூஞ்சை நோய்
2. உள் உறுப்புப் பூஞ்சை நோய்

மேல் தோல் பூஞ்சை நோய்களில் இரண்டு வகை உண்டு. அவை :

1. தோலின் மேலும் முடியின் மேலும் படரும் பூஞ்சைகள். இவை தோலினுள்ளும் முடியினுள்ளும் புகுவதில்லை. மேலாக மட்டும் படருகின்றன.
2. தோலில் உள்ள கெரட்டின் என்னும் புரதத்தைப் பற்றி வளரும் பூஞ்சைகள். இவை மேல் தோல், முடிகள், நகங்கள் ஆகியவற்றில் காணப்படும்.

தேமல் என்பது தோலினுள் புகாமல் தோலின் மேல் படரும் முதல் வகைப் பூஞ்சை நோய்களில் ஒன்று. இது மாலசெஸ்ஸியா ஃபர்ஃபர் (Malassezia furfur) என்ற பூஞ்சையால் உண்டாக்கப்படுகின்றது.

நோய் நிலை

தலை, முகம், கழுத்து, மார்பின் முன்புறம் பின்புறம், தோள்பட்டை போன்ற இடங்களில் சிறிது நிறம் குறைந்தோ கூடியோ மெல்லிய செதில்களாகப் படர்ந்து காணப்படும். இதனால் தொல்லை ஏதும் இருப்பதில்லை. பொதுவாக ஆண்களே இதனால் பாதிக்கப்படுகின்றனர். இது சிலருக்கு வந்து வந்து போகும். நீரிழிவு வியாதி மற்றும் காசநோய் உள்ள சிலரிடம் இந்நோயையும் காணலாம்.

மருத்துவம்

1. அமிர்த வெண்ணெய், சிரட்டைத் தைலம் இரண்டும் கலந்த படைக் களிம்பு.
2. சீமை அகத்தி இலைச் சாறு.
3. ஊசித் தகரை இலை அல்லது வேரை, எலுமிச்சம்பழச் சாறு விட்டரைத்தப் பூச்சு.
4. தகரை விதையை இலைக்கள்ளிச் சாற்றில் ஊறவிட்டு, பசுநீர் விட்டரைத்தப் பூச்சு.
5. வங்க விரணக் களிம்பு.
6. புங்கன் தைலம்.
7. அறுகன் தைலம்.
8. சரக்கொன்றைப் பூவை எலுமிச்சம் பழச்சாறு விட்டரைத்தப் பூச்சு.
9. சந்தனக் கட்டையைப் பழச்சாறு விட்டரைத்தப் பூச்சு.
10. நறுவிலிக் கொட்டையைப் பொடித்து எண்ணெயில் குழைத்து, தேமலுக்குப் பூசலாம்.
11. நிலவாகைக் குடிநீருடன் காடி சேர்த்துப் பூசலாம்.
12. பீத ரோகிணி வேரைத் தேனில் ஊரவைத்துப் பூசலாம்.
13. மான் செவிக் கள்ளி இலையை அரைத்து, எண்ணெயில் காய்ச்சிப் பூசலாம்.
14. திப்பிலியைத் தூள் செய்து ஒரு மாதம் வரை தேனில் குழைத்துச் சாப்பிட தேமல் மாறும்.

V. படர்தாமரை

மரு. கோ. தியாகராஜன்

முன்னுரை

இது பூஞ்சைகளால் ஏற்படும் ஒரு தோல் வியாதி. இது சாதாரணமாக அதிகப்படியான மக்களிடத்தில் காணப்படுகிறது. இது பெரும்பாலும் ஈரப்பதம் நிறைந்த பாகங்களில் அதிகமாக வருகிறது.

நோய் வரும் வழி

1. சுத்தமாகத் தேய்த்துக் குளிக்காதவரிடம் இடுப்பு, தொடை இடுக்கு முதலிய இடங்களில் வெகுவாக உண்டாகிறது.
2. முகம் மழுப்பும் கத்தியால் பரவுதல்.
3. எவ்விதத்தில் பரவினாலும், தோலில் பூஞ்சைகளின் தாக்குதலால் ஏற்படுகின்றது.
4. அசுத்தமான ஆடைகளை அணிவதால் பரவுதல்.

இது தொற்றும் தன்மை உடையது. நம் நாட்டுப் பெண்களிடத்தில் பாவாடையை இறுக்கிக் கட்டும் பழக்கம் இருப்பதால் இது மிகுதியாக இடுப்பில் காணப்படுகிறது. மேலும் இது தலை, கன்னங்கள், அக்குள் மடிப்புகள், தொடை இடுக்கு, கை, கால்களிலும் வரலாம்.

குறிகுணங்கள்

1. அதிக நமைச்சல்.
2. நோய் கண்ட இடம் சிவப்பு அல்லது கறுமை நிறத்தில் இருக்கும்.
3. இவை ஒன்று அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட இடங்களில் பாதிப்பை உண்டாக்கி, தோலின் மற்ற இயல்பான பாகத்தைவிட நன்கு தெளிவுற்று நிற்கும்.
4. இவை பெரும்பாலும் வட்ட வடிவமாக, சிறிய அளவிலிருந்து உள்ளங்கை அளவு வரை இருக்கலாம்.

5. பாதிக்கப்பட்ட இடத்தில் வரம்பு கட்டி, எரிச்சல் உண்டாகி, சிறு கொப்புளங்கள் தோன்றலாம்.
6. சொறியச் செய்யும். சொறிந்தால் காந்தலுண்டாகும்.
7. சில படைகள் தடித்த பனைமரப் பட்டை போல் சுரசுரப்பாக இருக்கும்.
8. பாதிக்கப்பட்ட இடத்தின் ஓரங்களில் அதிகமான தாபிதத்தை உண்டாக்கி, வளைய வடிவத்தில் பரவும்.
9. சில நாட்கள் கழித்து, இதன் நடுப்பகுதி இயல்பு நிலையை அடைந்து, வளைய வடிவத்தில் பரவும்.
10. இக்குறிகுணங்கள் பாதிக்கப்பட்ட நபரைப் பொறுத்தும், நோய்க் கிருமியைப் பொறுத்தும் வேறுபடலாம்.

படர்தாமரையைக் காளாஞ்சகப்படை மற்றும் கரப்பானின் சில வகைகளிலிருந்து வேறுபடுத்தி, தக்க மருத்துவம் செய்ய வேண்டும். மருத்துவம் மேற்கொள்ளாமல் இருந்தால், இது தோலில் பிற பகுதிகளில் பாதிப்புகளை ஏற்படுத்தி, அபாய நிலைமைக்குக் கொண்டு விடும்.

மருத்துவம்

உள் மருந்துகள்

1.	பறங்கிப்பட்டை கியாழம்	-	60 மி.லி. தினமும் இரு வேளை
2.	பறங்கிப்பட்டை சூரணம்	-	1 கி. மூன்று வேளை பாலில்
3.	பறங்கிப்பட்டை பதங்கம்	-	அளவுப்படி
4.	பறங்கி இரசாயனம்	-	1 கி. 2 வேளை பாலில்
5.	கந்தக இரசாயனம்	-	1 கி. 2 வேளை பாலில்

வெளி மருந்துகள்

1. அமிர்த வெண்ணெய், மிருதார் சிங்கிக் களிம்பு, வங்கக் களிம்பு, அறுகன் எண்ணெய், சிரட்டைத் தைலம், புங்கந் தைலம் முதலியன தடவலாம்.
2. அமிர்த வெண்ணெய், சிரட்டைத் தைலம் இரண்டையும் கலந்து பூசலாம்.
3. வண்டு கொல்லிச் சாறு (சீமை அகத்தி) பூசலாம்.

4. தகரை இலை அல்லது வேரைப் பழச்சாறு காடி விட்டரைத்துப் பூசலாம்.
5. தகரை விதையை இலைக்கள்ளிச் சாற்றில் ஊறவிட்டெடுத்து, பசுநெய் விட்டரைத்துப் பூசலாம்.
6. மருந்துகளைப் பயன்படுத்துகையில் எரிச்சல் கண்டு சிவந்தால், அதற்கு மாற்றாகக் குங்கிலிய வெண்ணெய் போன்ற மருந்துகளைத் தடவலாம்.
7. படிகாரம் போன்ற துவர்ப்பிகளின் கலவை நீர், கிருமிநாசினி கலவை நீர்கள் முதலியவற்றைப் பயன்படுத்தலாம்.
8. துணிகளை வெந்நீரில் நனைத்து, வெயிலில் காய வைத்தல் வேண்டும்.
9. பழச்சாறு தடவியும், பின்னர் வெயிலில் நிற்கலாம்.
10. பாதிக்கப்பட்ட இடத்தில் ஈரப்பதம் இல்லாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

VI. படுக்கைப் புண்

மரு. கோ.தியாகராஜன்

முன்னுரை

படுக்கைப் புண்ணானது நெடுநாள் படுத்திருப்பதாலும், ஒரு குறிப்பிட்ட இடத்தில் குருதிக் குழலானது அழுத்தப்பட்டு உள்ளிடைத் திசுக்கள் பாதிக்கப்படும்போதும் ஏற்படுகிறது. சுகாதாரக் குறைவாலும் கவனக் குறைவாலும் இது அதிகமாகித் தொல்லை கொடுக்கும். நோயாளியைச் சுத்தமானப் படுக்கையில் வைத்திருந்து, படுக்கை நிலைகளை மாற்றிக் கொண்டிருந்தால் இது வராது.

குறிகுணங்கள்

பாதிக்கப்பட்ட இடங்கள் தாபிதமடைந்து, பின்னர் குறைந்த இரத்த ஓட்டத்தின் காரணமாக, அவை அழுகி இறந்து விடுகின்றன. படுக்கைப் புண் ஏற்படுவதில் பல நிலைகள் உள்ளன. முதல் நிலையில் சிவந்த நிறம் ஏற்பட்டு, சூடுண்டாகி, மேற்பகுதி உராய்ந்து விடுகின்றது. சில நிலைகளில், மேல் தோல்

மற்றும் அதன் கீழ் இருக்கின்றவை பாதிப்படைகின்றன. இப்புண்கள் மேலும் ஆழமாகச் சென்று, தோலை முழுமையாகப் பாதித்து, அதன் கீழ் இருக்கும் தசைகள், எலும்புகளைப் பாதிக்கலாம். இப்புண்களிடமிருந்து துர்நாற்றம் எழும். ஏனெனில் இவை அழுகிய தசைகள் நிறைந்ததாக இருக்கும். இதன் ஓரங்கள் அதிகமான நிறத்துடன், சிவந்து அல்லது கறுத்துக் காணப்படலாம்.

மருத்துவம்

1. நோய் காணும் முன் அழுத்தும் இடங்களில் சாராயத்தைப் பூசினால் தோல் கடினமாகிப் படுக்கைப் புண் வராமல் தடுக்கும்.
2. நோய் கண்டால் குக்கில் எண்ணெய், புங்கு நெய், சிவப்பு எண்ணெய், குக்கில் தைலம் போன்ற மருந்துகளைக் கொடுக்கலாம்.
3. அழுகலகற்றிச் செய்கையுடைய நீர்களைக் கொண்டு புண்களைக் கழுவுதல் வேண்டும்.
4. பாதிக்கப்பட்ட இடத்தை மிகவும் கவனமாக, மென்மையாகப் பஞ்சுகளைப் பயன்படுத்தி சுத்தம் செய்து, புண்ணாற்றி மருந்துகளை இடுதல் வேண்டும்.
5. கடுக்காய்க் கியாழமும் திரிபாலைக் கியாழமும் புண்களை விரைவில் ஆற்றும்.
6. ஒலிவ எண்ணெயும் தேனும் புறப்பூச்சுக்கு நல்லது.
7. நோயாளியை அடிக்கடி வேறு திசைகளில் மாற்றிப் படுக்கச் சொல்ல வேண்டும். அப்போது இரத்தச் சுற்றோட்டம் அதிகரித்து, புண் வராமல் தடுக்கப்படும்.

VII. சேற்றுப் புண்

மரு. கோ. தியாகராஜன்

முன்னுரை

இது முப்பது முதல் நாற்பது சதவீத மக்களைப் பாதிக்கின்றது. தண்ணீரில் அதிகம் படுதல், ஈரத்தரை, சகதி முதலிய அழுக்கான இடங்களில் நடமாடுதல் ஆகியவற்றால், அவற்றிலுள்ள கிருமிகள், அதாவது பூஞ்சை வகையைச் சேர்ந்த கிருமிகள் தோலில் புகுந்து சேற்றுப் புண்ணை விளைவிக்கின்றன. பெரும்பாலும் பெண்கள் அதிகமாகப் பாதிக்கப்படுகின்றனர். கால் விரல்கள் மிகவும் நெருக்கமாக இருப்பவர்களுக்கு இது அடிக்கடி உண்டாகி, தீர்வது கடினமாய் இருக்கும்.

குறிகுணங்கள்

இவ்வகையான பூஞ்சைகள் தோலின் மேற்பகுதியை பாதிக்கின்றன. தோலின் உள்ளிருக்கும் ஆழமான நிலைகள் பாதிக்கப்படுவதில்லை இவை உயிருக்கு ஆபத்து விளைவிப்பதில்லை என்றாலும், இதனால் ஏற்படக்கூடிய நமைச்சல், தோலில் மாற்றங்களைச் செய்து வருத்தத்தை ஏற்படுத்துவதும் உண்டு. இது பெரும்பாலும் 3, 4 ஆவது விரல் இடுக்குகளில் ஆரம்பித்து, பின்னர் உள்ளங்காலிலும் பரவலாம்; சிலருக்கு விரல் இடுக்குகளிலும் நகத்திற்குப் பக்கத்திலும் உண்டாகிறது. நகம் சொத்தைப் பிடித்து, விளிம்பில் சீழ் கோர்த்துக் காணும். மேல் தோல் அதிக அளவில் தடிப்புற்றுக் காணலாம்.

மருத்துவம்

1. தண்ணீரில் அதிகம் பழகுதல் கூடாது.
2. குளித்து முடித்தவுடன் ஈரமில்லாமல் நன்கு துடைக்க வேண்டும்.
3. மஞ்சள் அரைத்துப் பூசலாம்.
4. மேற்பூச்சாக இலுப்பை நெய், குக்கில் வெண்ணெய், மிருதார்சிங்கிக் களிம்பு, அறுகன் தைலம் ஆகியவற்றைப் போடலாம்.
5. இரவில் கடுக்காய், மஞ்சள் சேர்த்து அரைத்துப் பூசி, காலையில் கழுவி விடலாம்.
6. மருதோன்றி இலையையும் அரைத்துப் பூசலாம்.

7. காய்ச்சுக் கட்டியை நீரில் ஊற வைத்து, கரைத்துப் பூசலாம்.
8. நகத்தில் காணும் புண்ணுக்கு இலுப்பை விதையைக் கரிசாலைச் சாறு, துளசிச் சாறு ஆகியவைகளை விட்டு அரைத்துப் பூசலாம்.
9. பறங்கிச் சக்கையாலான மருந்துகள், சங்கு பற்பம் போன்றவற்றை உள்ளுக்குக் கொடுக்கலாம்.

VIII. தழும்பு

மரு. எஸ். இராஜலட்சுமி

முன்னுரை

உடலின் ஓரிடத்தில், தோலின் தொடர்பானது துண்டிக்கப்படுமானால் அது புண் எனப்படும். அப் புண் குணமாவதற்கு அவ்விடத்தில் நார் இழைத் திசுக்கள் அதிகமாக உண்டாகிச் சீரமைக்கின்றன. அவ்விடமானது இயற்கையான தோலைவிட சற்று மாறுபட்டு அமைந்திருக்கும். அதனையே தழும்புகள் என வழங்குவர்.

நோய்க் காரணம்

அக்கி, அம்மை, கொறுக்குப்புண், குட்டம், பூஞ்சான்களினாலும், புற்றுக் கட்டிகள் போன்றவற்றினாலும், விபத்துகளினால் ஏற்படும் புண்களினாலும் தழும்புகள் ஏற்படுகின்றன.

தழும்பின் வடிவங்கள்

1. கூரிய கத்தி, அரிவாள் புண்	-	நீளமான தழும்பு
2. குண்டடிப்பட்டப் புண்	-	வட்டமான தழும்பு
3. குத்துப்பட்டப் புண்	-	தடித்த தழும்பு
4. தீப்பட்டப் புண், வெந்நீர்ப் புண்	-	ஒழுங்கற்ற தழும்பு
5. கிரந்தி நோய்ப் புண்	-	இன உறுப்புகளில் சிறிய தாள் போன்றமென்மையான திசுவில்

		தோன்றும் பிரிவுகளை ஒத்திருக்கும்
6. அறுவை மருத்துவப் புண்	-	நீளமானதும், ஒழுங்கானதுமாய் இருக்கும்
7. அம்மை நோய்த் தடுப்பு மருத்துவப் புண்	-	வட்டமாகவோ, முட்டை வடிவிலோ, ஒன்று முதல் மூன்று எண்ணிக்கையுடன் புயத்தில் காணும்
8. குட்ட நோய்ப் புண்	-	சுருக்கங்களுடன் கூடிய, நிறமற்ற தழும்பு

புறத் தோலில் ஏற்படும் பாதிப்புகளில் பெரும்பாலும் தழும்புகள் ஏற்படுவதில்லை.

மருத்துவம்

1. தோல் பாதிப்பின் அளவு, வடிவம், நிறம், ஆழம் போன்றவற்றைப் பொறுத்தே தழும்புகள் அமைகின்றன.
2. வேப்பம்பட்டைக் கியாழத்தைக் கலக்கி அதில் வரும் நுரையைத் தடவி வரலாம்.
3. யானைத் தந்தத்தை நீரில் ஊறவைத்து, சந்தனக்கல்லில் நீர் விட்டரைத்து உலர்த்திக் கொண்டு, இத்துடன் சிவப்புக் காவிக்கல், கஸ்தூரி மஞ்சள் சம எடை கூட்டி, தேன் விட்டரைத்து, நெருப்புச் சுட்டத் தழும்புகட்குப் போட்டுவர, நாளடைவில் மாறும்.
4. வேப்பிலையை மோரில் அல்லது கழுநீரில் அரைத்துப் பூசி வரலாம்.
5. 350 கிராம் வேங்கை மரக்கட்டையை 500 மி.லி. குடிநீரிட்டு, அதில் 150 கிராம் கார்போக அரிசியைப் போட்டுக் கியாழம் உலரும் வரை வெயிலில் வைத்து எடுத்தபின், முன் அளவுப்படி செய்த கறுங்காலிக் கட்டைக் கியாழத்தில் ஊறப்போட்டெடுத்து, உலர்த்திச் சூரணித்துக் கொண்டு அதில் 5-10 நெல் அளவு வீதம் பாலுடன் நாளொன்றுக்கு இரு வேளை கொடுக்கலாம்.

பத்தியமாகப் புளி, காரம் நீக்கி, பால், நெய் சேர்த்துக் கொள்ளவேண்டும்.

IX. காளாஞ்சகப்படை

மரு.ஜ. ரா. கிருஷ்ணமூர்த்தி

முன்னுரை

வெண்பருச் செதில், செதில் உதிர்நோய், காளாயகஞ்ச வாதம், காளாஞ்சக வாதம், கிடீபகுட்டம் (பன்றித் தோல் பெருநோய்), கஜசர்ம குட்டம் (யானைத் தோல் பெருநோய்) என்பன இதன் வேறு பெயர்கள்.

வளி நோய் எண்பது வகைகளில் ஒன்றாக இந்நோய் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. காளாஞ்சக வாதம் எனப்படுவது வளிநோயின் உட்பிரிவில் அடங்கும். ஆயுர்வேத நூல்களில் கூறப்படும் களாயம், கீல் அல்லது மூட்டு என்பதைக் குறிக்கும் சொல். கஞ்சம் என்பது ஊனம். அதாவது ஊனமுற்ற, செயல்திறன் குறைவான நிலையைக் குறிக்கும். களாயம் கஞ்சமானது, மூட்டுச் செயல்திறன் இழந்தது என விளக்கப்படுகிறது. இவ்வகையில் காளாஞ்சக வாதத்திற்கும் தோல்படைக்கும் தொடர்புடையதாக ஜீவ ரக்ஷாமிர்தம் எனும் நூலில் கூறப்படவில்லை. ஆயினும் சித்த மருத்துவ நூலில் காளாஞ்சக வாதத்தைக் குறிக்கும் பாடல் இவ்வாறு கூறுகிறது :

வாதமாங் கால் கையிற் குரங்கிரண்டும் வகுத்து சந்து
முறுக்கியே உடைந்து நொந்து
நாதமா நடைதானுந் தான்கொ டாம
னலிந்துமே முடமாகிக் கரடுகட்டிச்
சேதமாஞ் சடந்தானு மிகவெளுத்துத்
தினவொடு சிரங்கு மாய்ச் சிலேட்டும மாகிக்
காதமா யருசியொடு மயக்க மாகுங்
கருதியகா ளாஞ்சகமாம் வாத மாமே

மூட்டுகள் முடங்குவதாலும் தினவு சிரங்கு ஏற்படுவதாலும் காளாஞ்சக வாதம் எனும் பெயரில் சோரியாஸிஸ் (Psoriasis) எனும் இந்நோய் அறியப்படுகிறது. தோல் நோய்களில் முதன்மையாகக் கருதப்படும் குட்ட நோய்கள் பதினெண் வகைகளில் ஒன்றான கிடீப குட்டத்துடன் சோரியாஸிஸ் ஒப்பு நோக்கப்பட்டு, கிடீப குட்டமே சோரியாஸிஸ் என ஆயுர்வேத வல்லுநர்கள் கூறுகிறார்கள். குட்டம் எனும்

சொல் பல தோற்பிணிகளைக் கூட்டாகக் குறிக்கும் பொதுப்பெயர். யூகி சிந்தாமணி நூலிலும் பதினெண் வகை பெருநோய்கள் (குட்ட நோய்கள்) கூறப்படுகின்றன. கஜசர்ம குட்டம் (யானைத் தோல் பெருநோய்) ஏக சர்ம குட்டம் என்பன சோரியாஸிஸ் நோய்க்குப் பொருந்தியுள்ளன. பன்றித் தோல் பெருநோயின் (கிடிப குட்டம்) குறிகளை ஆயுர்வேத நூலில் முன்னர் கூறியபடியே யூகியும் கூறியிருக்கிறார். தோல் தடித்தல், தினவெடுத்தல், சொறி என்பன முக்கியமான குறிகளாகும். மற்ற குறிகள் பொருத்தமானவை அல்ல. கிடிபம் பற்றி மற்றுமோர் விளக்கம்: 'கிடிபம்' என்ற சொல் மரங்களைக் கொத்தி காயப்படுத்தும் பறவையைக் குறிக்கும். பறவையால் கொத்தப்பட்ட மரத்தின் புறத்தோல் போன்று இவ்வகைக் குட்டம் தோன்றுவதால் கிடிப குட்டம் என வழங்கப்படுகிறது. எவ்வாறாயினும் இப்பெயர்களைக் கொண்ட பெருநோய் வகைகள் சோரியாஸிஸ் நோயின் குறிகுணங்களை முழுமையாக வெளிப்படுத்தவில்லை. ஆகவே தொடக்கத்தில் வளித் தாதுவும் இறுதியில் ஐயத் தாதுவும் கேடடைவதனால் இந்நோய் வெளிப்படுகிறது என்று கொள்ளலாம். வழக்கிற்கு ஒப்ப நாமும் இந்நோயைக் 'காளாஞ்சகப்படை' என்றே அழைப்போம்.

நோய் முற்குறி

எவ்விதமான முற்குறிகளும் தோன்றுவதில்லை. ஆயினும் திரும்பத் திரும்ப தாக்கக்கூடிய இயல்புள்ள இந்நோயில் முற்குறியாக சிறு சிறு புள்ளிகள் தோன்றி, அவை பின்னர் விரிவடைந்து பெருகும். முதன்முறை தாக்கத்திற்கு உரிய வயதோ, வேறு காரணங்களோ இதுவரை அறியப்படவில்லை.

நோய் வரும் வழி

மரபு சார் நோயாக இந்நோய் கூறப்படுகிறது. தன்வினை, பழவினை, தந்தை-தாய் வழி என மருத்துவ நூல்களில் நோய் வரும் வழி பற்றிக் கூறப்படுகிறது. நவீன மருத்துவமும் இதை உறுதி செய்துள்ளது. சோரியாஸிஸ் நோயின் குறிகுணங்களை ஒத்த காளாஞ்சக வாதமும் குட்ட நோய்களில் கூறப்படும் யானைத் தோல் பெருநோயின் குணங்களும் ஒத்தவையாக உள்ளமையால் வளி, ஐயக் குட்டம் என்று குற்ற அளவாகவும், நோயின் குறி அளவாகவும் கூறப்படுகின்றன. மேலும் இன்று அறியப்பட்டுள்ள நிலையில் காளாஞ்சகப்படை தோற்றத்தின் அளவாகவும் வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது.

நோயின் இயல்பு

புறத்தோலை மட்டுமே தாக்கக்கூடிய இயல்புடையது. புறக்காரணங்களாலும், அகக்காரணங்களாலும் மிகுந்தும் தணிந்தும் மாறி மாறி ஏற்படும் சுழற்சித் தோற்றம் உடையது. உலக மக்கள் தொகையில் இரண்டு முதல் மூன்று விழுக்காடு வரை பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் இந்நோய் இன, சமுதாய, கலாச்சார வேறுபாடின்றி அனைத்து மக்களையும் பாதிக்கும் தன்மை உடையது. முன்னேறிய நாடுகளிலும்கூட, இதே அளவுக்குக் காளாஞ்சகப்படையின் தாக்கம் உள்ளதெனப் புள்ளி விவரங்கள் கூறுகின்றன.

இந்திய மக்கட் தொகையில் ஏறக்குறைய ஒன்று முதல் ஐந்து கோடி மக்கள் பாதிக்கப்பட்டுள்ளதாக மருத்துவச் செய்திகள் கூறுகின்றன. பெண்களைவிட ஆண்களே அதிகம் பாதிப்படைகின்றனர். பொதுவாக 20 முதல் 40 வயது வரை உள்ள காலகட்டத்தில் காளாஞ்சகப்படை தோன்றும் இயல்புடையது. சிறு குழந்தைகளுக்கும் முதியோர்களுக்கும்கூட இதனால் பாதிப்பு ஏற்படுவதுண்டு. ஒரே குடும்பத்தில் உள்ளவர்களுக்குக் காளாஞ்சகப்படை ஏற்படுவதை நோக்கும்போது 'வம்சாவழித் தோற்றமே' இதன் அடிப்படைக் காரணம் என்று அறியலாம். மரபுசார் நோயாக இது சுற்றுச்சூழல் பாதிப்பினாலும், வளி முதலாகிய தாது மாறுபாடுகளினாலும், அடிபடுதல், வேதியியல் சார்ந்த தொழில் மற்றும் ஒவ்வாமைத் தாக்கம், அறுவை சிகிச்சையின் பின்விளைவு, பூச்சி மற்றும் இதர பிராணிகளால் ஏற்படும் காயங்கள், தீப்புண்கள், மருந்து ஒவ்வாமை, அக்கி, வெண்படை போன்ற காரணங்களால் உறங்கிக் கிடந்த இந்நோய் தட்டி எழுப்பப்பட்டு, பொங்கிப் பரவுகிறது. குறிப்பாகக் கால மாறுபாடுகளாலும் மிகுநிலை ஏற்படும். குளிர் காலத்தில் தோல் வறட்சி ஏற்படும். ஆதலால் தோல் வெடிப்புற்று இந்நோய் மிகுதியாகி, தேகம் எங்கும் பரவும். காற்றில் உள்ள ஈரப்பதம் இந்நோயைத் தணிக்கும். அதிக வெயில் சிலருக்கு இந்நோயைப் பெருக்கும். இளவெயில் நன்மை பயக்கும். கர்ப்ப காலத்தில் நோய் தணிந்தாலும், பேறுக்குப் பின் மிகுநிலை அடையும்.

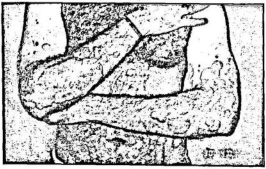
நாடி நடை

வளித் தாதுவும் அதனைத் தொடர்ந்து ஐயத் தாதுவும் தன்னிலை கெட்டு, குறிப்பாகத் தோலுக்குரிய உதானன், தேவதத்தன் என்னும் வாயுக்கள் தோலில் பெரும் மாற்றங்களைத் தோற்றுவிக்கின்றன. இதன் விளைவாக ஏழு உடற் கட்டுகளில், முதற் கட்டமாக மெய் கெட்டுப் பின்னர் மற்ற உடற்கட்டுகளும் கேடடையும். ஆயினும் மெய் நீங்கலாக ஏனைய உடற்கட்டுகள் குறைந்த அளவே

கேடடைவதால் இந்நோய் தீவிர நிலைக்கு ஆட்படுவதில்லை. நோய் மிகு நிலையில் கீழ்நோக்குக் காலும் (அபானன்), பரவுகாலும் (வியானன்) கேடடையும். ஆகவே நாடி நடையை வளி-ஐயம் எனக் கூறுவது சிறப்பு.

நோயின் குறிகுணங்கள்

தோல் சிவந்து தேகமெங்கும் படைபோல் பரவுதல், தடித்தல், இதனை அடுத்துத் தோல் உரிதல், கனத்தல், தினவெடுத்தல், திடீர் என உடல் வெப்பம் குறைவது போல நடுக்கம் எனும் குறிகள் ஏற்படும். சில நேரம் காய்ச்சல் கண்டு நோயுற்றப் பகுதியில், குறிப்பாகப் பாதங்களின் மூட்டுப் பகுதிகள், மற்றும் தோள்கள், கைகளின் புறப்பக்கம் ஆகிய இடங்களில் வீக்கம் உண்டாதல், உறக்கம் கெடல், மன உளைச்சல், அயர்வு, உணவில் விருப்பமின்மை, நோய் முற்றிய நிலையில் வெறுப்பு, தற்கொலை முயற்சி, தனிமையை விரும்புதல் போன்ற உளத் தொடர்பான நிகழ்வுகளும் ஏற்படும். மிகுவதும் குறைவதுமான இயல்புடைய இந்நோய் ஏறக்குறைய 12 வாரங்கள் தீவிர நிலைப்பட்டுப் பின்னர் படிப்படியாகத் தன்னிலைக்கு வரும்.



நோயின் வகை

பலவாறாகப் பகுத்து அறியப்பட்டுள்ள இந்நோய் உடலில் தோன்றும் இடத்திற்கும் இயல்பிற்கும் ஏற்றவாறு பெயர் பெற்றுள்ளதால் அவற்றின் சிறப்பான குறி குணங்களைக் கூறுவது அவசியம் ஆகும்.

வட்டக் காளாஞ்சகப்படை

இது வட்டக் காசு வடிவமாகவும், சிவந்து ஓரங்களில் தடித்தும், ஒவ்வொன்றும் தனித்தனியாகவும் காணப்படும். பெரும்பாலும் இவ்வகைக் காளாஞ்சகப்படை தோள், கால்கள் ஆகியவற்றின் வெளிப்புறத்தும் குறிப்பாக முழங்கால், முழங்கை முட்டிகளிலும் காணப்படும். உடலின் இரு மருங்கிலும் ஒன்றுபோல் அமைந்திருக்கும் தனிச் சிறப்பு இந்நோய்க்கு உண்டு என்பதால் நோய் நாடுவது எளிதாகும்.

பொட்டுக் காளாஞ்சகப்படை

இவை பெரும்பாலும் உடம்புப் பகுதியில் ஒரே சீராகப் புள்ளிகள் போன்றும், சிவந்தும் தோன்றினாலும் வட்டக் காளாஞ்சகம் போலன்றி, முகம், கை, கால்கள், தலைப்பகுதிகளில் அரிதாகத் தோன்றும்.

மடிப்புப் பகுதிகளில் தோன்றும் காளாஞ்சகப்படை

முதியோர்க்கு இவ்வகைப் படை கை, கால் மடிப்புகள், அக்குள், மார்பு மற்றும் அரை இடுக்குகளில் தோன்றும். மடிப்புகள் ஒன்றோடொன்று உராய்வதால் செதில்கள் குறைவாகவே இருக்கும். தோலும் வழவழப்பாகச் சிவந்து காணும். இவ்வகைப் படை பெண்களின் மார்பு அடிப்பகுதிகளிலும், தொடை இடுக்குகளிலும் காணப்படும்.

வளையம் போன்ற காளாஞ்சகப்படை

வளையம் போன்ற தோற்றத்துடன் வெளி வட்டத்தில் தடிப்பாகவும் உட்புறம் தடிப்பின்றியும் காணப்படும்.

கட்டுப்படாமல் விரிவடையும் காளாஞ்சகப்படை

இது உடலெங்கும் பரவிச் சிவந்து, செதில் மிகுந்து, பெரும் துயரைக் கொடுக்கும். உடல் வன்மையைக் குறைத்து, வெளுப்பு நோயை (பாண்டு) உண்டாக்கும். ஏழு உடற்கட்டுகளில் ஒன்றான எலும்புச் சத்து குறைவதன் காரணமாக வெளிப்பூச்சு மருந்துகள் எரிச்சலையும், வெப்பத்தையும் உண்டாக்கும். நீர் அருகி, பிருக்கங்கள் பழுதடையும். இதயத்தின் செயல்திறன் குறைந்து வாழ்வின் இறுதிக்குக் கொண்டு செல்லும். இவ்வகைப் படை மிகுந்த

அபாயமானது. தக்க மருத்துவம் செய்வதனால் வாதம் தன்னிலை அடையும். உடற்கட்டுகளும் இயல்பு நிலைக்குத் திரும்பும்.

சீழுடன் கூடிய காளாஞ்சகப்படை

சிறு சிறு, பால் நிறைப் புள்ளிகளாகத் தோன்றுவதைச் சீழ் வகை காளாஞ்சகப்படை என்று கூறுவர். வன்மை மிக்க புறப்பூச்சு மருந்துகளாலும், வேறு நோய்களின் தொடர்த் தாக்குதலாலும், எலும்புச் சத்துக் குறைவதனாலும் சிலருக்குக் கர்ப்ப காலத்திலும் இவ்வகைப் படை வேகமாய்த் தோன்றி, உடலெங்கும் சிறு சிறு கொப்புளங்களை உண்டாக்கும். செதில்கள் பரவும். குளிர் காய்ச்சல், மூட்டு வலி, உடற் சோர்வு என்பன ஏற்பட்டு வேதனை மிகும். இரண்டு மூன்று நாட்களில் சீழ்க் கொப்புளங்கள் பக்கு கட்டி உதிரும். வாயின் உட்புறத்திலும் தாக்குதல்கள் ஏற்படலாம். சுவாச உறுப்புகளில் தோன்றும் கிருமி நோய்களாலும், சீழ் வகைப் படை தூண்டப்பட்டுப் பெருகும். இந்த வகையும் அபாயகரமானது.

நகங்களைத் தாக்கும் காளாஞ்சகப்படை

நகங்களில் புள்ளி விழுதல், பிளத்தல் போன்ற குறிகள் தோன்றும். மூட்டுகளிலும் இதே நேரத்தில் பாதிப்புகள் ஏற்படும்.

மூட்டுகளைத் தாக்கும் காளாஞ்சகப்படை

இடுப்பு மற்றும் முழங்கை, முழங்கால், கை, கால் கணுக்கள், விரல்கள் என எல்லா மூட்டுகளிலும் தாக்கம் ஏற்பட்டு வலியை உண்டாக்கி, இயக்கத்தையும் கட்டுப்படுத்தும். நீண்ட நாள் துயரத்தை அளித்தாலும் தக்க மருத்துவம் செய்து நோயைக் கட்டுப்படுத்தலாம். சந்துவாத சூலை (Rheumatoid Arthritis) நோய்க்கும், இத்துன்பத்திற்கும் தொடர்பில்லை.

சில பொதுவானத் தோற்றங்கள்

காதுத் துளைகள், தலை, நெற்றியின் மேற்புறம், மண்டைப் பகுதிகள் ஆகிய இடங்களில் இப்படை பரவும். செதில்கள் தடிப்புடன் இடம் பெயறாமல் அடை போல் ஒட்டிக் கொள்ளும். தலைமுடி வன்மை இழந்து உதிரும். வெடிப்புகள் மிகுந்த வேதனை அளிக்கும். இடுப்பு, பிட்டம் ஆகிய பகுதிகளில் பரவி, யானைத் தோல் குட்டம் போன்று தோற்றம் அளிக்கும். நாட்கள் பலவாயினும், இவை தமது

அடையாளங்களைப் பதித்து, நோயைப் பிறருக்கு அறிமுகப்படுத்தும். உள்ளங்கை, உள்ளங்கால்களில் உண்டாகும் காளாஞ்சகப் படைகளில் செதில் உதிர்வது குறைவாக இருப்பினும் வறட்சி, வெடிப்பு, வேதனை ஆகியவற்றை உண்டாக்கிக் குருதி நீர் வடிதலை ஏற்படுத்தும்.

மருத்துவம்

வளி நோய்களுக்குரிய மருந்துகள், மற்றும் குறி குணங்களைக் கண்டறிந்து அவற்றிற்கேற்ற மருந்துகள், புறப் பூச்சு, அக மருந்துகள், துணை மருந்துகள், உணவு, பத்தியம், வாழ்க்கை முறை, உளப் பயிற்சி என்பனவற்றை இங்கு நோய் தீர்க்கும் வழி முறைகளாகக் கொள்ள வேண்டும்.

வளியும், ஐயமும் கேடடைவதால் தோன்றும் இந்நோய்க்கு மேற்கூறிய தாதுக்களைத் தன்னிலைப் படுத்தும் மருந்துகளைக் கொடுக்க வேண்டும். கீல்களில் பாதிப்பு ஏற்படும்பொழுதும், வளி நோய்க்குரிய மருந்துகளைக் கொடுக்க வேண்டும். மிகுவதும் தணிவதுமான இரு நிலைகளைக் கொண்ட இந்நோய் முன்கூட்டியே அறியப்பட இயலாத ஒரு வினோத நோயாகும். இந்நாள்வரை உலகெங்கிலும் உள்ள மருத்துவ முறைகளில் இந்நோயை அறவே நீக்கக் கூடிய மருத்துவம் இன்னும் அறியப்படவில்லை என்பதுதான் உண்மை. இந்நோயின் இயல்புகளான கிருமிகள் தாக்கமின்மை, தணிவதும் மிகுவதுமான விசித்திரப் போக்கு, உளத் தாக்கம் என்பவற்றைக் கருத்தில் கொண்டு மருத்துவம் செய்வது, மருத்துவரின் கடமையும் பொறுப்புமாகும்.

புறப் பூச்சு மருந்துகள்

எள் நெய் கூட்டிக் கீழே குறிப்பிட்ட பொடிகளைப் (சூரணம்), புண்களின் மீது ஓரிருமுறை தினமும் தடவவும்.

1. ஆயில் பட்டை, பூவரசன் பட்டை, புங்கன் பட்டை, துவரை வேர்ப் பட்டை, கொல்லன் கோவை கிழங்குப் பொடி, வெள்ளருகு, சிறு செருப்படை, கொடிவேரி, சீரகம், ஓமம், கார்போக அரிசி, நீரடிமுத்து, திப்பிலி, லவங்கம், வாலுளுவை, சங்கன் பட்டை, அமுக்கரா முதலியவற்றின் பொடி.

2. கார்போகி, நீரடிமுத்து, சிற்றாமணக்கு கலந்த எண்ணெயை முன் பூசி, பின் குளிக்கவும்.

3. சித்திர மூலம் (கொடிவேரி), வெட்பாலைப் பட்டை, அவுரி வேர்ப் பட்டை, சிவனார் வேம்பு வேர், புங்கன் பால், ஆகியவற்றைச் சேர்த்துக் காய்ச்சிய எண்ணெயை முன் கூறியது போல முன் பூசி, பின் குளிக்கவும்.

4. முக்கூட்டு எண்ணெய் : நல்லெண்ணெய் ஒரு பங்கு, சூரிய காந்தி எண்ணெய் ஒரு பங்கு சம அளவாகக் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும். குளிர் காலத்தில் இதே அளவில் மீன் எண்ணெய் சேர்த்துத் தடவவும். இவ்வாறு தடவுவதினால் உதிரும் நிலையில் உள்ள செதில்களும், தோல் கழிவுகளும் மிருதுவாக்கப்பட்டு குளியலின் போது தோலிலிருந்து விடுபடும். மேலும் தோலுக்குரிய ஊட்டச்சத்தான 'லினோலிக்' அமிலம் (Linoleic Acid) நல்லெண்ணெயிலும் சூரிய காந்தி எண்ணெயிலும் மிகுந்துள்ளன. மீன் எண்ணெயில் தோலைப் பாதுகாக்கும் ஊட்டச்சத்தான விட்டமின் எ, விட்டமின் டி உள்ளதால் தோல் பாதிப்புகள் விரைவில் நீங்கும். குளிப்பதற்குக் கடலை மாவு, சீயக்காய்ப் பொடி சிறந்தது.

உள் மருந்துகள்

1. சிவனார் வேம்பு குழித்தைலம் ஒன்று முதல் இரண்டு துளிகள் அரிசி மாவுடன் சேர்த்து, தினம் இருவேளை ஆகாரத்திற்கு முன் உட்கொள்ளவும்.

2. சேங்கொட்டை நெய்யை ஒரு காசு எடை சர்க்கரையுடன் சேர்த்து, ஆகாரத்திற்குப் பின் இருவேளை உட்கொள்ளவும்.

மாத்திரைகள்

தாளகம், கந்தகம், இரசம், செப்புச் செந்தூரம், வெள் வங்க பற்பம், ஆயில் பட்டை, வாலுளுவை, கறுஞ்சீரகம், கார்போகரிசி, நீரடிமுத்து, சிவனார் வேம்பு குழித்தைலம், ஆடு தீண்டாப் பாளை, புங்கன் பால் ஆகியவை சேர்ந்த மாத்திரையைக் காலை, மாலை இரு வேளை, ஒவ்வொரு மாத்திரை, தேனில் குழைத்து அருந்தவும். பறங்கிப் பட்டை, அமுக்கரா, இருநெல்லி கற்பம் சேர்ந்த மாத்திரையைக் காலை, பகல், இரவு ஆகாரத்திற்குப் பிறகு, ஒரு மாத்திரை சாப்பிட வேண்டும்.

பற்ப செந்தூரங்கள்

1. செம்புப் பற்பம், செம்புச் செந்தூரம்

2. இரசப் பற்பம், இரசச் செந்தூரம், இரசச் சுண்ணம்

3. வெள்ளீய பற்ப செந்தூரங்கள், காரீய பற்ப செந்தூரங்கள்

மெழுகு

1. இரசகந்தி மெழுகு

2. சேங்கொட்டை மெழுகு (இடி வல்லாதி)

3. நந்தி மெழுகு

வெட்பாலைத் தைலம்

வெட்பாலை இலையைக் கொண்டு தயாரிக்கப்பட்ட இம்மருந்து '777 ஆயில்' என்ற பெயருடன் மத்திய ஆயுர்வேத மற்றும் சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சிக் கழகத்தால் காப்புரிமை செய்யப்பட்ட ஒரே சித்த மருந்து என்ற பெருமையைப் பெற்றுள்ளது.*

குளித்து சிறிது உலர்ந்த பின் வெட்பாலைத் தைலத்தை உடலெங்கும் பரவியுள்ள படைகள் மீது சிறிது சிறிதாகத் தடவவேண்டும். பின்னர்க் காலைக் கதிரவன் ஒளி படும்படி பத்து நிமிடங்கள் நிற்க வேண்டும். தோல் வறட்சியின் காரணமாக வெட்பாலைத் தைலம் தோலில் உறிஞ்சப்படுவதால், பணியில் ஈடுபடத் தடங்கல் ஏதும் இராது. மீண்டும் இரவு ஒருமுறை தடவ வேண்டும். பிணி நீங்கி

---

* இந்த எண்ணெயின் தயாரிப்பு முறையை முதன்முதலாக ஆய்வு செய்து அறிமுகப்படுத்திய பெருமை மரு. ஜ.ரா.கிருஷ்ணமூர்த்தி அவர்களைச் சாரும் என மத்திய ஆயுர்வேத மற்றும் சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி நிலையத்தின் இயக்குநர் டாக்டர் வி.என். பாண்டே அவர்கள் 1987 ஆம் ஆண்டு, கழகம் வெளியிட்ட தனிவரைவு நூலில் (Monograph), தமது அணிந்துரையில் வியந்து பாராட்டியுள்ளார். சென்னை மத்திய சித்த மருத்துவ ஆய்வு நிலையம் மற்றும் ஆயுர்வேத மற்றும் சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி கழகம் ஆகியவற்றின் இயக்குநர் டாக்டர் ஜி. வேலுச்சாமி அவர்களும் பாராட்டி நன்றி தெரிவித்துள்ளார்.

தேகம் தன்னிலை அடையும் வரை தொடர்ந்து தடவி வரவும். பின்விளைவுகள் ஏதும் இல்லை.

அக மருந்தாக வெட்பாலைத் தைலத்தைப் பயன்படுத்தும்பொழுது நோய்த் தாக்கத்தின் வீரியம் குறைந்து, புண்கள் விரைவில் ஆறும். ஆய்வுகள் இதை உறுதி செய்கின்றன. மேலும் நீரிழிவு நோய், இரத்த அழுத்த நோய் முதலியவற்றைத் தீர்க்கும் மருந்துகளால் ஏற்படும் ஒவ்வாமை பாதிப்புகளையும் நீக்க வல்லது என ஆய்வுகள் கூறுகின்றன. தொடர் நோயாக வரும் கிருமிகளின் தாக்கத்திற்கும் இந்த எண்ணெய் பயனுள்ளது எனவும், கிருமிகள் அழிக்கப்படுகின்றன எனவும் ஆய்வுகளின் வாயிலாக அறிகிறோம்.

உட்கொள்ளும் அளவு: ஐந்து மில்லி அளவுள்ள வெட்பாலைத் தைலத்தை 50 மில்லி சூடான பாலுடன் சேர்த்து வெறும் வயிற்றில் காலை, மாலை இருவேளை உட்கொள்ளவும்.

கற்ப மருந்துகள்

1. பொன்னாங்கண்ணி, சோற்றுப்பு, மிளகு - கலவை.
2. வேம்பின் துளிர், ஓமம், உப்பு - கலவை
3. கற்றாழைச் சாறு, மணத்தக்காளிச் சாறு, கோரை, அமுக்கராக் கிழங்கு - கலவை.
4. அழிஞ்சில், கீழாநெல்லி, சீரகம், சீந்தில், புளியாரை, நொச்சி, மூக்கிரட்டை, குப்பைமேனி, தூதுவளை, தேற்றாங்கொட்டை - கலவை.
5. அய சம்பீர கற்பம்
6. பூர்ண சந்திரோதயம்.

நாங்குநேரி எண்ணெய்

அகத்தியர் பரிபூரணம் 400 என்ற நூலில் இந்த எண்ணெய் பற்றிய குறிப்பு உள்ளது. திருநெல்வேலி மாவட்டத்தில் உள்ள நாங்குநேரியில் ஆனந்த சரவணர் என்ற வைணவத் தலம் உள்ளது. இத் தலத்தில் உள்ள திருக்கிணற்றில் இறைவனுக்குச் செய்யப்படும் அபிஷேக தீர்த்தம் வந்து சேரும். இவ்வாறு பல

நூற்றாண்டுகளாக நடைபெற்று வருகிறது. இந்த அபிஷேகத் தீர்த்தத்தில் சேரும் பொருள்கள் - சாம்பிராணி, பன்னீர், சந்தனம், இளநீர், எள் நெய் என்பன.

இவ்வாறு சேரும் எண்ணெயை வழித்து எடுத்துக்கொண்டு நாட்பட்ட தோல் வியாதிகளுக்கு, சிறப்பாக குட்ட நோய்க்குத் தொன்றுதொட்டுப் பயன்படுத்தி வருகின்றார்கள். காலை, மாலை இருவேளை புறப் பூச்சாகத் தடவிய பின் இரண்டு மணி நேரம் கழித்து குளிக்கவும். குளிப்பதற்குப் பச்சைப் பயிறு மாவைப் பயன்படுத்தவும். இதன் மருத்துவப் பண்புகள், ஆராய்ச்சிக் கழகம் வெளியிடும் மருத்துவ இதழில் வெளியிடப்பட்டுள்ளது.

யோகப் பயிற்சி

காளாஞ்சகப்படை மனத்தை பெரிதும் தாக்கும் நோயாதலால் யோகப் பயிற்சி மிகவும் பயன் உள்ளதாக இருக்கும். யோகப் பயிற்சியின் ஓர் அங்கமான மூச்சுப் பயிற்சியினால் உடல் கற்பமாகும். மனம் கட்டுப்படும். புலனைந்தும் வஞ்சனை செய்யும் நிலையில், மனம் விலங்காகித் தறிகெட்டுப் போவதைத் தடுக்க இயமம், நியமம், ஆதனம், பிராணாயாமம், பிரத்தியாகாரம், தாரணை, தியானம், சமாதி என்னும் அட்டாங்க யோகப் பயிற்சி முறைகளை மேற்கொண்டு இந்நோயைக் கட்டுப்பாட்டிற்குள் வைத்துக் கொள்ளலாம். இசை, இயற்கையுடன் ஒன்றி மனம் அமைதி அடைதல் போன்ற பழக்கங்களை மேற்கொள்ளுதலால் இனிய வாழ்க்கை வாழ முடியும்.

உணவுக் கட்டுப்பாடு

புளிப்புள்ள உணவுகள், ஒவ்வாமையை ஏற்படுத்தும் காய், கனிகள் மற்றும் உணவு வகைகள் ஆகியவற்றைத் தவிர்க்க வேண்டுவது அவசியமாகும். வேறு கட்டுப்பாடுகள் இல்லை எனினும் மரக்கறி உணவே சிறந்ததென ஆய்வாளர்கள் கூறுகின்றனர்.

மேலும் சில பரிந்துரைகள்

777 எண்ணெய் முழு அளவில் மூலிகைச் சத்து மட்டுமேயுள்ள மருந்தாகும். ஆகவே எண்ணெயில் தண்ணீர் விழாமல் பாதுகாப்பாக வைத்துக் கொள்ளுதல் அவசியம். 18 முதல் 24 மாதங்கள் வரை 777 எண்ணெய் வீரியம் குறையாமல் இருக்கும்.

பருத்தி ஆடைகளைச் செயற்கை இழை ஆடைகளுக்கு மாற்றாகப் பயன்படுத்தவும். தோல் மற்றும் கான்வாஸ் செருப்புகளைப் பயன்படுத்துவது நல்லது. சுற்றுப்புறச் சூழலின் காரணமாகவும், தட்பவெப்ப நிலை மாற்றங்களாலும் நோய் மிகினும் குறையினும் அந்நிலைக்கேற்றவாறு பாதுகாப்புகளை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

அதிக வெயில், அதிகக் குளிர் ஆகியன ஆகா. குளிர் பதனம் (Air Condition) கூட ஊறு விளைவிக்கும். சளி, இருமல், சுரம் போன்ற வேறு நோய்கள் ஏற்படும் காலங்களில் அவரவர் குடும்ப மருத்துவரிடம் சிகிச்சை பெற்றுக் கொள்ளலாம். மலேரியா சுரத்திற்குக் கொடுக்கப்படும் குளோரோகுயின் மாத்திரை சோரியாஸிஸை அதிகப்படுத்துமாதலால், மாற்று மருந்துகளைப் பயன்படுத்த வேண்டும். உடம்பில் காயம்படுதல், கடுமையான நோய்க்குள்ளாதல் முதலியவற்றை இயன்றவரை தவிர்க்கவும். மது அருந்துதல், புகைப் பிடித்தல், போதைப் பொருட்களை உபயோகித்தல் உடலுக்கும், உள்ளத்திற்கும் ஊறு விளைவிப்பதால் இவைகளையும் நீக்க வேண்டியது அவசியம்.

தொடர்ந்து குறைந்த அளவில் மூன்று ஆண்டுகளாவது சிகிச்சை பெறுவதன் மூலம் காளாஞ்சகப்படை (சோரியாஸிஸ்) நோய் திரும்பத் திரும்பத் தாக்கும் அபாயத்தை வெகுவாகக் குறைக்க முடியும். நோயிலிருந்து பூரண குணமடைய வாய்ப்பும் ஏற்படலாம்.

X. தோல் புற்று

மரு. எஸ். இராஜலட்சுமி

முன்னுரை

உடலின் அக உறுப்புகள் அல்லது புற உறுப்புகளில் திசுக்கள் அதனதன் இயல்பை மீறி, அதிவேக வளர்ச்சி அடைந்து, கரையான் புற்றை ஒத்திருப்பதால் இந்நோய் புற்றுநோய் எனப்பட்டது. கரையான்களால் உற்பத்தி செய்யப்படும் புற்று, புயலால் சாய்வதில்லை, மழையில் கரைவதில்லை. அதனைத் தகர்த்து எறிந்தாலும் அதன் அடியில் வாழும் தாய்ப் புழு மேலும் மேலும் கரையான்களை உற்பத்தி செய்து, மறுபடியும் புற்றைத் தோற்றுவிக்கின்றது. அது போலவே புற்று

நோயை அழித்தாலும் மேலும் மேலும் கிளைத்து மரணத்தைத் தருவதாலும், வெளிப்புறத் தோற்றம் கரையான் புற்றை ஒத்திருப்பதாலும் இது புற்று நோய் எனச் சித்தர்களால் அழைக்கப்பட்டது. மேலும் சித்த மருத்துவ நூல்களில் காணப்படும் பலவகையான கழலைகளான அதிமாமிசக்கழலை, என்புக்கழலை, நரம்புக்கழலை, இரத்தக்கழலை, விஷக்கழலை, நாற்கழலை, கொழுப்புக்கழலை. மற்றும் லிங்கப்புற்று, யோனிப்புற்று நாப்புற்று, வாய்ப்புற்று போன்றவைகளைத் தற்கால மருத்துவத்தில் கூறப்பட்டுள்ள பலவகையான புற்று நோய்களுடன் ஒப்பிட்டுக் கூற இயலும். எனவே இந்நோய் மிகவும் தொன்மை வாய்ந்த ஒரு நோய் என்பது நன்கு விளங்குகிறது. சித்த மருத்துவ நூல்களை நுட்பமாக ஆராயும்போது வேறு பல பெயர்களும் புற்று நோயைக் குறிப்பனவாக உள்ளது தெளிவாகும். திசுக்களின் அதீத வளர்ச்சியைத் துன்மாமிச வளர்ச்சி, விப்புருதிக் கட்டி என்றும் அழைத்தனர். மேலும் மற்ற நோய்களில் அரிதில் தீரும் அல்லது தீரா குறிகுணங்களைப் பார்க்கும்போது, அவற்றுள் பல புற்றுநோய்க்கான குறிகுணங்களை ஒத்திருக்கக் காணலாம்.

நோய் தோன்றும் இடம்

புற்றுநோய் என்பது மனித உடலில் காணும் உயிரணுக்கள், நோய் நுண்மங்களாக மாறி, அசுர வளர்ச்சி அடைவதுதான். இந்நோயின் பல வகைகள் பெயரிலும், அளவிலும், அமைப்பிலும் வேறுபட்டவையாக இருப்பினும், பொதுவான குறிகுணங்களைக் கொண்டவையாக உள்ளன. அவைகளைக் கீழ்வருமாறு தொகுக்கலாம் :

1. உடலின் எந்தப் பகுதியை வேண்டுமானாலும் இந்நோய் பற்றலாம். எனினும் உதடு, வாய், இவைகளில் உள்ள மென் தசைகள், உணவுக் குழல், இரைப்பை, நுரையீரல், மார்பகங்கள், கருப்பை மற்றும் தோலிலும்தான் மிகுதியாகப் பரவுகிறது.

2. பல்வேறு உறுப்புகளிலும், திசுக்களிலும் அறிந்துகொள்ளக் கூடிய காரணம் ஏதுமில்லாமல் தோன்றுகிறது.

3. பற்றிய உறுப்புகளில் அதிவேக வளர்ச்சியடைந்து, அருகிலுள்ள உறுப்புகளுக்கும், திசுக்களுக்கும் ஊடுருவிப் பரவும்.

4. பரவிய உறுப்புகள், திசுக்களில் நோய்க் குறிகளைத் தோற்றுவிக்கும்.

5. மனித இனத்தைப் பொறுத்தவரை பொதுவாக இந்நோய் 36 வயதுக்குமேல் தோன்றுகிறது. எனினும் அந்த வயதுக்கு முன்பும் தோன்றக் கூடும்.

புறத்தோல் புற்றுநோய்க் காரணங்கள்

தோல் புற்றுநோய் புறத்தோல், உள்தோல் அல்லது மென்தோல் ஆகிய இரண்டையும் பாதிக்கும். புறத்தோல் புற்றுநோய் மிகவும் பெரும்பான்மையாகக் காணப்படுவதில்லை. ஒருவரது உடலில் வேறு சில ஆழ்ந்த நோய் நிலைமைகளின் காரணமாக அதாவது துணையாகத் தோன்றுகின்ற ஒரு நோயாகவே இருக்கிறது. புறத்தோல் புற்றுநோய் பொதுவாக நீண்ட நாட்கள் நீடிக்கிறது. மிக விரைவாக உடலுறுப்புகளுக்கு ஊடுருவிச் செல்வதில்லை. இது குறைந்த நச்சுத் தன்மை உடையதென்று கூறலாம்.

மேல் தோலில் ஏற்படும் தொடர்ந்த உறுத்தல் அல்லது உராய்வு தோல் புற்றுநோய் ஏற்படுவதற்குரிய சூழலை உண்டாக்குகின்றது. குறிப்பாகக் கீழ்க்கண்ட பொருட்களினால் ஏற்படும் உறுத்தலைக் கூறலாம் :

1. புகைக்கரி
2. வீரம், வெள்ளைப்பாடாணம், அதன் பகுதிப் பொருட்கள்
3. பெட்ரோலியப் பொருட்கள்
4. நிலக்கரியிலிருந்து தயாரிக்கப்படும் பொருட்கள்
5. சூரிய ஒளியால் ஏற்படும் தொடர்ந்த உறுத்தல்
6. எக்ஸ்ரே கதிர்
7. ரேடியம் கதிர்

மேற்கூறிய பொருட்களால் ஏற்படும் உறுத்தல் கீழ்க்கண்ட பகுதிகளிலேயே நோய்க்குறிகளை தோற்றுவிக்கும் :

1. கடினமாக, கரடுமுரடாக உள்ள தோல் பகுதிகள்
2. உடலில் ஏற்கனவே உள்ள வடுக்கள், பழைய தழும்புகள், துப்பாக்கிச் சூட்டினாலோ அல்லது வேறு ஆயுதங்களாலோ ஏற்பட்ட புண்கள் காலப்போக்கில் புற்றுநோயாக மாறுவது கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளது

3. மருக்கள்

4. பாலுண்ணிகள்

5. உடலில் காணப்படும் கறுநிற அல்லது செந்நிறப் புள்ளிகள், மச்சங்கள்

6. ஊட்டச்சத்துக் குறைவினால் தோன்றும் குழிப்புண்கள் பெரும்பாலான சமயங்களில் புற்றுநோயாக மாறிவிடுகின்றன

7. சிறுகாயங்கள் தோன்றக் கூடிய இடங்கள், குறிப்பாகக் கண்களின் ஓரங்கள், மூக்கு, வாய் ஓரங்கள், இடுப்பில் காணும் தசை மடிப்புகள், அக்குள் ஆகியவைகளைக் கூறலாம்.

குறிகுணங்கள்

மேலே குறிப்பிட்ட இடங்களில், அதாவது தோலின் கடினமான பகுதி, ஏற்கனவே உள்ள வடு, மருக்கள், பாலுண்ணி, மச்சம், புண்கள் ஆகியவற்றின்மீது ஒரு வகையான கசிவு அல்லது ஈரப்பசை தோன்றுகின்றது. பின் காலப்போக்கில் சிறிது சிறிதாக ஒரு குழிப்புண்ணாகவோ அல்லது தசைக் கட்டியாகவோ மாறுகின்றது. சிறிய பொருக்குகள் தோன்றி அவற்றை மூடுகின்றன. எனினும் அவற்றின்மீது சிறு காயங்கள் ஏற்பட்டவுடன், அவை மீண்டும் குழிப்புண்களாக மாறிவிடுகின்றன. இந்தத் தோல் புற்று, தோலின் மேற் பகுதியில் மட்டுமே தோன்றியிருக்கலாம். அல்லது ஊடுருவிச் செல்வதாக இருக்கலாம். ஒரு குறிப்பிட்ட காலத்தில் அந்தக் குழிப்புண் வேகமாக அடுத்துள்ள பகுதிகளுக்குப் பரவத் தொடங்குகிறது. இவ்வாறு பரவும்போது அது தோலின் பெரும்பகுதியையோ அல்லது காது மடல்களையோ அரித்து, தோலை ஊடுருவி, கீழுள்ள தசைகளுக்கும் என்புகளுக்கும் பரவி, அவைகளையும் அரித்து விடுகின்றது. இது மற்ற வகையான புற்றுநோய்களைப் போல் நிணநீர் முடிச்சுகளுக்கோ, அருகில் உள்ள உடல் உறுப்புகளுக்கோ ஊடுருவிச் செல்வதில்லை.

உள்தோல் அல்லது மென்தோலின் மீது தோன்றும் புற்றுநோய்

மென்தோல் புற்றுநோய் பெருமளவில் தோன்றும் ஒரு நோயாகும். இவ்வகைப் புற்றுநோயில் இரண்டு வேறுபட்ட நிலைகள் காணப்படுகின்றன. ஒன்றில் புறத்தோலும் பாதிப்படைகிறது. மற்றொரு வகையில் புறத் தோல் பாதிப்படைவதில்லை. இந்த வகைதான் மிகப் பெரும்பான்மையாகக் காணப்படுகிறது.

காரணங்கள்

இவ்வகைப் புற்றுநோயும் உறுத்தல், உராய்வுகள் அல்லது தேய்வுகள் ஆகியவற்றால் நீண்ட காலம் ஓர் உறுப்போ அல்லது உறுப்புகளோ தொடர்ந்து பாதிக்கப்படுவதனால் உண்டாகிறது. உதாரணமாகப் புகை பிடித்தல் அல்லது புகையிலைச் சாற்றை மென்று விழுங்குதல் ஆகியவைகளைக் கூறலாம்.

குறிகுணங்கள்

முண்டுகளும் முடிச்சுகளும் நிறைந்த மென் தோல் புற்றுநோய் ஆரம்பத்தில் ஒரு கடினமான முடிச்சைப் போன்று காணப்படும். முன்பு மச்சமோ அல்லது பாலுண்ணியோ காணப்பட்ட பகுதியின் கீழ் தோன்றி வளரும். இந்த முடிச்சு அளவில் பெரிதாகிக் கொண்டே வரும். அதன் கீழ் உள்ள திசுக்கள் தொட்டறிந்து உணரக் கூடியவாறு புடைத்திருக்கும். பின்னர் குழிப்புண் தோன்றுகிறது. அதன் ஓரங்கள் வெளிப்புறம் திரும்பியும் கடினமாகவும் காணப்படும். அது பக்கங்களில் பரவுவதுடன் ஆழமாகவும் ஆகிக்கொண்டே வரும். அதன் போக்கு கட்டுப்படுத்தப்படவில்லையென்றால் இறுதியில் நோயாளியைக் கொன்றுவிடும்.

முகப்படைகள்

முகப்படைகள் புற்றுநோய்க்கு ஆதாரமாக உள்ள மற்றொரு நோயாகும். இப்படைகள் முகக்கிரந்திகளாக வளர்ந்துவிட்ட நிலையில், விரைவில் அது மென்தோல் புற்றுநோயாக மாறும்.

தொடக்கத்தில் நோயாளியின் முகத்தில் பொருக்கு ஒன்று தோன்றும். நோயாளி அதனைப் பிய்த்து எரிந்துவிட, மீண்டு பொருக்கு உண்டாகும். அதன் அடியில் அரிக்கப்பட்ட தோலையுடைய சிவந்த பாகம் காணப்படும். சில நாட்களில் இந்நோய் பரவி, பெரிதாகி, குழிப்புண்ணாகும். இக்குழிப்புண்ணின் ஓரங்கள் சிறிது சிறிதாக விரிவடைகின்றன. சில வேளைகளில் அது ஒரு திசையில் மட்டுமே விரிவடைந்து செல்கிறது. அதே நேரத்தில் அந்தப் புண் ஆறிக்கெண்டேவரும். குழிப்புண் வளர்ந்து, பெரிதாகப் பல நாட்கள் அல்லது பல ஆண்டுகள் ஆகலாம். அவ்வாறு அது பரவிப் பெருகும்போது, புற்றுநோய் பரவக்கூடிய தன்மையை முன்னரே பெற்றிருந்த திசுக்கள் அனைத்தும் பாதிக்கப்பட்டுள்ளதை அறிய இயலும்.

கங்க்ரி புற்று

காஷ்மீரில் வாழும் மக்கள் குளிர் காலத்தில் கடுமையான குளிரிலிருந்து தங்களைக் காத்துக்கொள்ள மட்பாண்டம் ஒன்றினுள் இலை தழைகளை இட்டுத் தீமூட்டி அதன் தணல் கனன்று கொண்டு இருக்கும்போது ஓர் சிறிய கூடையில் வைத்து வயிற்றோடு இணைத்துக் கட்டிக் கொள்வர். இதனால் அவர்களுக்குத் தேவையான வெப்பம் கிடைக்கிறது. தொடர்ந்து உடலின் மேற்புறத் தோல் இந்த வெப்பத்தினால் பாதிப்படைவதால் நாளடைவில் புண் ஏற்பட்டுத் தொடர்ந்த உறுத்தல் காரணமாகப் புற்றுநோயாகிறது. இதனைக் கங்க்ரி புற்று என்பர். இப்பிணி உண்டாகக் காரணமான அந்த மட்பாண்டத்திற்குக் கங்க்ரி என்று பெயர்.

மருத்துவம்

சித்த மருத்துவ நூல்கள் பலவற்றில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள மருந்துகளும், அவை பயன்படுத்தப்படும் புற்றுநோய் வகைகளும், நூல் ஆதாரத்துடன் அட்டவணை படுத்தப்பட்டுள்ளன:

	மருந்தின் பெயர்	புற்று வகை	இக்குறிப்பு காணப்படும் நூலின் பெயர்
1.	பாலரச செந்தூரம்	லிங்கப்புற்று	தேரையர் வைத்திய காப்பியம் 1500
2.	ரச செந்தூரம்	லிங்கப்புற்று	புலிப்பாணி வைத்தியம் 500
3.	ராமபாண குளிகை	குறிப்புற்று	தேரையர் வைத்தியம் 1001
4.	கந்தக பற்பம்	லிங்கப்புற்று, யோனிப்புற்று	அகத்தியர் செந்தூரம் 300
5.	வெள்வங்க செந்தூரம்	யோனிப்புற்று	அகத்தியர் செந்தூரம் 300
6.	சூத பற்பம்	லிங்கப்புற்று	அகத்தியர் செந்தூரம் 300
7.	காந்த செந்தூரம்	லிங்கப்புற்று, யோனிப்புற்று	அகத்தியர் செந்தூரம் 300
8.	வாதரா சத குளிகை	லிங்கப்புற்று, யோனிப்புற்று	அகத்தியர் வைத்திய காவியம் 1500
9.	கறுவங்க செந்தூரம்	லிங்கப்புற்று	அகத்தியர் பள்ளு 2000
10.	மேகத் தெண்ணெய்	யோனிப்புற்று	அகத்தியர் வைத்திய ரத்ன சுருக்கம்
11.	ரச பற்பம்	மேகப்புற்று	போகர் 7000
12.	கரந்தை லேகியம்	கன்னப்புற்று	போகர் 7000

13.	பறங்கிப்பட்டை ரசாயனம்	கன்னப்புற்று, யோனிப்புற்று, லிங்கப்புற்று	போகர் 7000
14.	பஞ்ச பாண செந்தூரம்	கன்னப்புற்று	போகர் 7000
15.	கிரந்தி அரையாப்புக் கெண்ணெய்	கன்னப்புற்று	போகர் 7000
16.	சூத வெண்ணெய்	யோனிப்புற்று	போகர் 7000
17.	மேகந்தி குளிகை	கன்னப்புற்று	போகர் 7000
18.	சகல மேகத்திற்குச் செந்தூரம்	அண்டப்புற்று	யாகோபு வைத்திய சிந்தாமணி
19.	வங்க செந்தூரம்	லிங்கப்புற்று	யாகோபு வைத்திய சிந்தாமணி
20.	காந்த செந்தூரம்	யோனிப்புற்று	யாகோபு லோக செந்தூரம்
21.	வாலைரச பதங்கம்	லிங்கப்புற்று	புலத்தியர் வாத சூத்திரம்
22.	சூத பதங்கம்	கன்னப்புற்று	யாகோபு வைத்திய சிந்தாமணி
23.	சூத எண்ணெய்	கன்னப்புற்று	யாகோபு வைத்திய சிந்தாமணி
24.	புரையாதி ரணங்களுக்குத் தைலம்	கன்னப்புற்று	புலிப்பாணி வைத்தியம்-500
25.	சூத செந்தூரம்	கன்னப்புற்று, அண்டப்புற்று, யோனிப்புற்று, ஆசனப்புற்று, லிங்கப்புற்று	புலிப்பாணி வைத்தியம்-500
26.	சண்டரச பற்பம்	குறிப்புற்று, கன்னப்புற்று	போகர் சத்த காண்டம்

சென்னை சித்த மருத்துவ மைய ஆராய்ச்சி நிலையத்தில் 1972 முதல் புற்றுநோய் ஆய்வு நடைபெற்று வருகின்றது. கண்ணுசாமி பரம்பரை வைத்தியத்தில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள ரசகந்தி மெழுகு பயன்படுத்தப்பட்டபோது மிகவும் நல்ல பலன் கிடைத்தது. Squamous Cell Carcinoma என்று கூறப்படும் புற்றுநோய் வகையில், 2ஆம் நிலை வரையில் உள்ள நோயாளிக்குப் பூரண குணம் கிடைத்துள்ளது. சற்று நோய் முதிர்ந்த (3ஆம், 4ஆம்) நிலைகளில் அதீத வலி குறைதல், நோயின் கடுமை குறைதல், நோயாளியின் வாழ்நாள் நீட்டித்தல் போன்ற குணங்கள் கிடைத்தன.

XI. வெண்படை

மரு. எஸ். இராஜலட்சுமி

முன்னுரை

வெண்படை நோய், வெண்குட்டம் என்றும் சுவேதகுட்டம் என்றும் சொல்லப்படும், பதினெட்டு வகையான குட்ட நோய்களில் ஒன்றாகக் கூறப்பட்டிருப்பினும் இது குட்டநோய் அல்லது பெருநோயினின்றும் பெரிதும் வேறுபடும். பதினெட்டு வகையான குட்ட நோய்களில் பெரும்பாலானவைகள் பெருநோய் வகையினைச் சேர்ந்தவையல்ல.

வெண்படை பெருநோய் அன்று

குட்டநோய் அல்லது பெருநோயில் காணும் வெண் புள்ளிகளில் தொடு உணர்வு இல்லாத தன்மை காணப்படும். ஆனால் வெண்படையில், தொடு உணர்வு இயல்பாகவே இருக்கும்.

கொறுக்கு நோய் அன்று

கொறுக்கு நோய் உடலில் தோன்றி நான்கு முதல் ஆறு மாதங்களில் தோன்றும் வெண்படை, மேகவெண்படை என்று அழைக்கப்படும். அத்தகைய படைகளின் ஓரங்களில் மஞ்சள் கலந்த மரநிறம் அல்லது இளமரநிற வரம்பு காணப்படும். கொறுக்கு நோய் ஒரு தொற்று நோய். ஆனால் வெண்படை அல்லது வெண்குட்டம் ஒரு தொற்று நோய் அன்று.

வெண்பாண்டு அல்லது வெளுப்புடல்

உடல் முற்றும் நிறமிகளற்றுப்போய் வெளுப்பாகக் காணும் வெளுப்புடல் அல்லது வெண்பாண்டு என்ற ஒரு நிலையும் ஒரு சிலரில் காணப்படுகிறது. இவர்கள் உடல் முழுவதும் வெளுத்து, உடலில் உள்ள மயிர்கள் வெள்ளை அல்லது பழுப்பு நிறத்துடன் பறங்கியரைப் போன்ற தோற்றம் கொண்டவராக இருப்பர். இவர்களின் உடலில் நிறமிகள் ஒரு சிறிதும் இல்லாத நிலையால் இளம் வெயிலைக்கூட தாங்க இயலாதவராக இருப்பர். இவை அனைத்தினின்றும் வேறுபட்டது வெண்படை அல்லது வெண்குட்டம்.

நோய் இயல்

வெண்படை என்பது வெண்மை நிறமானப் புள்ளிகளாகவோ அல்லது படைகளாகவோ தோன்றி, அந்த இடத்திலுள்ள மயிரும் வெளுத்து மாறுபட்டுக் காணும்.

குறிகுணம்

உடல் முற்றும் ஆங்காங்குப் பரவலாகவோ அல்லது முகம், கை, கால், உதடு, ஆசனவாய் அல்லது குறி ஆகியவைகளில் ஏதேனும் ஓரிரண்டு உறுப்புகளிலாவது வெளுத்த புள்ளிகள் அல்லது படைகள் தோன்றி பல வருடங்களாக நிலை பெற்றிருத்தல் அல்லது நிதானமாகப் பரவுதல் என்ற குறிகுணங்கள் காணும். தவிர பாதிப்படைந்த இடத்தில் உள்ள மயிரும் வெளுத்துக் காண்பதுடன் அவ்விடத்தில் சில வேளைகளில் எரிச்சல் காணப்படும். மிகச் சிலரில் இந்நோய் அதிவிரைவாகப் பரவுவதுமுண்டு. சிலரில் சிலகாலம் நிலைத்திருந்து, பின் நிறமிகள் தோன்ற ஆரம்பித்து, வெண்புள்ளிகள் மறைவதுண்டு. அல்லது படர்ந்த வெண்மைநிறப் படைகளின் இடையிடையே நிறமிகளுள்ள புள்ளிகள் தோன்றி, பரவலாகக் காணப்படுவதும் உண்டு.

நோய்க் காரணம்

இந் நோய் உள்ள இடத்தில் மேல்தோலில் நிறத்தைக் கொடுக்கும் வில இம்மிகள் குறைவாகவோ அல்லது இல்லாமலோ இருப்பதைக் கண்டுள்ளனர். தெளிவான காரணங்கள் அறிய இயலாத நிலையில் சில யூகங்களும், சில கணிப்புகளும் இந்நோயைப் பற்றி நிலவுவதும் உண்மை. அவை கீழ்வருமாறு :

1. தோலில் ஏற்படும் தொடர்ந்த உராய்வு: துணி, ரப்பர், பிளாஸ்டிக், சில ரசாயனப் பொருள்களால் ஏற்படுவது.

2. உடலுக்கு அத்தியாவசியமான சில உலோகச் சத்துகள் அல்லது தாது உப்புகள் குறைந்த, சத்தற்ற உணவு.

குற்ற முதலிய வேறுபாடுகள்

"வாதமலாது மேனி கெடாது" எனத் தேரையர் கூறியதால், உணவு, செயல் முதலியவைகளால் வளிக்குற்றம் தன்னளவில் மாறுபட்டு, இரசம், குருதி ஆகிய உடற்கட்டுகளைக் கெடுத்து மேனியின் நிறத்தையும் கெடுக்கும்.

வெண்படையின் வகைகள்

இதன் தோற்றத்தை வைத்து மூன்று வகையாகப் பிரிக்கலாம்:

1. வளி (வாதம்) வெண்படை : இது சுரசுரப்புடன் சிவந்து, சிறிது கறுமைச் சாயலுடன் வெளுத்திருக்கும். வெளுக்காத இடங்களில் அழுக்கு நிறம் உண்டாகி இருக்கும்.

2. அழல் (பித்தம்) வெண்படை : இது செந்தாமரைப் பூவிதழ் போலச் சிவந்து, வெளுப்பாகப் பரவுதலும், எரிதலும் அவ்விடத்தில் உள்ள உரோமங்கள் உதிர்வதுமாக இருக்கும்.

3. ஐய (கபம்) வெண்படை : இது தும்பை மலரைப் போன்று வெண்மையாக, கொஞ்சம் தடித்துப் பரவும். இது பரவும் இடங்களில் அரிப்பு உண்டாகும்.

வெண்குட்டத்தில் சாத்திய, அசாத்திய குறிகள்

உரோமங்களை வெளுக்கப் பண்ணாமலும், கையால் தடவினால் மேடுபள்ளம் இல்லாமலும், சடைப் பின்னல் போலவோ, அக்கினியால் சுட்டாறிய வடு போலவோ இல்லாமல் இருந்தால் வெண்குட்டம் சாத்தியமாகும். மேற்படி சாத்தியக் குறிகளுக்கு மாறாக இருந்தாலும் முதலில் உள்ளங்கை, உதடு, குதம், குய்யம் என்னும் இடங்களில் உண்டாகி, மிக விரைவில் பரவினால் அசாத்தியமாகும்.

மருத்துவம் - உள் மருந்துகள்

1. நாவற்பழச் சாற்றில் செய்யப்பட்ட அயச்செந்தூரம்.

2. துவரை வேர்க் குழித்தைலம் கொண்டு அரைத்துச் செய்யப்பட்ட தாமிர செந்தூரம்

3. தூய்மை செய்த கந்தகம் ஒரு பங்கு, சிலாசத்து இரண்டு பங்கு, துவரை வேர் குழித்தைலம் விட்டரைத்து, குன்றியளவு மாத்திரைகளாகச் செய்து கொடுக்கலாம்.

4. தங்க பற்ப உருண்டை : அவுரி இலைச்சாறு 12 கிலோ எடுத்து வெயிலில் வைத்து மெழுகு பதத்தில் சுண்ட வைத்து, ஆடாதொடை இலைக்கற்கம் சம அளவு சேர்த்து, பின் புனுகு 35 கிராம், தங்க பற்பம் 7ஐச் சேர்த்தரைத்து, நெல்லிக்காயளவு உருண்டை செய்து நல்லெண்ணெயில் ஊறவிட்டுக் காலை, மாலை இரண்டு வேளையும் உட்கொள்ளலாம்.

5. காட்டுச் சீரகம், உலர்ந்த தரா இலை, வெள்ளாட்டுப் பால் விட்டரைத்து ஒரு கிராம் அளவுள்ள மாத்திரை செய்து, இரண்டு வேளை உட்கொண்டும், இதனையே வெளிப் பூச்சாகவும் உபயோகப்படுத்தலாம்.

6. அறுகன் கட்டை சமூலத்தைச் சூரணித்து அதனுடன் ஆலம் பால் சேர்த்து, கற்ப முறைப்படி ஒரு மண்டலம் உண்ண வெண்குட்டம் தீரும்.

7. விளாம்பட்டை, காட்டு மாம்பட்டை, சேராங்கொட்டை, மிளகு, சிவனார்வேம்பு, மஞ்சள் ஆகியவற்றில் ஓரெடை எடுத்து, குழிப்புட நெய் இறக்கி, ஐந்து துளி சர்க்கரையில் கொடுக்கலாம்.

8. செங்கொன்றைப் பட்டையைக் குடிநீரிட்டு உட்கொண்டு, பட்டையை நீர் விட்டரைத்து மேலே பூசிவர, வெண்குட்டம் தீரும்.

9. நெய்சிட்டி கிழங்கைக் கறிவற்றல் போன்ற உணவுப் பொருளாகத் தொடர்ந்து உண்ண வெண்குட்டம் மாறும்.

10. செம்புச் செந்தூரம், தங்கச் செந்தூரம், பொன்நிமிளைச் செந்தூரம் ஆகியவற்றையும் வழங்கலாம்.

வெளி மருந்துகள்

1. கண்டங்கத்தரி பழத்தைக் குழைய வேகவைத்து, கடைந்து வடிகட்டி எடுத்த அளவிற்கு நான்கில் ஒரு பங்கு ஆலிவ் எண்ணெய் சேர்த்து, கடுகு திரளக் காய்ச்சி, வெண்குட்டத்தின் மீது பூச, வெண்மை மாறும்.

2. ஆயில் பட்டையை இழைத்து மேலே பூசலாம்.

3. மருதோன்றி இலைச் சாற்றில் தாளகத்தை இழைத்துப் பூசிவர, நிறமாறும்.

4. கார்போக அரிசியைக் காடி விட்டரைத்துப் பூசலாம்.

5. கடுக்காய்ப்பூ என்னும் கற்கடக சிங்கியைக் காடி விட்டரைத்துப் பூசலாம்.

6. குறட்டை இலைச் சாறு, எள்நெய் கொண்டு செய்யப்பட்ட தைலத்தைப் பூசலாம்.

7. முதிர்ந்த பூவரசம்பட்டையின் உள் பகுதியை மென்று கொப்பளித்து வர, உதட்டில் உள்ள வெண்புள்ளிகள் மாறும்.

8. காட்டுமல்லி இலையால் வெண்குட்டம் தீரும்.

9. செங்கொன்றைப் பட்டையை நீர் விட்டரைத்துப் பூசலாம்.

10. துவரை வேர் குழித்தைலத்தை மேற்பூச்சாகப் பயன்படுத்தலாம்.

11. மயில்துத்தத்தைக் குமட்டிக்காய்ச் சாற்றில் அரைத்துத் தடவலாம்.

12. கறுஞ்சீரகத்தை வெள்ளாட்டுப் பித்தில் பாவனை செய்து அரைத்து மெழுகாக்கித் தடவலாம்.

13. வெள்ளைப் பூண்டையும் நவாச்சாரத்தையும் அரைத்து மேற்பூச்சாகப் பயன்படுத்தலாம்.

14. சிரட்டைத் தைலம், கரப்பான் தைலம் இரண்டையும் சம அளவு கலந்து பாதிப்புள்ள இடங்களில் தடவலாம்.

இவற்றைத் தவிர கார்போகி, கறுஞ்சீரகம் நீரடிமுத்து சேராங்கொட்டை ஆகியவற்றைக் கொண்டு செய்யப்பட்ட மருந்துகளை உள், வெளிப் பிரயோகமாகப் பயன்படுத்தலாம்.

சென்னை சித்த மருத்துவ மைய ஆராய்ச்சி நிலையத்தில் வெண்படை, வெளி நோயாளர் பிரிவில் ஆய்வுக்கு எடுத்துக் கொள்ளப்பட்டது. இங்கு பொன் நிமிளைச் செந்தூரத்தை உள் மருந்தாகவும், சிரட்டை தைலத்தை வெளி மருந்தாகவும் பயன்படுத்தியதில் நல்ல பலன் கிடைத்தது. அதுபோலவே கண்டங்கத்தரி பழ சூரணத்தை உள் மருந்தாகவும், கண்டங்கத்தரி பழச்சதையும் ஆலிவ் எண்ணெயும் கலந்து செய்த தைலத்தை வெளிப் பிரயோகமாகவும் பயன்படுத்தியதில் மிகவும் நல்ல பலன் கிடைத்தது. ஆய்வுக் கட்டுரைகள் Journal of Research in Ayurvedha and Siddha என்னும் மருத்துவ இதழில் பிரசுரிக்கப்பட்டுள்ளன.

XII. தொழுநோய்

மரு. எஸ். இராஜலட்சுமி

முன்னுரை

தொழுநோய் என்பது மனித இனத்துக்கு மட்டுமே உண்டாகின்ற கொடுமையானதொரு நோயாகும். இது உடலின் முழுப்பகுதியையும் பற்றிவந்து தோலிலும் சளிச்சவ்விலும் நரம்புகளிலும் பிறழ் நிலை மாறுபாடுகளை உண்டாக்குகின்றதொரு நாட்பட்டநோய் ஆகும்.

குறிகுணங்கள்

இந்நோயில் தோல் பளபளத்தல், நிறமாறல், தடித்தல், மூடம் (உணர்வின்மை), உடலில் படைகளுண்டாதல், தொட்ட இடத்தில் தினவு, சில வேளை வியர்வை இல்லாதிருத்தல், நோவு, எரிச்சல், மயிர் சிலிர்த்தல், சிறு காயம் பட்டாலும் பெரும் புண்ணாதல், அதில் கறுத்த குருதி வடிதல், பேசும்போது தொண்டை வறளல், அதிக தூக்கம், ஆகியவற்றோடு, தலையிலே குழிவிழுந்து, குத்தலைத் தருகின்ற புண்கள், கை, கால்கள் அல்லது அங்குலிகள் கரைந்து குறைதல் ஆகிய இயல்புகள் காணப்படுகின்றன.

உலகில் ஏறக்குறைய எழுபது நாடுகளில் இந்நோய் காணப்பட்டாலும் ஆப்பிரிக்கா, இந்தியா, சீனா, கொரியா, எகிப்து, தென்அமெரிக்கா, மலேசியத் தீவுகள், உருசியா, நார்வே, பால்கன் முதலிய இடங்களில் மிகப் பரவலாக

உள்ளதென்பர். இந்நோய்க்குக் குறைநோய், பெருநோய், குட்டநோய் என்ற வேறு பெயர்களும் உள்ளன.

நோய் முதல்

பெருநோய் மைக்கோ பேக்டீரியம் லெப்ரே (Mycobacterium Leprae) என்ற நுண் கிருமியால் உண்டாகின்ற நோயென்று ஆர்மர் ஹேன்சன் (Armaur Hansen) என்பவர் 1873 இல் கண்டுபிடித்தார். மேலும் இது பரம்பரை நோயல்ல, எந்த வகுப்பினரையும், எந்த வயதிலும் பற்றக் கூடியது. சிறுவர்களை விரைவில் பிடிக்கும். பெண்களைவிட ஆண்களிடம் விரைவில் தொற்றும். நோய் கொண்டவரிடம் மிக நெருக்கமாகப் பழகுகின்றவர்களை இந்நோய் பீடிக்கும். எனினும் நோயாளிகளிடையே பழகும் பேர்களில் மூன்று விழுக்காட்டினருக்கே இது தொற்றுவதாகப் புள்ளி விவரங்களிலிருந்து தெரியவருகின்றது. தொழுநோய் நுண்கிருமிகள் தோலில் சோடண தாரைகளின் வழியாயும் வெளி விருதிகளினூடாயும் சென்று சோடண கிரந்திகள் நாசியினதும் வாயினதும் சளிச்சவ்வு, கண்ணின் உறுப்புகள், கிருகம், ஈரல், விரைகள் ஆகிய உள்ளுறுப்புகளிலும் பரவுவதாகக் கூறப்படுகின்றது. இந் நோயால் பீடிக்கப்பட்டால், நரம்புகள் தாபிதமடைந்து வீங்குதலும், அழுகிக் குறைதலும் உண்டு. உறுப்புகளின் செயலின்மை, தசைச் சூம்பல் முடம் ஆகியவையும் தொடரும். நோய் தொற்றி ஒன்று முதல் ஐந்து அல்லது பத்து ஆண்டுகளான பின்னர் கூட நோயின் குறிகுணங்கள் தென்படலாம்.

நோய்ப் பகுப்பு

மேற் சொன்னபடி நோயானது தோலைப் பற்றினால் சுரம், நடுக்கல், அதிவியர்வை, நாசிச் சளிச்சவ்வு வறட்சியும், அதிநீர் சுரத்தலும் மாறி மாறிக் காணல், நாசிக் குருதிக் கசிவு முதலிய முற்குறிகள் காணும். முகம், குண்டி, கை, கால் ஆகிய இடங்களில் சிவந்த குருக்கள் தோன்றி, வியர்வையின்மை, சுரணையின்மை ஆகியன உண்டாகி செம்படைகளை ஏற்படுத்தி, குருக்கள் மறைந்துவிடும். பின்னர் மீண்டும் சுரம் தோன்றி புதிய குருக்கள் உண்டாகிப் படைகள் ஏற்படும். இவ்வாறு ஒன்றிரண்டு தடவை சுரம் மீண்டும் வந்தபின் படைகள் உடல் முழுமையும் பரவலாய்க் காணப்படும். அதனால் கை, கால்களின் புறப்பகுதியில் மட்டுமே இவை காணும். மூக்குத் தண்டு, காதின் கோணை ஆகியன தடித்தலாலும் கன்னச்சதை தடித்துத் தொங்கலாலும் பிணியாளனின் முகம் சிங்கம் போலத் தோற்றமளிக்கும். புருவப் புறப்பகுதியில் மயிர் உதிரலும், நகிற் காம்பு பருத்தலால் நகில் பெரிதாதலும் மூக்கு, தொண்டை, கிருகம் இவற்றின் சளிச்சவ்வு

பாதிக்கப்படுதலும் கண்ணின் சிருங்கையையும் திணையையும் பல வேளைகளில் இந்நோயால் ஏற்படும் தடிப்புகள் பாதிக்கும். இத்தடிப்புகள் பின்னர் அவ்வாறே நிரந்தரமாக இருத்தல் அல்லது உடைந்து சீழ் கொள்ளல் உண்டு. இதனால் கண்ணில் புண்கள் ஏற்பட்டுக் குருடாகும். தொண்டை, கிருகம் இவையும் சில வேளை அழிவதுண்டு.

தொழு நோய் நரம்பைப் பற்றினால் நரம்பு விலங்கள் அதிகமாகப் பாதிக்கப்படுகின்றன. இதில் மணம் குன்றல், முகநரம்புகளில் வலி உணர்வு மிகுதியாய், எரிச்சல், குத்தல், ஊறல் போன்ற முற்குறிகள் தோன்றும். பின்பு கை கால்கள் மரத்துப் போய் உணர்வின்றி காணல், இரத்தினி நரம்பு பரவும் பகுதிதோறும் தசையும் முடமாதல் ஆகியன ஏற்பட்டு, தட்டையான படை போன்ற மூடத்தடிப்புகள் காணும். இம் மூடத்தடிப்புகள் முதலில் செம்படையாகவோ, நிறம் மாறியோ தோன்றி, இறுதியில், உலர்ந்து, அவ்விடத்தின் மயிர் உதிர்ந்துவிடும். இதன் பின்பு சிலகாலம் இவ்வாறே இருந்து பின் நரம்புகள் பாதிக்கப்படுவதினால் ஏற்படும் குறிகுணங்கள் தோன்றத் தொடங்கும். இரத்தினி நரம்பு, செவி நரம்புப் பகுதிகளில் தடிப்புண்டாகி, அங்கை அகப் பேசிகள் வற்றிப் போகும். மூன்றாம், நான்காம் விரல்கள் மடங்கிப் போவதுண்டு. தசை, தோல், நகம், எலும்பு இவைகளில் மாறுபாடுகள் உண்டாதல், குழிப்புண்கள் ஏற்படல், சூம்புதல், விரல்கள் முன்வளைதல் ஆகியன ஏற்படும். சிறு என்புகள் கரைந்து போதலும் கை, கால் விரல்கள் குறைதலும் காணும். சில வேளைகளில், முக நரம்புகளான கபால, ஐந்தாம், ஏழாம் நரம்புகள் பாதிக்கப்படலாம். கீழ் உதடு வெளிப் பிதுங்கல், சிறுங்கை புண்ணாதல் ஆகியவையும் ஏற்படும்.

தொழு நோயில் பலருக்கு இறுதியாக நரம்பு, தோல் ஆகிய இரண்டுமே பாதிக்கப்படுகின்றன. இவை இரண்டும் நோயினால் பீடிக்கப்பட்டால், முதலில் தோல் அல்லது நரம்பைப் பற்றிய குணங்களைக் காண்பித்து, மற்றது பின்னர் தோன்றவோ அல்லது இவை இரண்டும் ஒரே சமயத்தில் தோன்றவோ கூடும்.

நோய் முடிவு

தொழு நோய் நாட்பட்டுக் கடினமானதானால் அதைக் குணப்படுத்துவது கடினம். நோயின் முற்பகுதியில் மருத்துவம் செய்தால் நோயை மேலும் தீவிரமடையாமற் செய்யலாம். சில வேளை குணப்படுத்தவும் முடியும். தோலைப் பற்றிய தொழு நோய் நாளடைவில் இளைப்பு, பிருக்க நோய்கள், புப்புச சுரம் ஆகிய பிற நோய்களை உண்டாக்கக் கூடும். கிருகம் (கருப்பை) உறுப்புகள் ஆகியவை மென்மையான உள் நோயால் பீடிக்கப்பட்டால் குணம் காணுவது கடினம்.

குட்ட நோய்

இயல்

இந்நோயில் உடல் மினுமினுத்தல், படைகளுண்டாதல், கழலைகள் காணுதல், கை, கால்களின் விரல்கள் அழுகுதல் அல்லது அவைகள் வளைந்து குறைதல் ஆகிய இயல்புடையதாம்.

நோய் வரும் வழி

அழுகிய மீன், நண்டு, நத்தை, சிப்பி இவைகளை மிகுதியும் உண்ணல் வேகா உணவுகளைக் கொள்ளல், வயிறு நிறைய உண்டபின் யோக நிலையில் நிற்றல், இந் நோயுற்றவரிடம் நெருங்கி இருத்தல், அவர்கள் படுக்கையில், படுத்தல் ஆகியவைகளாலும், தன்வினை, பிறவினைகளாலும், தாய் தந்தையரின் வழியாலும் இந்நோய் பிறக்கும்.

கழலை (கிரந்தி) நோய்களாலும், மேக நோய்களாலும், எட்டு வகைப்பட்ட பெரு நோய்களும், மண்ணுளிப் புழுக்களாலும் வண்டு முதலிய பூச்சிகளாலும் தொத்து நோயாக எண்வகைப்பட்ட பெரு நோய்களும் பிறக்கும் என அறிதல் வேண்டும்.

முற்குறிகள்

முகம், கால், மார்பு, தொடை, காது, மூக்குத் தண்டு இவைகள் முதலில் மினுமினுத்துப் பின்பு தோல் கடினப்பட்டு, மயிர்க் கால்களின் இடையகன்று, மிகுந்த வியர்வை உண்டாகும். நாட் செல்லச் செல்ல மிகக் கடினப்பட்டு, தோல் உருண்டு திரண்டு, கறுத்தேனும் சிவந்தேனும் காணும். அதில் மிகுந்த தினவு உண்டாகும். அத்தோலானது திமிருடனேனும் உணர்ச்சி இன்றியேனும் காணப்படும். நோயுற்ற பாகத்தில் தீயிற் சுடினும் உணர்ச்சி இருக்காது. தீப்பட்ட புண்ணும் எளிதில் ஆறாது. கை, கால்களில் அடிபட்ட புண்ணாயினும் உலராது. நாளுக்கு நாள் பெருத்துக்கொண்டே போய், எளிதில் குணமாகாது துன்புறுத்தும்.

நோய் எண்

இந் நோயினைச் சிலர் குற்றளவாக வளி, தீ, ஐய முக்குற்றங்களைக் கொண்டு வளிக் குற்றத்தால் மண்டைப் பெரு நோயும், அழல் குற்றத்தால் அத்திக்காய்ப் பெரு நோயும், ஐய குற்றத்தால் வளைப் பெரு நோயும் அழுகு பெரு நோயும், வளி- அழல் குற்றத்தால் நாக்குப் பெருநோயும், ஐய - அழல் குற்றத்தால்

தோல், புண், படை, கட்டிப் பெரு நோய்களும், ஐய - வளிக் குற்றத்தால் வெடிப் பெருநோயும், முக்குற்றத்தால் தடிப்பு, புறை, தாமரை, கொப்புளம், சிரங்கு, தோல் வெடிப்பு, கரப்புப் பெருநோய்களும் பிறக்குமென்பர்.

யூகி சிந்தாமணி எனும் நூலில் கூறப்பட்டுள்ள குட்டங்கள் வருமாறு :

1. படர்தாமரைப் பெருநோய் (புண்டரீகக் குட்டம்)

இந்நோய் உடலெங்கும் தாமரைப்பூ இதழ்போல் தோலில் குவிந்து படையுண்டாய் கறுப்பு, வெளுப்பு, சிவப்பு நிறங்களைப் பெற்று, தினவுண்டாகிச் சொறியச் செய்யும். பொறிந்த இடத்தினின்று செந்நீரைப் பெருக்கும். பின்பு வாடும். இவ்வாறு மிக்க நோயுண்டாக்கி வருத்தும்.

2. கொப்புளப் பெருநோய் (விடபோடகக் குட்டம்)

உடம்பு முழுமையும் தினவுண்டாகித் தீயினால் கொளுத்தியது போல எரிச்சல் உண்டாகிக் கொப்புளங்கள் கிளம்பும். தோல் வெடிப்பதுமன்றி, விரியன் பாம்புக் கடியின் நஞ்சால் உண்டாம் வீக்கத்தைப் போன்று தடித்து வீங்கி வெளுக்கும். நமை உண்டாகிச் சிவக்கும். உடலின் தோல் முழுமையும் தடித்து வீங்குதுமுண்டு. அதனால் மன வருத்தம் ஏற்படும்.

3. சிரங்குப் பெருநோய் (பாமாக் குட்டம்)

உடலில் தினவும் சொறியும் கண்டு, சொறிந்த இடமெல்லாம் வெளுத்துப் புண்ணாகி, அப்புண்களிலிருந்து சீழ்வடிதல், உடல் குன்றல், உடல் எரிச்சல், பாம்பின் தோல் போல் தோல் உரிதல். வீங்குதல், புண்பட்ட இடங்கள் எளிதில் உலராமல் கால், கைகள் அழுகி நாளுக்கு நாள் குறைந்து கொண்டே வருதல் என்னும் குறிகுணங்களை இந்நோய் பெறும்.

4. யானைத் தோல் பெருநோய் (கஜ குட்டம் அல்லது ஏகசரும குட்டம்)

இந்நோயினால் உடல் முழுமையும் கறு நிறமடைந்து, தோலுரிந்து சிவக்கும். தோல் வறட்சியடைந்து வெடித்து நமை உண்டாகும். யானையின் தோல் போல் கடினப்பட்டு, வரவரத் தோல் சுருங்கி இழுத்துக் கொள்ளும். உடலெங்கும் வலித்தல், கால் விரல்கள் கனத்தல் என்னும் குறிகளும் காணும்.

5. காதுப் பெருநோய் (கர்ண குட்டம்)

இந்நோயில் தோல் பொரி போல் வெடித்து உடம்பெங்கும் வலிக்கும். முக்குற்றத்தின் குணங்கள் தோன்றும். உடல் பருத்துத் திமிருண்டாகும். காதுகளின் விளிம்புகள் காக்கணம் பூவின் நிறத்தைப்போல் கறுத்த நீல நிறம் ஆகும் என்னும் குறிகளைப் பெறும்.

6. தோல் பெருநோய் (சர்ம குட்டம்)

இந்நோயில் தோல் பசுமை, வெண்மை, சிவப்பு, கறுமை ஆகிய நிறங்களாக மாறித் தினவுண்டாகித் தடித்து வெடித்து, அதனின்று சீழ் கசியும். அடிக்கடி அடி வயிற்றிலும் குறிக்கு மேலிடத்திலும் சொறியுமாறு செய்யும். சொறிந்த இடங்களில் எரிச்சல், வெப்பமாகத் தோன்றல் ஆகிய குறிகளைக் காட்டும். திமிரும் உண்டாகும்.

7. கறு பெருநோய் (கிருட்ண குட்டம்)

இதில் தோல் முழுமையும் கறு நிறமாகித் தோல் தடித்துச் சற்று சிவந்து , திமிர்த்து, நாற்றத்தோடு காணப்படும். அன்றியும் உடலில் அழற் குற்றம் கூடி, மிகச் சூட்டையும் வலியையும் பிறப்பிக்கும். இந்நோய் பெரும்பான்மையும் புறங்காலிலும், அரையிலும், தலையிலும் வருவதாகும்.

8. அத்திக்காய்ப் பெருநோய் (அவுதும்பர குட்டம்)

இந்நோயில் அத்திக்காய் போல், சிறிதும் பெரிதுமான கழலைகள் போன்று தோலிலிருந்து முளைத்தெழுந்து நாளுக்கு நாள் பெருத்து. அத்திக்காய் மரத்தில் காம்பொடு தொங்குவது போலக் கழலை கழலையாக உடம்பு முழுமையும் தொங்கும். உடல் கறுத்துச் சுருங்கும். அன்றியும் உடல் முழுமையும் தினவு, சொறி, திமிர் உண்டாகிச் சொறிந்தவிடத்தில் செந்நீர்பாய்தல், மயக்கமுண்டாதல் என்னும் குறிகளையும் காட்டும்.

9. வளையப் பெருநோய் (மண்டல குட்டம்)

இந்நோயில் தலையிலிருந்து உடல் முழுமையும் பச்சை நிறத்தோடுங் கூடிய சிவப்பான வளைவான படையைப் போலத் தோலுக்கு மேல் தடித்துக் கறுக்கும். அன்றியும் தினவெடுத்துச் சொறியும்படி செய்தல். சொறிந்த இடமெல்லாம் சிவந்து அதனின்னு நீர்வடிதல், தலைமயிர் வெளுத்துப் போதல் ஆகிய குறிகுணங்களும் காணும்.

10. வளிப் பெருநோய் (அபரிச குட்டம்)

இந்நோயினால் உடம்பு முழுமையும் நோதல், குருதி கறுநிறமடைதல், மனந் துன்புறுதல், உடல் துடித்து நோதல், உடலில் வளிக்குற்றம் மிகுந்து குடைச்சல், குத்தல் உண்டாவதோடு உடல் நடுங்கல், நீர் கொட்டல், உடல் வீங்கி வெடித்துப் புண்ணாதல் ஆகிய குறிகுணங்கள் தோன்றும்.

11. சொறிப் பெருநோய் (விசர்ச்சிகா குட்டம்)

இந் நோயில் வளி, அழல் ஆகிய குற்றங்கள் தன்னளவில் மிகுந்து தோலைத் தடிக்கச் செய்து தினவு, எரிச்சல், தாங்க முடியாத வலி முதலியவைகளை உண்டாக்கும். அன்றியும் தோல் வெடித்து வீங்கிப் புண்ணாகிப் பாம்பின் தோல் போன்று மினுமினுத்து, உடலும் கறுத்துப் போதலாகிய குறிகுணங்கள் காணும்.

12. செண்டை (செங்குட்டம், விபாதிகா குட்டம்)

இந் நோய் ஐய, அழல் கூட்டால் பிறந்து, உடலின் தோல் வெடித்து, தாங்கொணா எரிச்சலையும் சூட்டையும் உண்டாக்கி, கை, கால், கண், காது கழுத்து என்னும் இவ்விடங்களில் தோல் வெடித்து, சீழ்கோர்த்து, இவ்விடங்களில் வீக்கத்தையும் புண்களையும் உண்டாக்கும். வெடித்துப் புண்ணான இடங்களின் தோல், பாம்பின் தோலைப் போல் மினுமினுத்துக் காணல். என்னும் குறிகுணங்களோடு கை, கால் சந்துகளில் தோல் கறுத்துத் தடித்துக் காணும்.

13. பன்றித் தோல் பெருநோய் (கிமப குட்டம்)

உடலின் நிறம் பச்சையாகித் தோல் பன்றியின் தோல் போல் தடிக்கும். தினவும் சொறியுமுண்டாம். சிறுநீர் அடிக்கடி செந்நிறத்தோடும் நாற்றத்தோடும் இறங்கும். உடலில் பொறுக்க முடியாத நாற்றமெழும் என்னுங் குறிகுணங்களைக் காட்டி, நோய் முதிரிச்சி அடையும்போது பக்கவாதமும் தொடரும்.

14. தோல் வெடிப் பெருநோய் (சர்மதல குட்டம்)

இந் நோயில் உடலெங்கும் வலித்துக் கீறலாக வெடித்துத் தடித்துச் சிவப்பு நிறமாகும். நோயுள்ள இடங்களைத் தொடினும் நோயகும். தினவெடுக்கும். மயக்கமும், தளர்ச்சியும் உண்டாகும். வயிறு வலிக்கும் என்னுங் குறிகளைக் காட்டும்.

15. தடிப்புப் பெருநோய் (தத்துரு குட்டம்)

இந் நோயில் தோல் வட்ட வட்டமாகப் படையுண்டாகிச் சிறிது வெளுத்தாற் போலச் சிவந்து தினவை உண்டாக்கும். மயிர்கள் சுருண்டு திரட்சியாகும். அழல்/ஐயம் பெருகி, உடலைக் கதிக்கச் செய்து, திமிரை உண்டாக்கி, உடலை ஊதச் செய்தல் ஆகிய குறிகள் தோன்றும்.

16. நாப் பெருநோய் (சித்மா குட்டம்)

வளி - தீக் குற்றப் பெருக்கால் ஏற்பட்ட இந்நோய் உடலைச் சுரைப்பூவைப் போன்று வெண்மையாக்கும். உடல் முழுமையும் திமிரச் செய்து, பசுமஞ்சள் நிறத்தைப் பிறப்பிக்கும். உடலை அசைக்க முடியாதபடி நோதல், நினைவு அழிதல் என்னும் குறிகளையும் உண்டாக்கும்.

17. புரைப் பெருநோய் (சதாரு குட்டம்)

இந் நோயில் உடல் குருதியைப் போல் சிவப்பாகவோ அல்லது பசுமையும் வெண்மையும் கலந்த சிவப்பு நிறமாகவோ மாறும். படைகள் உண்டாகி, அதில் எரிச்சல் தினவு உண்டாகிச் சொறிந்த இடங்களிலெல்லாம் கரடுகட்டிப் புண்ணாகிப் புரை போடும். இவ்வாறாகக் கரடுகட்டியது பாம்பைப் போல் உருண்டும் நீண்டும், பருத்தும் காணும். அன்றியும் மூக்கு, காது, கன்னம் இவைகள் துடிக்கும். இக் குறிகுணங்கள் காண்பதோடு வளி, அழல் குற்றங்கள் இந்நோயில் மிகுந்தெழுமென அறிக.

18. வெண்படை (சகுவத குட்டம் - வெண் குட்டம்)

இந் நோயில் உடலில் தோல் தடித்தேனும் அல்லது தடிக்காதேனும் வெளுத்துக் காணல், அல்லது உடல் முழுமையும் மயிரும் வெளுத்துக் காணல். உதடு உள்ளங்கை, எருவாய், குறி முதலியவிடங்களில் நெருப்பு பட்டாற்போல் எரிச்சலும், தீப்புண் உலராது இருக்கும்போது காணும் வெண்மை கலந்த செந்நிறம் போல் காணல், 'வெண் படைகளில் கறும்புள்ளி காணல் என்னும் குறிகுணங்கள் காணப்படும். வெண்படை நோய்ப் பெருநோயால் வருவதாதலின் இது பெருநோய் போலவே தொற்று நோயாகும். எளிதில் குணமாகாது. தோலோடொட்டி வரும் வெண்படைகளில் சில ஆண் - பெண் கூட்டால் பிறக்கும் மேக நோயாகிய கொறுக்கு நோய்க்குத் துணையாகவும் வருவதுண்டு. அம்மேக நோய்க்கான மருத்துவத்தையும் இந்நோய்க்கான மருத்துவத்தையும் செய்வித்து மேலுக்கும் பற்றிட, நோய் தீரக் கூடும். சில வெண்படைகள் (வெண் குட்டங்கள்)

தொற்று நோயாக இல்லாதிருப்பினும், சில வேளை நோயினர் மக்கட்கும் வருவது உண்டு. ஆயினும் மருத்துவத்திற்குக் கட்டுப்படும்.

சரபேந்திர வைத்திய முறையில் குட்டங்கள்

மேற்கண்ட வகைப்பாட்டினைப் போலவே மேலும் ஒரு வகையில், சரபேந்திர வைத்திய முறைப்படி குட்டங்கள் விளக்கப்பட்டுள்ளன. அவை வருமாறு :

1. புண்டரீக குஷ்டம்

தாமரையின் பூவிதழ்போல் குவிந்து கறுப்பு, வெளுப்பு, சிவப்பு இவைகளுடன் கூடி, சருமத்தில் இரணம் உண்டாகும். அரிப்பு இருக்கும். சொறிந்தால் சுனைநீர் போல் நீர் கசியும், வேதனையுண்டாகும்.

2. விஸ்பேடை குஷ்டம்

சரீரத்தில் அரிப்பு ஏற்பட்டு, சருமத்தில் வெடிப்புகள் ஏற்படும். தீச்சுட்டால் போன்ற எரிச்சலைக் கொடுக்கும். சிற்சில இடங்களில் நல்ல பாம்பின் படம்போல் தடித்து வெண்மையாகும். சிவப்பு நிறமான துர்நீர் கசியும். தூக்கமும், அதிகமான வேதனையையும் தரும். தோலும் தடிக்கும்.

3. நம குஷ்டம்

அரிப்பு உண்டாகிச் சருமம் வெளுத்துச் சீழ்வடியும், தேகம் குன்றும், சரீரத்தில் எரிச்சல் எடுக்கும். தாமரைக் குடைப் போன்று மேலே சொறியும் உண்டாகும். பாம்பின் தோலைப் போல் வீங்கும். கால், கைகள் குறைவடையும்.

4. கேச்சர்ம குஷ்டம்

தோல் கறுநிறமாகி உரியும். உரிந்த இடம் சிவப்பாகும். பின் 'வற வற' என்று அந்த இடம் இருக்கும். நாளா வட்டத்தில் வெடிப்புகள் காணும். அரிப்பு உண்டாகும். கால், கை விரல்கள் கடினமாகி எரிச்சலைத் தரும். தேகத்தில் வலியும் ஏற்படும்.

5. கரண குஷ்டம்

சருமம் வெடிக்கும். உடல் வேதனை மிகுதியாகும். தேகம் வீங்கி, மத மதப்பு உண்டாகும். மர்மஸ்தானம் காக்கணத்தின் பூவைப்போல்

வெண்ணிறத்தையோ நீல நிறத்தையோ அடையும். வீக்கமும் ஏற்படும். மனக் கிலேசமும் அதிகரிக்கும்.

6. சிகுர குஷ்டம்

உடல் பொதுவாக வெண்ணிறத்தையோ அல்லது பசுமை நிறத்தையோ அடையும். சிவப்பும், கறுப்புமான தடிப்புகள் உண்டாகித் தாங்க முடியாத அரிப்பு உண்டாகும். தடிப்புகளிலிருந்து சிற்சில சமயம் சீழ் ஒழுகும். தசை, வயிறு பின்புறம் முதலான இடங்களில் நமைச்சலுண்டாகும். தேகத்தில் மத மதப்பு தோன்றும். தசையில் எரிச்சல் ஏற்படும். வயிற்றினடியில் தடிப்பு உண்டாகும்.

7. கிருஷ்ண குஷ்டம்

தேகம் கறுத்துப்போம். சிவந்த தடிப்புகள் உண்டாகி, தொட்டால் தெரியாமல் மத மதப்பு உண்டாகும். நாற்றம் எடுக்கும். உஷ்ணம் தாக்கும். உடம்பில் வலி எடுக்கும். புறங்கால், தலை முதலான இடங்களிலும் வலி அதிகமிருக்கும்.

8. அவுதும்பர குஷ்டம்

தேகத்தில் அத்திக்காயை ஒத்த கரணைகள் உண்டாகும். நாளா வட்டத்தில் அது பெருகும். உடம்பில் தோல் கரணையின் பாரம் தாங்காமல் திரைந்து தொங்கும். மத மதப்பும் ஏற்படும். அரிப்பு ஏற்பட்டுச் சொறிந்தால் செந்நிறமான துர்நீர் கசியும். மயக்கம் ஏற்படும்.

9. மண்டல குஷ்டம்

உடம்பு, தலை முதலான இடங்களில் பச்சை வர்ணமாகவும், சிவப்பு வர்ணமாகவும் தடிப்புகள் ஏற்படும். சிற்சில இடங்களில் தேகத்தில் கறுநிறமான படைகளும் ஏற்படும். அரிப்புண்டாகும். சொறிந்தால் சிவப்பு நிறமான நிணநீர் பெருகும்.

10. அபர்பாச குஷ்டம்

தேகத்தில் தாங்கமுடியாத வலியுண்டாகி, இரத்தம் கறுநிறத்தையடையும். மனக் கிலேசம் அதிகரிக்கும். தேகத்தில் வாயு அதிகரிக்கும். வீக்கத்துடனே உடலில் வெடிப்புகள் ஏற்படும்.

11. விசர்ச்சிகா குஷ்டம்

வாத பித்தக் கோளாறினால் உடலில் வெண்ணிறமான தடிப்புகள் ஏற்படும். தொட்டால் 'வழ வழ' என்று எண்ணெய் தடவியதைப் போலாகும். எரிச்சல், அரிப்பு முதலானவைகளும் உண்டாகும். சிற்சில இடங்கள் செந்நிறமாகத் தடிக்கும். நாவறட்சி உண்டாகும். வயிறு உப்புசம், எரிச்சல், சலசலப்பு முதலான குறிகளும் காணும்.

12. வையாதி குஷ்டம்

கப - பித்தங்கள் கோபித்து உடம்பில் வெடிப்புகளை உண்டாக்கும். தாங்க முடியாத வலி, அழற்சி முதலியவைகளை உண்டாக்கும். மேலும் கண், காது, தொண்டை, விரை முதலான இடங்களில் புண்களுண்டாகும். பாம்பின் உடலைப் போன்ற நிறத்தையடையும்.

13. கிடிப குஷ்டம்

சரீரம் பசுமை நிறமடைந்து யானைத் தோலைப் போன்று தோல் கடினமாகும். அதிகமான அரிப்பு ஏற்படும். அடிக்கடி மூத்திரம் இறங்கும். உடல் நாறும், வீக்கமுண்டாகும்.

14. தத்ரு குஷ்டம்

தேகத்தில் சிவப்பு நிறமாகவும், வட்டமாகவும் பற்பல தழும்புகள் ஏற்படும். உடல் வெளுக்கும். வலி ஏற்படும். மயிர் சுருண்டு போய் உருண்டையாகச் சடையாகும். பித்த கபம் அதிகரிக்கும்.

15. சர்தேவ (சர்மதல) குஷ்டம்

உடம்பு வலியேற்படும். கீற்று கீற்றாகத் தேகத்தில் வெடிப்புகள் உண்டாகி, வலியைத் தரும். தொட்டால் அதிக வேதனையைத் தரும். சிவப்பு நிறமாகும். மயக்கம், அசதி, வயிற்று வலி இவைகளும் காணும்.

16. ஸித்ம குஷ்டம்

வாத - பித்தம் அதிகரித்துத் தேகத்தில் சுரைப் பூவைப் போன்ற நிறமுள்ள தடிப்புகள் ஏற்பட்டு, மதமதப்புடன் வட்டமாக ஆகும். சிவப்பு நிறமான நீர்க் கசிவும் உண்டாகும். தேகத்தையும் அசைக்கமுடியாது, மறதி அதிகமாகும்.

17. சாதாரு குஷ்டம்

இரத்த நிறமான தடிப்புகளும், செழும் பச்சை, வெள்ளை இவைகளோடு கூடிய தடிப்புகளும் காணும். எரிச்சல், அரிப்பு முதலியவை தீரும். கபமும், வாதமும் அதிகரித்துக் கரடு கட்டிப் புண்ணாகும். பாம்பின் தோலைப் போன்று தடிக்கும். மூக்கு, காது, கன்னம் முதலான இடங்கள் தடிக்கும்.

18. சுவேத குஷ்டம்

உடல் பூராவும் வெளுத்துப் போகும். மயிர் வெளுத்தால் அது அசாத்யமாகும். உள்ளங்கை, குதம், குய்யம் முதலான இடங்கள் நெருப்புச் சுட்டாற் போல் எரியும். சிவந்துபோகும். உடலும் வீங்கும்.

வெண் குட்டம்

வெண் குட்டம் என்ற நோயை வெண்படை என்றும் சுவேத குட்டம் என்றும் சொல்வர்.

இயல்

வெண்படையாவது உடலில் மங்கிய வெண்மையான நிறமுள்ள, பல அளவான புள்ளிகளும் படைகளும் விகாரமாகக் காணுவதோடு சிலவேளை அவ்விடத்திலுள்ள மயிரும் வெளுத்துக் காண்பதான ஒரு நோய்.

குறிகுணம்

இந்நோயில் தோல் தடித்தல் அல்லது தடிப்புறாதிருத்தல் உடல் முழுவதுமாவது முகம், கை, கால், உதடு, உள்ளங்கை எருவாய், குறி முதலிய சில இடங்களிலாவது மங்கிய வெளுப்பு நிறமான, பல அளவுகளுள்ள புள்ளிகளாவது ஏற்படுதல். அவ்விடங்களின் மயிர் வெளுத்தல், சில வேளை உதிரல், சில வேளை அவ்விடங்களில் எரிச்சல் காணுதல் ஆகிய குறிகுணங்களைக் கொண்டிருக்கின்றது.

நோய்க் காரணம்

பொதுவாகக் குட்டம் வரக் காரணமானவைகளே இந்நோயையும் விளைவிக்கின்றன என்று கூறப்படினும், சரியான காரணம் இன்னும் தெளிவாகத் தெரியவில்லை. தோலில் துணி முதலியவற்றினால் விடாமல் ஏற்படும் உராய்தல்,

தரமற்ற சுரபி நீர்களின் விகற்பம், நெளியும் பொருட்கள் தோலில் அடிக்கடி உராய்தல், சத்தற்ற உணவு போன்றவை சில காரணங்களாக எண்ணப்படுகின்றன.

இத்தோல் நோய் கண்டவிடத்தில் தோலில் காணும் நிறமிகள் என்ற உடலுக்கு நிறத்தைக் கொடுக்கக் காரணமான வில இம்மிகள் குறைந்து போதல் அல்லது இல்லாமல் இருத்தலைக் கண்டுள்ளனர். இந்நோய் ஒருவகை காமியத்தால் பிறக்கும். மேக நோயாகிய கொறுக்கு நோய்க்குத் துணையாகவும் வருவதுண்டு. தொழு நோயினும் வெண் படை காண்பதுண்டு.

நோய் பகுப்பு

வெண்படை நோயானது குற்ற அளவாக வாத வெண்படை, பித்த வெண்படை, கப வெண்படை என்று மூன்றாகக் கூறப்பட்டுள்ளது. இதனுடன் மேக வெண்படையையும் கூட்டிக் கொள்ளலாம். மேக நோயிலும் தொழு நோயிலும் ஏற்படும் வெண்படைகள் தொற்றக் கூடியன. ஏனையவை தொற்றாதவை. எனினும் சில வேளை பரம்பரை நோயாக வருவதுண்டு. தொழு நோயிலும் வெண்படை காண்பதுண்டு.

1. வாத வெண்படை : இது சொரசொரத்துச் சிவந்து, செந்நிறம் கறுமைச் சாயலுடன் வெளுத்திருக்கும்.

2. பித்த வெண்படை : இது செந்தாமரைப்பூ இதழ்போல் சிவந்த வெளுப்பாகப் பரவும். அவ்விடங்களில் எரிச்சலும் மயிர் உதிர்வதுமாய் இருக்கும்.

3. கப வெண்படை : தும்பை மலர் போல வெண்மையாக வெளுத்து, கொஞ்சம் தடித்துப் பரவும் இடங்களில் நமைச்சல் உண்டாகும்.

இம்மூன்று வகைத் தோற் பிணிகளும் குருதி, மாமிசம், கொழுப்பு ஆகிய உடல் தாதுக்களைப் பற்றினால், பார்வைக்கு அருவருப்பும் விகாரமும் ஆன நிறங்களையும் உண்டாக்கும். அன்றியும் இவைகளால் தேகத்தில் வீக்கமும், வெடிப்பும் உண்டாகும் என்றும் கூறப்பட்டுள்ளது.

4. மேக வெண்படை : இது கொறுக்கு நோய் உடலில் கலந்த நான்கு முதல் ஆறு மாதங்களுக்குப் பின் தோன்றுகிறது. இது வளர்ந்த நிலையில் கொறுக்கு நோய் மீளும்போது உண்டாகிறது. இவ்வித வெண்படை அநேகமாகக் கழுத்தின் பின் புறப்பகுதிகளில் காணுகிறது. சில வேளை தோல் பெருத்து, முதுகின் மேற்பாகம், கரம் ஆகிய இடங்களின் தோலையும் பரவலாகப் பாதிக்கிறது.

மேக வெண்படையால் பாதிக்கப்பட்ட பகுதிகள் நிறமிகள் இன்றி வெளுத்த சிறு சிறு படைகளைக் காட்டும். இப்படைகளின் சுற்று வரம்பு மஞ்சள் கலந்த மர நிறமாகவாவது இளம் மர நிறமாகவாவது உள்ள நிறமி அதிகரித்த வளையங்களுடன் காணுகிறது. இப்படைகள் வட்டமாகவும், இரண்டு முதல் மூன்று மி.மீட்டர் விட்டமும் அதற்கும் மேற்பட்ட அளவுகளிலும் உண்டாகும். இந்நோயில் நிறமியற்ற பகுதிகளும், நிறம் மிக்கப் பகுதிகளும் மாறி மாறி நிறைத்து சேர்ந்து காண்பதால் தோல் கண்ணுள்ள சல்லடை போன்று தோற்றமளிக்கும். இந்நோய் பெண்களில் அதிகமாகக் காணப்படுகின்றது. இது பல மாதங்களாவது பல ஆண்டுகளாவது உடலில் அப்படியே இருக்கும். கொறுக்கு நோய்க்கான மருத்துவம் செய்ய மெதுவாகக் குறையும்.

இவை தவிர உடல் முழுவதும் நிறமிகளற்றுப் போய் வெளுப்பாகக் காணும். வெளுப்புடல் என்ற ஒரு நிலையும் சிலரில் காண்கிறது. இவர்களின் உடல் முழுவதும் வெளுத்துக் காண்பதோடு உடலின் மயிர் பழுப்பாகவாவது வெள்ளையாகவாவது இருக்கும். இவ்வகையான வெளுப்புடல் கொண்டவர்கள் இளம் வெயிலைக் கூட தாங்க முடியாதவர்களாய் இருப்பார்கள். பறங்கியரைப் போலத் தோற்றம் கொண்டவர்களாய் இருப்பர்.

மருத்துவம்

பெருநோய்க்கு எண்ணெய்ப் பூச்சு

ஊமத்தம் வேர்
கழற்சிக் கொடி வேர்
சித்திரமூல வேர்
அவுரி வேர்

இவைகள் வகைக்கு 2 வராகனெடை அளவு எடுத்து, துருசு 2 வராகனெடையும் எடுத்து, இடித்துத் தூள் செய்து ஆமணக் கெண்ணெய் 1 படி குழப்பி

தேன்	-	ஒரு உழக்கு
எருக்கம்பால்	-	ஒரு உழக்கு
ஆலம்பால்	-	ஒரு உழக்கு

இவைகளையும் சேர்த்து, அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துப் பதத்தில் இறக்கவும். இதனை உடலில் தேய்த்துப் பிடித்து விடவும்.

40 நாட்களில் வண்டு கடி, பெருநோய் முதலானவை தீரும்.

80 நாட்களுக்கு வெந்நீர் சாதம் சாப்பிடவும்.

விப்புருதி, பெருவியாதி, புண், கிரந்திக்குக் கல்கம்

முற்றிய வேப்பம் பட்டை
வெற்றிலைக் கொடி சமூலம்
கழற்சிக் கொடி கிழங்கு
புங்கம் பட்டை
வாழைக் கிழங்கு

இவைகளை வேப்பிலைச் சாறு விட்டு நன்றாக அரைத்து ஒரு பாக்களவு எடுத்து, அந்தச் சாற்றிலேயே குழப்பி உட்கொள்ளவும். எண் ஒன்றில் கூறப்பட்ட எண்ணெயைத் தடவி வரவும். 40 நாட்கள் இவ்வாறு பூசி வரவும். 10 நாட்களுக்கொருதரம் தைலத்தினால் தலை முழுகவும்.

பத்தியம்

புளி, உப்பு இவைகளைச் சேர்க்காமல் வெந்நீர் சாதம் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்கள்

தினவு, அரிப்பு, தடிப்பு, பெருவியாதி விப்புருதி, புண், கிரந்தி, உண்டைக்கட்டு முதலானவை நீங்கும்.

குட்டத்திற்குக் கெந்தக மருந்து

நெல்லிக்காய் கந்தகம் 1 பலம் எடுத்து, வேப்பெண்ணெய் விட்டு நன்றாக அரைத்து அதனுடன் வெற்றிலைச்சாறு 3 படி விட்டுக் குழப்பி வெயிலில் வைக்கவும். இறுகியபின் அதனுடன் தேன், நெய் இவைகளைவிட்டு 40 நாட்கள் உட்கொள்ளவும். 18 வகைக் குட்டங்களும் நீங்கும்.

குட்டம் முதலானவற்றுக்குக் காகபற்பம்

துத்த நாகத்தை உருக்கி பசு மூத்திரத்தில் சாய்த்து சுத்தி செய்யவும். ஒரு சட்டியை அடுப்பின் மேலேற்றி அந்த நாகத்துடன் செந் நாயுருவித் துண்டுகளைக் கூடப்போட்டு எரித்து, வேப்பங் குச்சியினால் கிளறவும். 3 நாட்கள் இவ்வாறு

செய்யவும். பின்னர் நுணுக்கித் தூளாக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். இந்தப் பற்பத்தில் 1 பணவெடை (3 1/2 குன்றி) எடுத்து, சர்க்கரை, தேன், வேப்பெண்ணெய் இவைகளுடன் கூட்டி உட்கொள்ளவும். பலவகையான குட்டங்கள், கடி விஷம் கிராணிகள் முதலானவைகளும் தீரும்.

வல்லாதகி ரசாயனம்

1000 வெற்றிலைக்குச் சுண்ணாம்பு தடவி, இடித்துச் சாறு பிழிந்து கொள்ளவும். அதில் மூக்கையறிந்த சேராங் கொட்டைகளை (சுமார் 200) ஊறப் போடவும். பின்னர் இவைகளை வெயிலில் உலர வைத்து இடித்து 4 மரக்கால் சுத்த நீர் விட்டு, ஒரு மரக்கால் ஆகும் வரை வற்றவைக்கவும். கஷாயத்தை வடிகட்டிக் கொண்டு 5 சேர் வெள்ளைச் சர்க்கரை சேர்த்துப் பாகுபதமாகக் காய்ச்சவும். இதனுடன்

மிளகு, சுக்கு, திப்பிலி மூலம் இவைகள் வகைக்கு 5 பலம்

சித்திர மூலவேர்	-	2 பலம்
திப்பிலி	-	2 பலம்
தான்றித் தோல்	-	2 பலம்
கழற்சிக் கொடி வேர்	-	6 பலம்

இவைகளைச் சூரணித்து ஆவின் நெய் 1 படியும் விட்டுப் பாகுடன் கிளறி இலகிய பதத்தில் இறக்கவும். நன்றாக ஆறியபின் தேன் 1 படி விட்டுக் கலந்து 2 காசெடையள வெடுத்து உட்கொள்ளவும். 40 நாட்கள் உட்கொள்ளக் குட்டங்கள், பற்பல கடிவிஷங்கள் முதலானவை தீரும்.

குட்டத்திற்குத் தகரை லேகியம்

தகரை விதை, கொடிவேலி வேர், வாயு விடங்கம், மஞ்சள், வெட்பாலைப் பட்டை, எருக்கம் வேர், செங்கழுநீர்க் கிழங்கு, கோஷ்டம், மர மஞ்சள், நெல்லிப் பருப்பு, கொன்றைக் கொழுந்து, கார்போக அரிசி இவைகளைக் கல்வத்திலிட்டுப் பசுவின் மூத்திரம் விட்டு அரைத்து உடலில் பூசவும். குட்டங்கள் தீரும்.

குட்டத்திற்குக் குழித்தைலம்

தகரை விதை, கார்போக அரிசி, எள்ளு, உளுந்து, சுத்தி செய்த செங்கொட்டை இவைகள் வகைக்கு 1 படி

வாலுளுவை வேர், தகரை வேர், வெள்வேலம் புரணி, தேக்கம் செதிள், எருக்கம் வேர், புளியஞ் சிராய், வெட்பாலைப்பட்டை, மான் கொம்பு, துளசி வேர், சிறு குறிஞ்சான் வேர், நெடுங் குறிஞ்சான் வேர், கொன்றைப் பட்டை, செம்புளிச்சை, செங்கதாரிப் பட்டை, சதுரக் கள்ளிச் சிராய் இவைகள் வகைக்கு 5 பலம்

சுத்தி செய்த பாதரசம் -	$^1/_2$ பலம்
நெல்லிக்காய் கந்தகம் -	1 பலம்
பொரித்த பெருங்காயம் -	1 பலம்

இவைகள் எல்லாவற்றையும் கல்வத்திலிட்டு, எலுமிச்சம் பழச்சாறுவிட்டு நன்றாக அரைத்து, ஒரு பெரிய பானையின் அடியில் ஒரு துவாரம் போட்டு அதன் உட்பக்கத்தில் இக்கல்கத்தை நன்றாகப் பூசிவிடவும். பின்னர் முற்கூறிய வேர் விதை முதலானவைகளைச் சுமாராக இடித்துப் பானைக்குள் போடவும். பானை வாய்க்குச் சீலைமண் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பூமியில் ஒரு குழி செய்து அதில் ஒரு கலசத்தை வைத்து அதன் மேல் மருந்துள்ள பானையின் துவாரம் நடுவில் வரும்படியாகப் பொருத்தி சீலைமண் செய்யவும். பின்னர் சுற்றிலும் எருமுட்டைகளையோ அல்லது விறகையோ அடுக்கி 1 சாமம் எரிக்கவும். நன்றாக ஆறியபின், பானையை நீக்கிக் கலசத்தில் விழுந்திருக்கும் குழித்தைலத்தை எடுத்து பத்திரப் படுத்தவும்.

இந்தத் தைலத்தில் 3 $^1/_3$ குன்றி அளவுக்கு உள்ளுக்குச் சாப்பிட்டு, மேலுக்கும் பூசவும். குட்டங்கள் தீரும்.

8. கெந்தக ரசாயனம்

சுத்தி செய்த கெந்தகம் - 6 பலம்

சுக்கு, திப்பிலி, மிளகு, சுத்தி செய்த சேராங் கொட்டை, நெல்லிவற்றல், வெள்ளைக் கொடி வேலி வேர், யானைத் திப்பிலி, வாயுவிடங்கம், சன்னலங்கப்பட்டை, லவங்கப் பத்திரி, கடுக்காய்த் தோல், தான்றித் தோல், ஏலக்காய் வகைக்கு ஒரு பலம்

இவைகளைக் கல்வத்திலிட்டு இடித்து வஸ்திரகாயஞ் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். தேக பலத்திற்கு ஏற்றபடி 1 முதல் 3 வராகனெடையளவு காலை நேரங்களில் தேனிலோ, வெண்ணெயிலோ, நெய்யிலோ, சர்க்கரையிலோ, அல்லது வாழைப்பழச் சாற்றிலோ கொடுக்கவும்.

பத்தியம்

புளிப்புச் சுவை பதார்த்தங்கள், கடுகு இவைகளை நீக்கவும். பசுவின் பால் சாதம் சாப்பிடவும். நீடித்த ஆயுளும், நல்ல தேக அழகும் பலமும் தரும். கிராணி, குஷ்டம், மகோதரம், அக்கினி மாந்தம், மூலம், பித்தம் முதலானவை நீங்கும்.

45 நாட்கள் உட்கொள்ளவும்.

9. குட்டம், பவுத்திரம் உட்பட்ட பல வியாதிகளுக்குக் குக்குறு கிருதம்

முற்றிய வேப்பம் பட்டை, கண்டங்கத்திரி வேர், ஆடாதோடை வேர், பேய்ப்புடல், முற்றிய சீந்தில் கொடி, சிறுவழுதுணை வேர்

இவைகளை வகைக்கு 10 பலங்கள் வீதமெடுத்து இடித்து ஒரு முடாவிலிட்டு 8 மரக்கால் சுத்த நீர் விட்டு, அடுப்பின் மேலேற்றி ஒரு மரக்காலாகும் வரை வற்றவைத்து, வடிகட்டிக் கொள்ளவும். இதனுடன் பசுவின் நெய் 1 படி சேர்த்துக் கொள்ளவும்.

வாயுவிடங்கம், சந்திச் சாரம், பொன் முசுட்டை வேர், மிளகு கொடி வேலி வேர், திப்பிலி மூலம், மஞ்சிட்டிக் கிழங்கு, வசம்பு, கடுக்காய்த் தோல், அதிவிடயம், வெட்பாலையரிசி, கடுக ரோகிணி, நவச்சாரம், செவ்வியம், ஏலக்காய், கோஷ்டம், திப்பிலி, மஞ்சள், சுக்கு, சீரகம், ஓமம், வீழி வேர்ப்பட்டை, தேவதாரு

இவைகள் வகைக்கு ஒரு வராகனெடையும் சுத்தி செய்த சுக்கு ஐந்து வராக னெடையும் எடுத்து, இடித்துத் தண்ணீர் விட்டு நன்றாக அரைத்து, முன்கூறிய கஷாயத்துடன் குழப்பி, அடுப்பின் மேலேற்றி ஐந்து நாட்கள் சிறுகச் சிறுக எரித்து, ஆறாவது நாளன்று பக்குவத்தில் இறக்கவும். இதனை வடிகட்டி ஒரு ஜாடியில் பத்திரப்படுத்தவும். இந்த நெய்யில் சுத்தி செய்த குங்கிலியம் 5 வராகனெடை எடுத்து நுணுக்கிச் சேர்த்து வைத்துக் கொள்ளவும். தினம் காலையில் 2 வராகனெடை உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்கள்

பாண்டு, மண்டைச் சூலை, க்ஷயம், குட்டம், வீக்கம், கண்டமாலை, விப்புருதி, ரத்தவாதம் வாந்தி, புண்கள் முதலியன குணமாகும்.

10. கெந்தக பற்பம்

சிறு சின்னிலையை எடுத்துத் தண்ணீர் விட்டு, நன்றாக அரைத்துக் குகை செய்து வைத்து, அதனுள் சுத்தி செய்த கெந்தகத்தை இட்டு மூடி, ஓட்டில் வைத்துச் சீலைமண் செய்து குக்குடப் புடம் (ஒ சாண் நீள அகலமுள்ள புடம்) இடவும்.. பின்னர் புடத்தைக் கலைத்து பற்பத்தைப் பத்திரப்படுத்தவும். ஒரு நெல்லெடை எடுத்துத் தேனில் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்கள்

வயிற்று வலி, மேக ரோகம், வாத ரோகம், கிரந்தி வீக்கம், பாண்டு, குட்டம், கர்ப்ப ரோகம், சூலை முதலான நோய்கள் நீங்கும்.

11. குட்டங்களுக்குப் புங்கம் நெய்

புங்கம் பட்டை, தேவதாரு, சுத்தி செய்த சேங்கொட்டை, வேப்பம் பட்டை, கச்சோலம், வில்வ வேர், சாறளை வேர், ஆயிற்பட்டை, கடுக்காய்த் தோல், கள்ளி வேர், கொடிவேலி வேர், சுத்தி செய்த வாளம், கண்டத் திப்பிலி, புஷ்கர மூலம்

இவைகளை வகைக்கு 10 பலம் எடுத்து வெட்டி ஒரு முடாவிலிட்டு 4 மரக்கால் சுத்த நீர் விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி ஒரு மரக்காலாகும்வரை வற்றவைக்கவும். பின்னர் பருத்திக் கொட்டை, கொள்ளு இவைகளை வகைக்கு 1 படி எடுத்து இடித்து 12 படி சுத்த நீர் விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி, 3 படியாகும் வரை வற்றக் காய்ச்சி, இரு கஷாயங்களையும் ஒன்று சேர்த்துப் பசுவின் நெய் 3 படியும் விட்டு:

கடுக்காய்த் தோல், தான்றித் தோல், கம்பில்லம் (ஞாழல்), வஞ்சிப்புல், வாசனைப்புல், சுக்கு, நெல்லிவற்றல், வசம்பு, சிறுதேக்கு, வால் விடங்கம், யானைத் திப்பிலி

இவைகளை வகைக்கு 1 பலம் வீதம் எடுத்து இடித்துச் சூரணம் செய்து கஷாயத்துடன் கலந்து அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துப் பதத்தில் இறக்கி வைத்துக்கொண்டு, வேளைக்கு 1 காசெடை வீதம் உட்கொள்ள, சோணித வாதம், மூலம், கட்டி, குன்மம், பிரமேகம் முதலியன போம். கொத்துக் கடலையைப் பச்சையாகத் தின்று, வாலுளுவை அரிசியைப் பசுவின் பால் விட்டரைத்துப் பாலில் குழப்பி அருந்தவும். இதனையே உடம்பின் மேல் தேய்த்துக் குளிக்கவும். 12 நாட்களுக்கு வெந்நீர் சாதம் மாத்திரமே சாப்பிடவும். குஷ்ட ரோகம் தீரும்.

தேத்தான் பழத்தின் விதையை நீக்கிப் பழச்சதையை நன்றாக அரைத்துத் தூவனங்காய் அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி, நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும். தினமும் ஒரு உருண்டை வீதம் 12 நாட்கள் பசுவின் பாலுடன் கூட்டி உட் கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்கள்

2 நாட்கள் காடியில் உட்கொண்டால் மூல நோய் தீரும்.

மேற்படி மாத்திரையைப் புளியங் கொட்டை விதையை ஊறவைத்த நீரில் அரைத்துக் கொடுத்தால் சுவாசகாசப் பிணிகள் தீரும்.

இனி சித்தர் நூல்களில் கூறப்பட்டுள்ள தொழுநோய்க்கான மூலிகைகளைத் தனித்தனியே காணலாம்:

12. அதிமதூரம்

இலை

சுவை	-	இனிப்பும் கைப்பும்
தன்மை	-	வெப்பம்
பிரிவு	-	கார்ப்பு

செய்கை

வறட்சியகற்றி
உள்ளபுலாற்றி
கோழையகற்றி
மல மிளக்கி
உரமாக்கி

பண்பு

இது முப்பிணியால் வரும் புண், நீர் வேட்கை, கண் நோய்கள், வெறி நோய், விக்கல், வெண்புள்ளி, எலும்பு பற்றிய நோய், சிறுநீர் எரிச்சல், நஞ்சுகள், காமாலை, வெப்பு நோய்கள் என்னும் நோய்களின் வன்மையைக் குறைக்கும். ஐயத்தாலுண்டான கோனழையை இளகச் செய்யும். தீக்குற்றத்தின் வன்மையைத் தாழச் செய்யும்.

இதன் இலையை அரைத்துப் பூசிவர, உடலிலும் அக்குளிலும் உண்டாகும். கற்றாழை நாற்றம் அரையில் உண்டாகும். சொறி, சிரங்கு இவைபோம்.

13. அத்தி

பட்டை

சுவை - துவர்ப்பு
தன்மை - தட்பம்
பிரிவு - இனிப்பு

செய்கை

துவர்ப்பி

பண்பு

கீழ்வாய்க் கறுப்பு, குருதிப் போக்கு, சீதக்கழிச்சல், நாற்றமுள்ள புண்கள், வெள்ளை ஆகியவை போம்.

அத்திப் பட்டைக் குடிநீர் : இதைக் கொண்டு கழுவிவர நாற்றமுள்ள புண்கள் ஆறிப்போகும்.

14. ஆகாயத் தாமரை

சுவை - கைப்பு,
தன்மை - வெப்பம்,
பிரிவு - கார்ப்பு

செய்கை

குளிர்ச்சியுண்டாக்கி
உள்ளபுலாற்றி

பண்பு

இதனால் அருகிரந்தி, குட்டம், கரப்பான் இவைகள் போம். அன்றியும் நீர் சுருக்கு, மூலம், சீதபேதி, பொடி அல்லது வறட்டிருமல், தாபிதம் இவைகளும் நீங்கும்.

இலையைச் சாறு பிழிந்து ரசஞ்செய்து தெளிவித்து 1/8 முதல் 1/4 ஆழாக்கு வீதம் (தேனும் சிறிது கலந்து) கொடுக்கப் பண்பில் செப்பிய பிணிகள் தீரும்.

இலையை அரைத்து அடிதள்ளிப் போதல், மூலம், தாபிதம் இவைகளுக்குக் கட்டலாம்.

இலையைக் காடிநீரில் வேகவைத்து நீரைப் பிழிந்துவிட்டுத் திப்பியை அருகிரந்தி, குட்டம், கரப்பான் இவைகளுக்கு வைத்துக் கட்டலாம்.

இப்பூண்டின் சமூலத்தைச் சுட்டுச் சாம்பலாக்கி எச்சில் தழும்பு, மண்டைக் கரப்பான் முதலியவைகளுக்குப் பூச, அவைகள் நீங்கும்.

15. அந்தி மல்லி

இலை

சுவை - கைப்பு
தன்மை - வெப்பம்
பிரிவு - கார்ப்பு

செய்கை

வீக்க முருக்கி

பண்பு

கட்டிகளைப் பழுக்க வைக்க இதன் இலையை வதக்கி, ஆமணக்கு நெய் தடவி கட்டிகள் மீது போடலாம்.

வெப்பத்தாலுண்டாகும் சொறி, சிரங்குகள் நீங்க இதன் இலையின் சாற்றைத் தடவி வரலாம்.

16. அமுக்கிராக் கிழங்கு

கிழங்கு

சுவை - கைப்பு
தன்மை - வெப்பம்
பிரிவு - கார்ப்பு

செய்கை

உடல் தேற்றி
ஆண்மை பெருக்கி
வீக்க முருக்கி
சிறுநீர்ப் பெருக்கி
உரமாக்கி
ஊக்க முண்டாக்கி
உடல் வெப்பகற்றி

பண்பு

இக்கிழங்கு கபம், வளிக் கூட்டங்கள், கரப்பான், சுரம், வீக்கம் இவைகளைப் போக்கும். பசித்தீயை உண்டாக்கும்.

மேல் பூச்சு

அமுக்கிராக் கிழங்கைப் பச்சையாகக் கொண்டுவந்து, பசுவின் பால் விட்டரைத்துக் கொதிக்க வைத்து, கிரந்தி, கண்டமாலை, வீக்கம், இடுப்புவலி ஆகிய வைகளுக்குப் பற்றிட அவைகள் விலகும்.

17. இங்கி மரம்

காய்

சுவை	-	துவர்ப்பு,
தன்மை	-	வெப்பம்,
பிரிவு	-	கார்ப்பு

செய்கை

புண்ணழுக்கு அகற்றி

பண்பு

புண்களை ஆற்றும்

இதன் காயைக் குடிநீர் செய்து புண்களைக் கழுவலாம். வாய் கொப்பளிக்கலாம்.

18. இசங்கு

இலை, வேர்

சுவை	-	கைப்பு.
தன்மை	-	வெப்பம்.
பிரிவு	-	கார்ப்பு.

செய்கை

உடல்தேற்றி
வெப்பகற்றி
உரமாக்கி

பண்பு

சங்கங் குப்பி. அரைக்கடுவன். கிரந்தி. கறுங்குட்டம். வெள்ளை. செவ்வாப்புக் கட்டி. சொறி. சிரங்கு. சூலை பெருவளி நோய். ஐய நோய்க் கூட்டங்கள். பாம்புக் கடிகள். அழல் நோய்கள் போம்.

இலையைக் கசக்கிப் பிழிந்த ரசம் அல்லது பச்சை வேரை இடித்துப் பிழிந்த ரசம். காலை. மாலை இரு வேளையும் அரைக்கால் முதல் கால் ஆழாக்கு வீதம் கொடுத்துவர மேகம். கழுத்துக் கழலை குணப்படுவதுடன் இதையே சில நாட்கள் வரை உட்கொண்டுவர குருதி தூய்மையாகும். உடல் வலுக்கும்.

இலையை நீரிலிட்டுக் காய்ச்சி. அந்நீரைக் கொண்டு முழுகிவர சொறி. சிரங்கு. வெறிநோய் குணமாகும்.

இலையை ஆமணக்கு நெய்விட்டு வதக்கிக் கட்ட அரையாப்பு கரையும்.

இலைச்சாறும். சிற்றாமணக்கெண்ணெயும் ஓரளவாகக் கலந்து. காய்ச்சி எடுத்து காலையில் அரை முதல் ஒரு பலம் வரையும் கொடுக்க வெட்டை. கழலை. கரப்பான். சொறி. சிரங்கு. வெள்ளை குடற்புழுக்கள் நீங்கும். உப்பு. புளி நீக்கவும்.

வேரை உலர்த்திப் பொடி செய்து. அரைக்கால் முதல் கால் வராகனெடை வீதம் கொடுக்க நஞ்சுகள். சொறி. சிரங்கு. சுரம் முதலியன நீங்கும்.

19. இலந்தை

சுவை	-	துவர்ப்பு, இனிப்பு
தன்மை	-	தட்பம்
பிரிவு	-	இனிப்பு

செய்கை

துவர்ப்பி

பண்பு

இலை : எருவாய் கறுப்பு, பெருங் கழிச்சல், உடல் எரிச்சல், சொறி, வயிற்றுக் கடுப்பு, அழல், மேகம் இவைகளைப் போக்கும்.

பட்டை : இதை உலரவைத்து இடித்துத் தூளாக்கி, பழைய புண்களுக்கும் தூவிக் கட்டலாம்.

20. இலுப்பை

பட்டை

சுவை - துவர்ப்பு
தன்மை - தட்பம்
பிரிவு - கார்ப்பு

செய்கை

உடல்தேற்றி
வெப்ப முண்டாக்கி
துவர்ப்பி
உரமாக்கி
பசித்தீ தூண்டி

பண்பு

பட்டைக் குடிநீர் வளிநோய்க்குப் பலன் கொடுப்பதுடன் புண் சொறிகளைக் கழுவவும் பயன்படும்.

குறிப்பு : இலுப்பை நெய்யினால் கரப்பான், சிரங்கு புண் உண்டாகும். ஆனால் இடுப்பு வலி நீங்கும். உடலுக்கு வன்மை தரும். சேற்றுப் புண்ணுக்கு வெளிப்பிரயோகமாகத் தடவி வரலாம். வேர்ப்பட்டைக் குடிநீர் புண்புரைகளைக் கழுவப் பயன்படும்.

21. இலைக்கள்ளி

இலை, பால், வேர்

செய்கை

தடிப்புண்டாக்கி
கோழையகற்றி
நீர்மலம் போக்கி

பண்பு

இலை: சாற்றினால் செங்கரப்பான், கறுங்கரப்பான், கிரந்தி, காது குத்தல் நீங்கும். சிறு குழந்தைகளுக்குண்டாகும் கரப்பான் நோய்க்கு இச்சாற்றில் சிறிதளவு புகட்டலாம்.

பால் : இதன் பாலை எண்ணெயுடன் சேர்த்துப் பாகப்படுத்தி, வாத நோய்களுக்கு உபயோகிக்கலாம். தனிப்பாலைத் தோல் மீது கிளைக்கும் மருளுக்கும் வீக்கங்களுக்கும் தடவலாம்.

வேர்: சுட்டுச் சாம்பலாக்கி நாட்பட்ட புண்களின் மீது தூவ புண் ஆறும். இதை வதக்கிக் கட்ட நகச் சுற்று நீங்கும்.

22. ஈச்சுர மூலி

இலை, வேர்

சுவை	-	கைப்பு
தன்மை	-	வெப்பம்
பிரிவு	-	கார்ப்பு

செய்கை

வெப்பமுண்டாக்கி

உரமாக்கி

ருது உண்டாக்கி

பண்பு

எல்லா நஞ்சையும் போக்கும் குணமுடையது. சொறி, சிரங்கு, தேமல், விடத்தினவு, குட்டம் போகும்.

இலைக்குக் கைப்புச் சுவை இருப்பதால், இலையை உலர்த்திப் பொடி செய்து 2 கி. வீதம் காலை, மாலை கொடுக்க படர் குட்டம் போகும். சொறி, சிரங்கு இவைபோம். மேலும் விஷ கோபை முதலிய பல வீக்கங்களையும், குளிர்சுரம், உடல் வெளுப்பு, இருதய நோய், பித்த கோபம், சரீரக் குத்தல், வாத தோடம் இவைகளையும் போக்கும்.

23. உசில மரம்

சுவை	-	துவர்ப்பு
தன்மை	-	தட்பம்
பிரிவு	-	கார்ப்பு

செய்கை

துவர்ப்பி

பண்பு

பூ மிகவும் குளிர்ச்சி உடையது. இதை அரைத்துத் தோலைப் பற்றிவரும் நோய்களுக்கும் வீக்கங்களுக்கும் பூசுவதுண்டு.

விதை எண்ணெயை மேலுக்குப் பூச, திமிர்படை முதலியன போம்.

24. ஊமத்தை

சமூலம்

சுவை	-	கைப்பு
தன்மை	-	வெப்பம்
பிரிவு	-	கார்ப்பு.

செய்கை

வாந்தி யுண்டாக்கி
இசிவகற்றி
துயரடக்கி
மூர்ச்சையுண்டாக்கி

பண்பு

சமூலம் : நாய்க்கடிப் புண், குழிப்புண், கட்டிகள், நஞ்சு ஆகியவைகளை நீக்கும்.

காய் : இதனால் வளிநோய், கரப்பான், கழலை, சொறி முதலியவை நீங்கும். மயக்கமும் வெறிநோயும் உண்டாகும்.

இளங்காயைக் குடைந்து அதற்குள் கெந்தகத்துண்டை வைத்து, குடையப்பட்ட வாயை மூடி, பசுவின் சாணத்திற்குள் வைத்துக் காய் வேகும்படி புடமிட்டெடுத்து, சாணத்தைப் போக்கி, வெந்த காயுடன் துளசியிலையைச் சேர்த்து அரைத்து, உருண்டை செய்து நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டு, பொடித்து சிரங்கின் மீது தடவ, சிரங்கு ஆறும். எண்ணெயுடன் குழைத்துப் பூச கழலை, கரப்பான் போகும்.

தைலம் : இதன் இலைச்சாற்றைக் கொண்டு செய்யப்படும் எண்ணெய் (பச்சை எண்ணெய்) புண், புரை, ஆறாப் புண், பிளவை,சதை வளர்தல் முதலியவைகளைப் போக்கும்

XIII. அக்கி

மரு. கோ. தியாகராஜன்

முன்னுரை

இது முதுகெலும்பின் நரம்பு முடிச்சுகளிலிருந்து வரும் உணர் நரம்புகளின் போக்குக்கு நேராய், தோலில் சிவந்த நிறத்தில். நெருக்கமாகக் கொப்புளங்களாய்க் காணும். இது வேரிஸெல்லா ஸாஸ்டர் வைரஸ் என்னும் கிருமியால் ஏற்படுகின்றது.

இந்த வியாதி சின்னம்மையை உண்டு பண்ணும் அதே கிருமியால் ஏற்படுகிறது. முதன் முதலாக இந்தக் கிருமி ஒருவரது உடம்பில் புகும்போது அந்த நபர் பாதிக்க முடியாத நிலையை இன்னும் அடையவில்லையாதலால், அவருக்குச் சின்னம்மை உண்டாகிறது. அந்த வியாதியிலிருந்து குணமான பின்னரும் சில கிருமிகள் உணர்ச்சி நரம்பு முடிச்சுகளில் புதைக்கப்படுகின்றன. நோய் தடுப்பு சக்தி குறையும்போது, இவை உணர்ச்சி நரம்பு முடிச்சுகளில் பெருகி, உணர்ச்சி நரம்புகள் மூலம் தோலிற்கு வந்து, அக்கி என்னும் நோயை ஏற்படுத்துகின்றன.

ஐம்பது வயதிற்கு மேற்பட்டவர்களுக்கு இந்நோய் வருவதற்குப் பத்து சதவீதம் வாய்ப்புள்ளது. இது பெரும்பாலும் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி குறைந்தவர்களுக்கே வருகின்றது.

நோய் முதல்

1. இது கிருமியால் ஏற்படுகிறது
2. காயம், நச்சு சுரம், பல் சொத்தை, அண்ணாக்குத் தூறு தாபிதம் போன்ற நோய்களைத் தொடர்ந்தும்
3. வெள்ளைப் பாடாணம், சூதம் (பாதரசம்) போன்ற மருந்துகளை உட்கொண்ட பின்னும் ஏற்படுகிறது.

குறிகுணங்கள்

அக்கி வரும் முன் அல்லது வந்த பின், அதிகப்படியான வேதனை உணர்ச்சி நரம்பின் வட்டப் பகுதியில் உண்டாகிறது. இவ்வலியானது எரிச்சலுடன், கத்தியால் குத்துகின்ற வலி போலவும் இருக்கும். சிலருக்கு வலி இருப்பதில்லை.

இவ்வாறு வலி வந்த இரண்டு முதல் மூன்று நாட்களில், சிறிய நீர்க் கொப்புளங்கள் அதே வட்டப் பகுதியில் கூட்டம் கூட்டமாகக் காணப்படுகின்றன. இந்தக் கொப்புளங்கள் உணர்ச்சி நரம்பை அடிப்படையாகக் கொண்டு வருவதால், உடலில் நடுக்கோட்டைத் தாண்டுவதில்லை.

இந்நிலையில் உடல் வெப்பம் மிகுதிப்படலாம். உடல் சோர்வாகவும், வயிற்றுக் கோளாறுகளும் ஏற்படலாம். நீர்க் கொப்புளங்கள் சில நாட்கள் கழித்து, சீழ்க் கொப்புளங்களாக மாறி, உடைந்து, பக்கு கட்டிக் கொள்ளும். இது ஒரு வாரத்தில் உதிர்ந்து தழும்புகள் போன்ற தோற்றத்தை ஏற்படுத்தும். அக்கி வருகின்ற இடத்திற்கு அருகிலுள்ள நிணநீர்க் கோளங்கள் வீக்கமடைந்து, வலி உண்டாகலாம். இந்நோயால் உடலில் எந்த உணர்ச்சி நரம்பும் பாதிக்கப்படலாம். அக்கியில் ஒரு வகை முகத்திலும், குய்யத்திலும் (ஆண், பெண் குறியிடம்) உண்டாவதுண்டு.

விளைவுகள்

1. நெற்றி உணர்ச்சி நரம்பில் கொப்புளங்கள் உண்டானால் கண்ணைச் சேதப்படுத்தலாம்.
2. முக நரம்பைப் பாதித்தால், முகம் கோணலாகப் போக வாய்ப்புள்ளது.
3. கொப்புளங்கள் ஆறின இடங்களில் அவலட்சணமானத் தழும்புகள் ஏற்படலாம்.
4. சில வயோதிகர்களுக்கு வியாதி குணமான பின்னும் நரம்பு வலி பல மாதங்களுக்குத் தணியாமல் அவதி கொடுக்கிறது. இதற்குப் போஸ்ட் ஹெர்ப்டிக் நியூரால்ஜிய என்று பெயர்.

நோய்க் கணிப்பு

திடீரென்று, ஒரு பக்கமாக, உணர் நரம்புப் பாதைகளில் வலியுடன், சிறு கொப்புளங்கள் தோன்றுவதைக் கொண்டு நோயைக் கணிக்கலாம். சிறு கொப்புளங்கள் தோன்றுவதற்கு முன்னர் இவ்வலி ஏற்பட்டால், அதனைக் குடல்வால் தாபிதம், பித்தப்பை தாபிதம், பக்கவாட்டில் ஏற்படுகின்ற வலி ஆகியவற்றில் இருந்து வேறுபடுத்த வேண்டும்.

அக்கியில் ஏற்படக்கூடிய தோல் மாற்றங்கள் பெரும்பாலும் சீக்கிரத்தில் குணமடைந்து, லேசான தழும்புகளை ஏற்படுத்தும். ஆனால் இவை குணமடைந்த பின்னர் ஏற்படக்கூடிய நரம்பு வலி மற்றும் தசைகளின் செயலிழந்த நிலை ஆகியன வருத்தத்தை ஏற்படுத்தும். நோய் எதிர்ப்பு சக்தி குறைந்தவர்களுக்கு இது மூளையைப் பாதிக்கலாம்.

மருத்துவம்

1. முதலில் வலியைக் குறைப்பதற்கும், பின்விளைவுகள் ஏற்படாமல் இருக்கவும் மருத்துவம் மேற்கொள்ள வேண்டும்.
2. பூங்காவியை நீரில் குழைத்துத் தடவலாம்.
3. வெங்காரப் பசை போடலாம்.
4. நெய்ப்புப் பசையுள்ள களிம்புகள் மற்றும் பசைகளைப் போடக்கூடாது.
5. புண்களுக்குத் துவர்ப்பிகள் மற்றும் அழுகல் அகற்றிகளைத் தடவலாம்.
6. வலி நிவாரண மருந்துகளை உட்கொள்ளலாம்.
7. அக்கி தீர்ந்த பின், நரம்பு வலி இருந்தால் அமுக்கிரா சூரணம் போன்ற மருந்துகளைத் தரலாம்.
8. கண் பாதுகாப்பிற்குத் தக்க நடவடிக்கைகள் எடுக்க வேண்டும்.
9. நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகப்படுத்த வேண்டும்.

XIV. பாலுண்ணி

மரு. கோ. தியாகராஜன்

முன்னுரை

தோலில் ஏற்படும் காய்கள் போன்ற வளர்ச்சிகளுள் ஒன்று. வெள்ளையாக மட்டுமின்றி கறுப்பு, தவிட்டு நிறங்களிலும் காணும். சில உண்டான அளவோடு நின்றுவிடும். மற்றும் சில வளர்ந்து, பெரிதாகிக் கொண்டே வரும். இது ஒரு வைரஸ் (கிருமி) நோயாகும்.

நோய் பரவும் காலமும் இடமும்

இது தொடர்பு மூலமாகவோ அல்லது துணிகள் மூலமாகவோ ஒருவரிடமிருந்து மற்றவர்களுக்குப் பரவுகிறது. சாதாரணமாக இது பள்ளிக் குழந்தைகளைப் பாதிக்கும். இவ்வியாதி வெகு விரைவாக ஓர் இடத்திலிருந்து இன்னோர் இடத்திற்குப் பரவுகிறது. இதனால் எவ்விதமான தொந்தரவும் இல்லையானாலும், பார்ப்பதற்கு அம்மை போலிருப்பதால் குழந்தைகளைப் பள்ளியிலிருந்து ஆசிரியர்கள் அனுப்பி விடுகிறார்கள். பொதுவாகக் கோடைக் காலத்தில் அதிகமாக ஏற்பட்டாலும், வருடம் முழுவதும் கூட ஏற்படும். விளையாட்டு மைதானங்கள், நீச்சல் குளங்கள் ஆகிய இடங்களிலிருந்து அதிகமாகப் பரவ வாய்ப்புள்ளது.

குறிகுணங்கள்

இது முகம், கழுத்து, தோள்கள் ஆகிய இடங்களை முக்கியமாகப் பாதிக்கின்றது. பாலுண்ணி வெள்ளையாக, இலேசாக எழும்பிய அரைக்கோளமாகத் தோற்றமளிக்கின்றது. இதன் மேற்பரப்பு மொழுமொழு வென்றும், பளபளப்புடனும் நடுவில் பதிந்த ஒரு புள்ளியுடனும் காணப்படும். பார்வைக்கு ஒரு சிறிய திடமான கட்டி போல் இருக்கும். இதன் மேற்பரப்பு தட்டையாகவோ அல்லது குழிந்தோ காணப்படும். ஒரு பாலுண்ணியின் குறுக்களவு சாதாரணமாக ஒன்றிலிருந்து ஐந்து மி.மீ.யும் அரிதாக 2 செ.மீ. உள்ளதாகவும் இருக்கும்.

தோலில் எந்தப் பகுதியிலும் இவை உற்பத்தியாகலாம். ஓர் ஊசியினால் இந்தப் பாலுண்ணியைக் குத்தினால் பாலடைக் கட்டி போன்ற ஒரு சாரம் வெளியாகும். இந்தச் சாரத்தில் நுண்ணுயிர்கள் காணப்படலாம். பெரும்பாலும் இதில் வலி இருப்பதில்லை. சில வகை தொற்றக் கூடியதாகவும், சில வகை தாமாகவே உதிர்ந்து, மறைந்து வருவனவாகவும் காணும்.

நோய்க் கணிப்பு

மேற்கூறிய குறிகுணங்களை வைத்துப் பாலுண்ணியை எளிதாகக் கணிக்கலாம். இருப்பினும் மருள், சிறு கொப்புளங்கள், நிணநீர் கோளக்கட்டிகளிலிருந்து இதனைப் பிரித்தறிதல் வேண்டும்.

மருத்துவம்

1. கீறுதல், உடைத்து விடல் கூடாது.

2. வெளிப்பிரயோகமாக அமிர்த வெண்ணெய், குங்கிலிய வெண்ணெய், அறுகன் தைலம் தடவலாம்.

3. சுண்ணாம்பையும், சலவைக் காரத்தையும், சம அளவு எடுத்து, நீர் விட்டரைத்துப் பாலுண்ணியின் மேற்பரப்பில் குச்சியால் தொட்டு வைக்கலாம். எரிச்சல் இருந்தால் தேங்காய் எண்ணெய் போடலாம்.

4. உள் மருந்தாக பறங்கிச் சக்கை சேர்ந்த மருந்துகளை வழங்கலாம்.

5. மின்சக்தியைப் பயன்படுத்தும் முறையைக் கையாலலாம்.

6. காரத்தன்மையுள்ள திரவப் பொருளை இப்போது பயன்படுத்துவதில்லை. ஏனெனில் இது வலியை ஏற்படுத்துகின்றது.

7. ஓர் ஊசியினால் குத்தி உள்ளிருக்கும் சாரத்தை வெளிப்படுத்தி ஒரு சொட்டு புண்ணாற்றி மருந்துகளை (டிங்சர் அயோடின்) வைத்தால் சில நாட்களில் காய்ந்து விடும்.

XV. முடி உதிரல்

மரு. கோ. தியாகராஜன்

முன்னுரை

பழங்காலத்தில் முடிசூட்டுதல் என்ற பெயர், மன்னர்களுக்கு அரியணை ஏறும் அதிகாரத்தைத் தரும் நிகழ்ச்சியாகும். முடி இழந்தான் என்பது மன்னர் பதவியை இழக்கும் நிகழ்ச்சியைக் குறிக்கும் சொல்லாகும்.

மன்னரின் அரச பதவியைக் குறிக்கும் மேற்கண்ட சொற்களில் இருந்து, முடியின் முக்கியத்துவத்தை உணரலாம்.

மயிர் நீப்பின் வாழாக் கவரிமான்

என்பது திருக்குறள். இதிலிருந்து விலங்குகளுக்குக்கூட முடி இன்றியமையாதது என்று அறியலாம்.

பண்டைய காலத்தில் பெண்களின் கூந்தலுக்குச் செயற்கை மணமின்றி, இயற்கை மணம் கிடையாது என்று விவாதம் நடந்தது பற்றி இலக்கியத்தின் மூலம் அறியலாம்.

இவ்வாறு மனிதரின் வெளித்தோற்றத்திற்கு முன் உதாரணமாக விளங்கும் முடியில் வரும் நோய்களைப் பற்றிக் காண்போம்.

முடி உதிரக் காரணங்கள்

வயது முதிர்வடையும் போது கறுத்த மயிர் வெளுத்தலும், முடி உதிர்ந்து தலை வழுக்கையாதலும் இயல்பாகக் காணப்படுகிறது. சில போது இளவயதினருக்கு முடி நரைப்பதும், பெண்களுக்கும் கூட வழுக்கை ஏற்படுதலும் உண்டு. இதற்குக் காரணங்களாவன :

1. பருவ மாறுதல்கள்
2. மன உளைச்சல்
3. கர்ப்ப காலம் மற்றும் ப்ரசவத்திற்குப் பிறகு

4. அதிக உழைப்பு
5. போதுமான சக்தியின்மை
6. சுற்றுப்புறச் சூழ்நிலை மாற்றம்
7. சில காரணங்களினால் உடலில் ஏற்படும் குருதிக் குறைவு
8. சில நோய்கள் - சுரம் (குடல் மாசாயானி சுரம்)
9. சில மருந்துப் பொருட்கள் - வெங்காரம் போன்றவைகளை உபயோகிப்பது
10. தோலில் ஏற்படும் நோய்கள்
11. புழுவெட்டு நோயாலும் முடி உதிரும்.

மருத்துவம் : உள் மருந்துகள்

1. உடல் வன்மை குறைந்திருப்பின் அதற்கான மருந்துகளை வழங்கலாம்.
2. அயம் சேர்ந்த மருந்துகளைக் கொடுக்கலாம்.

வெளி மருந்துகள்

1. திரிபாலைத் தைலம், அவுரி சேர்ந்த நெல்லிக்காய்த் தைலம், கரிசாலைத் தைலம், அசைத் தைலம், சந்தனாதித் தைலம் போன்றவைகளில் தலை முழுகலாம்.

2. யானையின் தந்தத்தை அரத்தால் உரசித் தூளாக்கி வறுத்து, அக்கரியைத் தேங்காய் எண்ணெயில் குழைத்துப் பூச, ஆரம்ப நிலையில் உள்ள வழுக்கை மாறி அவ்விடத்தில் மயிர் முளைக்கும்.

3. ஆற்றுத்தும்மட்டிக் காயைக் கருக்கி, தேங்காய் எண்ணெயுடன் கலந்து பூசலாம்.

4. கரும்புல்லாஞ்சி பழத்தினைத் தேங்காயினுள் அடைத்து, சேற்று மண்ணில் 42 நாள் மூழ்கவைத்து எடுத்துக் காய்ச்சிய தைலத்தைத் தடவலாம்.

5. சங்கன் சமூலம், புங்கன் தைலம், தும்பைத் தைலம், துளசித் தைலம், தேங்காய்த் தைலம் ஆகியவற்றைச் சம பங்கு எடுத்து, இத்துடன் 32 இல் 1 பங்கு சங்கு பற்பம் சேர்த்து, தலையில் தடவி ஊறவிட்டு முழுகவும்.

6. அரளிச் செடியின் பாலை அவ்விடங்களில் தடவி வர, புழுவெட்டு தீர்ந்து மயிர் முளைக்கும்.

7. அரளிப் பாலுடன் சிரட்டைத் தைலம் சேர்த்தும் தடவலாம்.

மன அமைதிக்கான பயிற்சிகளை மேற்கொள்வதன் மூலமும் முடி உதிரலைத் தடுக்கலாம். இந்நோயைக் கொறுக்குப் புண்ணினால் ஏற்படும் முடி உதிரல் மற்றும் படர்தாமரையினால் ஏற்படும் முடி உதிரல் போன்றவற்றிலிருந்து பிரித்து அறிவது அவசியமாகும்.

XVI. பொடுகு

மரு. கோ. தியாகராஜன்

முன்னுரை

இது ஒருவகை நுண்ணிய காளானால் தலையிலுண்டாகும் நோய். பொட்டு. கண்டு என்பன இதன் வேறு பெயர்கள். தலையில் அரிப்பு, சொறிந்தால் தவிடு போல் பொடி உதிரல் கண்டு, கொஞ்சம் கொஞ்சமாய் இந்த அரிப்பு தலை முழுவதும் பரவி, சொறிய, சொறிய அவ்விடங்களில் வெண்மையான சாம்பல் பூத்தது போல் தோன்றி, வெள்ளை நிறத் துகள் உதிருதலும் உண்டாகும். அரிப்புள்ள இடம் வரம்பு கட்டி வளர்ந்து கொண்டே போகும். சிலரில் இந்நோய் புருவத்திலும் காண்பதுண்டு. புருவத்தில் மயிர் உதிர்ந்து அழகைக் கெடுக்கும். குழந்தைகளுக்கு இந்நோய் உண்டானால், அவர்கள் தலையைச் சொறிந்த கையால் வேறு இடங்களிலும் சொறிய, அந்த இடங்களிலெல்லாம் அந்நோய் பரவும். குறிப்பாகக் காதிலும் இது உண்டாகின்றது.

குறிகுணங்கள்

தோலில் நெய்ப்புப் பசையைச் சுரக்கும் சுரப்பிகள் இருக்கின்றன. இச்சுரப்பிகளினின்று உண்டாகும் பொருளே தோலையும், மயிரையும் நெய்ப்புப் பூச்சுடன் வைத்திருக்கின்றது. இது அதிகமாகச் சுரப்பினும், குறைவாகச் சுரப்பினும் பொடுகு ஏற்படும்.

குறைவாகச் சுரக்கும் தருவாயில் செதில்கள் மெல்லியதாக, வறண்டு வெள்ளை நிறத்தில் இருக்கின்றன. தோலும் முடியும் தம் இயற்கை எழில் குறைந்து, வறண்டு காணப்படுகின்றன. இவை பெரும்பாலும் குளிர்காலத்தில் ஏற்படுகின்றன.

அதிகமாகச் சுரக்கும்போது, தலையின் மேல்தோல் எண்ணெய்ப் பிசுபிசுப்புடன் காணப்படுகின்றது. இது தலையில் சிறிய சிறிய திட்டுகளாக உண்டாகி, பின்னர் தலை முழுவதும் பாதிக்கின்றது. இது புருவங்கள், தாடி, அக்குள் போன்ற பகுதிகளிலும் ஏற்படலாம். இச்செதில்கள் எண்ணெய்ப் பசையுடன் சற்றே தடித்துக் காணப்படும். தலை மயிரானது பிணைந்து இருக்கும். சில நாட்கள் செல்ல, முடியானது மெலிதாகி, உதிர்தல் ஏற்படும்.

பொடுகு, சுரப்பிகளின் கோளாறுகளால் மட்டுமின்றி நாளமில்லா சுரப்பிகளின் மாறுபாடுகள், மலக்கட்டு, ஊட்டச்சத்து நிறைந்த உணவின்மை மற்றும் பரம்பரை தொடர்புடையதாகவும் வரக்கூடும்.

மருத்துவம்

1. எண்ணெய்க் குளியல் செய்தல், நெய், பால், வெண்ணெய் மாமிசங்கள் முதலிய கொழுப்புச் சத்துள்ள உணவு உண்ணல் ஆகியவற்றால் தோலிலுள்ள நெய்ப்புக் குதுவங்கள் நல்ல முறையில் தொழில் பட்டு, இந்நோய் வரவிடாமல் தடுக்கும்.
2. வெள்ளை மிளகு அல்லது நல்ல மிளகைப் பாலில் அரைத்து, தலைக்குத் தடவி குளித்து வந்தால், பொடுகு வராது.
3. பொடுதலைத் (கீடாரி) தைலம் தேய்த்து முழுகலாம்.
4. 150 மி.லி. நல்லெண்ணெயில் 5 கி. வேம்பின் பூ, 8 கி. வெல்லம் இரண்டையும் போட்டு முறியக் காய்ச்சி வடிகட்டி, தலைக்குப் பதமிடவும், தலை முழுகவும் பயன்படுத்தலாம்.
5. அறுகன் சாறு, தேங்காய் எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிக்கலாம்.
6. குங்கிலியம், சந்தனம், கிச்சிலிக் கிழங்கு, சாம்பிராணி ஆகியவற்றுள் ஒன்றையாவது, இரண்டு மூன்றையாவது எண்ணெயிலிட்டுக் காய்ச்சி, பூசி வரலாம்.
7. பொடுகில் ஏற்படும் தழும்பு போன்ற வரம்புகட்கு வேம்பின் பட்டைக் கியாழ (கசாயம்) நுரையைத் தடவி வரலாம்.

XVII. பேன்கள்

மரு. கோ. தியாகராஜன்

முன்னுரை

பேன்கள் மனிதரின் இரத்தத்தை உறிஞ்சி வாழும் சிறகில்லாத ஆறுகால் பூச்சிகள். இவை உடலின் வெளிப்பாகத்தில் வாழும் ஒட்டுண்ணிகள். இவை தங்களின் உணவு தேவைக்காக மனிதரையே சார்ந்திருக்கின்றன.

மனிதரின் தலை, உடல், மேகனம் (ஆண், பெண் குறியிடம்) ஆகிய இடங்களில் இவற்றைக் காணலாம். இதற்கு இரத்தத்தை உறிஞ்சுகின்ற தும்பிக்கையும், உணர்ச்சி உறுப்பும், இரு கண்களும், கால்களில் வளைவான நகங்களும் உண்டு. பெண் பேன், ஆண் பேனைக் காட்டிலும் பெரிது. பேனின் முட்டை ஈர் என்று சொல்லப்படும். இதன் முனையில் ஒரு முடி போன்ற அமைப்பு உள்ளது. இதன் வழியே முட்டையிலிருந்து குஞ்சு வெளிவரும். ஈர் தலைமுடியின் அடியில் ஒரு பிசின் போன்ற திரவத்தினால் நன்றாக ஒட்டிக்கொள்கிறது.

தலைப் பேன்

தலைப் பேன் வெளுத்த பழுப்பு நிறம் உடையது. பெண் பேன் 3-4 மி.மீ. நீளமுடையது. ஆண் பேன் சிறியது. தோலைத் துளைத்து இரத்தத்தை உறிஞ்சும்போது ஒரு நஞ்சு போன்ற திரவத்தை உற்பத்தி செய்கிறது. இந்த நஞ்சுப் பொருள், கடித்த இடத்தில் இரத்தம் உறையாதபடியும், எரிச்சலையும், நமைச்சலையும் கொடுக்கும். அவ்விடத்தில் சிவந்து நீர்க்கசிவு ஏற்பட்டு, சீழ்பிடித்து, கழுத்தின் பிற பகுதிகளில் நெறிகட்டும். உடலின் மேற்பகுதியில் காணாக்கடியும் உண்டாகும்.

பேனின் ஆயுள் ஒரு மாதம். ஒவ்வொரு நாளும் 10 முட்டைகள் வரை இடும். எட்டு தினங்களுக்குப் பின் குஞ்சு உண்டாகி, மறு எட்டு தினத்திற்குள் வளர்ந்து, இனவிருத்தி செய்யும் தன்மை அடைகின்றது. பேன்கள் நீக்ரோ இனத்தவரைப் பாதிப்பதில்லை. உடல் வெப்பமடையும் போதும், பிணத்திலும் பேன் தங்குவதில்லை.

தலைப் பேன் பெண்களை அதிகம் பாதிக்கின்றது. 15-20 சதவீதம் பள்ளிப் பிள்ளைகளைப் பாதிக்கின்றது. நெருக்கமான, சுகாதாரமற்ற குடிசை வாழ் பகுதி மக்களிடம் அதிகம் காணப்படுகின்றது. மாணவியர் விடுதிகளிலும் ஒரே சீப்பையோ, பிரஷையோ பலர் உபயோகிப்பதாலும், நீண்ட தலைமுடி, தாடி, உள்ளவர்களிடமும், சுத்தக் குறைவினாலும் பேன் பரவுகின்றது. பேன்கள் தலையின் பின் பகுதியிலும், பக்கங்களிலும் அதிகமாக வாழுகின்றன.

உடல் பேன் (சீலைப் பேன்)

தைத்த உடைகளின் ஓரங்களில் இவை வாழும். இவை தலைப் பேனைக் காட்டிலும் நீளமானவை. உடையைவிட்டு இறங்கி, தோலில் உள்ள குருதியை உறிஞ்சிவிட்டுப் பின் பழைய இருப்பிடத்திற்குச் சென்றுவிடும். இவற்றின் ஈரும் துணிகளில் ஒட்டிக் கொண்டு ஒரு மாதம் வரை உயிரோடிருக்கும். இவை சுற்றித் திரிகின்ற வயோதிகர்களிடமும், கும்பலாகக் கூடி வசிக்கின்றவர்களிடமும், அடிக்கடி உடை மாற்றாதவர்களிடமும், அதிக உடைகளை அணிகின்ற குளிர் நாட்டு வாசிகளிடமும், இராணுவத்தினரிடமும் அதிகம் காணப்படும்.

இது கடிப்பதினால் தோலில் சிறிய, சிவந்த புள்ளிகள் ஏற்பட்டு, நமைச்சலும், சொறியும் உண்டாகும். இதனால் தோலில் நீளமான சிராய்ப்புகள் போன்றவை ஏற்படக் கூடும். இவை நீண்ட காலமாக இருந்தால், தோலானது தடித்து, வறண்டு செதில் உரிவதாகவும் இருக்கும்.

இப்பேன்கள் பெரும்பாலும் உள் ஆடைகளில் அதிகமாக வசிக்கின்றன. எனவே துணிகளை நல்ல தூய்மையாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இப்பேன்கள் மனிதர்களிடையே சில தொற்று நோய்களை உண்டாக்கலாம். இதற்குக் காரணமான கிருமிகள் பேன்களின் வயிற்றில் இருந்து கொண்டு, அதன் நச்சுகளைத் தோலில் வெளிப்படுத்துகின்றன. இவை கடிப்பதற்கு ஏதுவான இடங்கள் தோள்பட்டை, உடல்பாகம், பிட்டம் முதலியன.

மேகனப் பேன்

மேகனத்தில் இருக்கும் சுருண்ட முடிகளிடையே காணப்படும். இப்பேன்கள் முடி உள்ள கண் இமைகளிலும், அக்குள் முடிகளிலும், நெஞ்சு முடிகளிலும் பரவும். முடிகளின் இடையில் உள்ள தோல் பகுதியில் தலையைப் புதைத்துக் கொண்டிருக்கும். விரல்களில் சிறுமணல் போல் தட்டுப்படும்.

இதனால் மேகனத்தில் அரிப்பு, சொறிதல், புண் உண்டாதல் மற்றும் அடிவயிறு, தொடை, நெஞ்சு, கைகளில் கறுநிறமுள்ள சிறு தடிப்புகள் காணும். வாலிபர்களிடம் மேகநோய் போல் பரவும்.

இது உருவத்தில் நண்டு போன்ற அமைப்புடையதாகவும், அளவில் சிறியதாகவும் இருக்கும். பின்னங்கால்கள் மெலிந்தும், முன்னங்கால்கள் தடித்தும், நண்டின் கொடுக்கு போன்ற அமைப்பும் கொண்டுள்ளது. இது தவிர மற்ற எல்லா அம்சங்களிலும் மற்ற பேன்களைப் போல் ஒத்து உள்ளது.

மருத்துவம்

தலைப் பேனை ஒழிக்க மொட்டையடித்து, முடியை அறவே நீக்குதல் சிறந்த முறையாகும். இல்லையேல் முடியை ஒட்ட வெட்டிவிடுதல் வேண்டும். அதேபோல் மேகனப் பேனை ஒழித்திட, மேகன பாகத்திலுள்ள முடியை அகற்ற வேண்டும்.

சீலைப்பேனை ஒழிக்கத் துணிகளைச் சுத்தமாகத் துவைத்து, வெந்நீரில் சிறிது நேரம் வைத்து, பிறகு வெயிலில் காய வைக்க வேண்டும். மேலும் இஸ்திரி பெட்டி போட்டால் பேன்களும், ஈருகளும் மடியும். உடலைச் சுத்தமாக வைத்திருப்பது போல் துணிகளையும் சுத்தமாக வைத்துக் கொண்டால் சீலைப் பேன்களைத் தவிர்க்கலாம்.

ஒருவரிடமிருந்து மற்றவருக்குப் பேன் தொற்றுவதைத் தவிர்க்கக் குடும்பத்திலுள்ள மெத்தை, தலையணை உறைகள், போர்வைகள், களைந்த உடுப்புகள் ஆகியவற்றை வெளுத்தோ அல்லது கொதிக்கும் வெந்நீரில் இட்டு உலர்த்தியோ உபயோகிக்கவும்.

நன்றாகப் பொடி செய்த காக்கை கொல்லிப் பருப்பை நீர்விட்டு அரைத்து, தலையில் தேய்க்கப் பேன்கள் சாகும்.

சொல்லடைவு

அ

அக்கி 169, 173,222. 224
அக்கினி மாந்தம் 211
அகக்கணு 46
அகத்தியர் பரிபூரணம் -400 180
அகத்துவம் எட்டு 28
அசதி 19
அசைத் தைலம் 228
அஞ்சனமிடல் 6
அட்டாங்க யோகப் பயிற்சி 181
அட்டாங்க யோகம் 27, 28,29,30,63 72, 76,80
அடக்கம் 86. 96
அடங்கல் பரிகாரம் 96,7,98,99,102, 103, 104, 105, 106,117,118,119
அடங்கல் முறை 145
அடப்பக் கால வர்மம் 110,111
அடபொதியன் கிழங்கு 132
அடிதள்ளிப் போதல் 215
அண்ட ஓட்டுப் பொடி 13
அண்ட கற்பம் 17
அண்ட சுண்ணம் 5
அண்ட தைலம் 142
அண்டவெளி 79
அண்ணாக்குத் தூறு தாபிதம் 222
அணி வர்மம் 119
அணுசக்தி 88
அத்தி 214
அத்திக்காய்ப் பெருநோய் 197, 199
அத்திப் பட்டைக் குடிநீர் 214
அத்திப்பால் 18
அதிகத் தூக்கம் 5
அதிகுருதி அழுத்த நோய் 43, 51,77
அதிமதுரம் 15,128,129,131,144,145,213
அதிமாமிசக் கழலை 183
அதிவிடயம் 144, 145,211
அதிவீதன நோய் 44, 48
அந்திமல்லி 215
அப்பிரகச் சத்து 26
அப்பிரகச் செந்தூரம் 16
அபர்பாச குஷ்டம் 203
அபின் 132
அபிஷேக தீர்த்தம் 180, 181
அபையின் கடுக்காய் கற்பம் 9
அம்பழம் 145
அம்மை 169
அமர்த்தல் 119
அமிர்தக் கடுக்காய் கற்பம் 8
அமிர்த சஞ்சீவி 13
அமிர்த வெண்ணெய் 163, 165, 226
அமுக்கரா 143, 177, 178,180
அமுக்கரா வேர் 153
அமுக்கிராக் கிழங்கு 215, 216
அமுக்கிரா சூரணம் 224
அமுக்கினாங் கிழங்கு 20
அமுது 25
அமுரி (சிறுநீர்) 8,9,10,15
அமுரி கற்பம் 15
அமுரிதாரணை 3, 25

அயசம்பீர கற்பம் 19, 180
அயசெந்தூரம் 192
அயபிருங்கராச கற்பம் 19
அர்த்த பத்மாசனம் 40
அர்த்த மச்சேந்திராசனம் 59
அரந்தை 128
அரளிச் செடி 156, 228
அரிகரப்பான் 150
அரிசி 14
அரிசி திப்பிலி 132, 145
அரிசி மாவு 20,178,
அரிதாரம் 127, 129,142,145
அரிப்பு 148, 155,159,160,208,229,232
அரியணை 227
அருகல் 23
அருகன்வேர் 10
அருகிரந்தி 214
அரைக் கடுவன் 217
அரையாப்பு 154, 217
அவசர சிகிச்சை 159
அவுதும்பர குஷ்டம் 203
அவுரி 228
அவுரி இசைச்சாறு 192
அவுரிச் சாறு 16
அவுரி வேர் 207
அழகுத் தேமல் 162
அழகுப் பெருநோய் 197
அழல் 21
அழல் நோய் 217
அழல் (பித்தம்) வெண்படை 191
அழிஞ்சில் 21, 180
அழுக்குத் தேமல் 162
அழுகலகற்றி 224
அறம் 34
அறவாழி அந்தணன் 82
அறுகம்புல் வேர் 128
அறுகன் எண்ணெய் 165
அறுகன் கட்டை 161
அறுகன் கட்டைக் குடிநீர் 161
அறுகன் கட்டைச் சமூலச் சூரணம் 22
அறுகன் கட்டைச் சமூலம் 192
அறுகன் சாறு 230
அறுகன் தைலம் 154,161,163,168,226
அறுகன் வேர் 129, 132
அறுவை சிகிச்சை 173
அறுவை பரிகாரம் 103
அன்னக்காடி 136
அன்னக் கால வர்மம் 115
அனாகதம் 80
அனுமார் வர்மம் 177,108

ஆ

ஆக்கிராணம் 6, 23
ஆக்கினை 25,80
ஆக்கினைச் சக்கரம் 80
ஆகமநியமம் 35
ஆகாசக்கருடன் கிழங்குச் சாறு 17
ஆங்காரத் தவம் 80
ஆசனக் குழல் 6
ஆசனம் 1,28,35,36,37,38,39,40,41,73,80
ஆடாதொடை இலைக்கற்கம 192
ஆடாதோடை வேர் 132,211
ஆடி 9
ஆடு தீண்டாப் பாளை 178
ஆண்பேன்231
ஆண்மை பெருக்கி 216
ஆணவம் 32
ஆணி 9
ஆதனம் 181
ஆதி பரம் பொருள் 82
ஆதூளியரிசி 132
ஆந்தை வர்மம் 119
ஆப்பிரிக்கா 194
ஆமணக்கு நெய் 6,22,128, 129,139,140,207, 215,217
ஆமணக் கெண்ணெய் 128,129, 139,
ஆமம் 8,9
ஆயில் பட்டை 24, 177,178,193,212
ஆயுர்வேத நூல் 171, 172
ஆயுர்வேத வல்லுநர் 171

ஆர்மர் ஹேன்சன் 195
ஆல் 24
ஆலம்பால் 22, 138,192
ஆலிவ் எண்ணெய் 194
ஆவணி 9
ஆவின் நெய் 16, 209
ஆவின் வெண்ணெய் 154
ஆற்றுத்தும்மட்டிக் காய் 228
ஆறுகால் பூச்சி 231
ஆன்ம தியானம் 83
ஆன்மீகவாதி 81
ஆனந்த சரவணர் 180
ஆனந்த வாயு 112

இ

இங்கி மரம் 216
இசங்கிலைச் சாறு 132
இசங்கு 217
இசிவகற்றி 221
இசிவு 152
இஞ்சி 20
இஞ்சித் தேன் 20
இடகலை 64,66, 68
இடம் 38
இடம்புரிக் கால வர்மம் 118
இடுப்பு வலி 216,219
இந்தியா 194
இந்திரகோபப் பூச்சி 19
இந்துப்பு 9,10
இயமம் 3, 25,2830,33,67,73,81,181
இரசகந்தி மெழுகு 179
இரச கற்பூரம் 127, 141, 154
இரசச் சுண்ணம் 179
இரசச் செந்தூரம் 177
இரசப் பற்பம் 179
இரசம் 1,11,13,16,178
இரச வர்க்கப் பண்டம் 20
இரத்தக் கட்டு 135, 136, 143
இரத்தக் கழலை 183
இரத்தக் குழாய் 160
இரத்தக் குறைவு 19
இரத்தக் கொதிப்பு நோய் 50
இரத்தினி நரம்பு 196
இராசயோகம் 25
இராமநாதபுரம் 86
இராமையா, யோகி 28
இருதய நோய் 220
இருநெல்லி கற்பம் 178
இருமல் 125, 133, 134,152,182,
இருவேலி 129,130,134
இரேசகம் 65,66,67,68
இரைச்சல் 152
இரைப்பு நோய் 77
இல்லறத்தார் 73
இலந்தை 218
இலவங்கப் பட்டை 129, 136,142
இலவங்கப் பத்திரி 136
இலவங்கம் 154
இலுப்பை 218
இலுப்பை நெய் 168,219
இலுப்பை விதை 169
இலைக்கள்ளி 219
இலைக்கள்ளிச் சாறு 163,166
இளக்க முறை 99
இளகம் 23
இளநரை 48
இளநீர் 5,21,181
இளம்பிள்ளை வாதம் 51
இளவயது எண்ணெய் கரப்பான் 152
இளவயது ஒட்டு கரப்பான் 152
இளவயது கரப்பான் 152
இளவயது கழிவிட இரக்கை கரப்பான் 152
இளவயது நாப்கின் கரப்பான் 152
இளைப்பு 129,196
இறைச்சி 20
இறைஞானம் 73
இறைநிலை 31
இறைப்பிருமல் 129
இறைப்பு 152
இன்பம் 34

இன விருத்தி உறுப்பு 45

ஈ

ஈச்சுரமூலி 219
ஈசுவர மூலி வேர் 132
ஈடு 86
ஈருகள் 233
ஈளை 133,152

உ

உச்ச நிலை 39, 41,42,48,51,52,53
உசில மரம் 220
உட்புற்று வர்மம் 107
உடல் அசதி 129
உடல் எரிச்சல் 218
உடல் தத்துவம் 32
உடல் தேற்றி 216, 218
உடல் நலம் 27,77,78
உடல் பேன் (சீலைப் பேன்) 232, 233
உடல் மெலிவு 24
உடல் வறட்சை 144
உடல் வெப்பகற்றி 216
உடல் வெளுப்பு 220
உடற்பயிற்சி 36, 37
உடும்பு 131
உடை 38
உண்ணி 159
உணவு ஒவ்வாமை 159
உணவுப் பழக்கம் 37
உத்தாமணி 24
உத்தாமணி இலைச் சாறு 126
உத்தாமணிப் பால் 24
உதட்டுச் சாயம் 149
உதானன் 173
உதிரக் கால வர்மம் 102
உப்பு 5,20,22,24,154,156,208,217
உப்புக் குத்திக் கால வர்மம் 122
உயிரணு 183
உயிராற்றல் 73,75
உரமாக்கி 213,216,217,218, 220
உருசியா 194
உருண்டைப் புழு 160
உருளைக் கிழங்கு 18,20
உரோகிணிக் கடுக்காய் கற்பம் 8
உலர்ந்த திராட்சை 132
உலைச்சல் 151
உழுந்து 137
உள் உறுப்புப் பூஞ்சை நோய் 162
உள் வர்மம் 93
உள்ளபுலாற்றி 213, 214
உள்ளிக் கிழங்கு 18
உள நலம் 27
உளுந்து 209
உளுந்துத் தூள் 21
உளைச்சல் 152
உறக்கக் கால வர்மம் 103
உறுவாலரிசி 132
உன்மத்தம் 24

ஊ

ஊக்கமுண்டாக்கி 216
ஊச்சி 138
ஊசித்தகரை இலை 163
ஊட்டச்சத்து 230
ஊதுகரப்பான் 150
ஊமத்தம் வேர் 207
ஊமத்தை 220
ஊழ்வினை 13,13,32
ஊறுகாய் 18,20,22,24

எ

எக்ஸ்ரே கதிர் 184
எகிப்து 194
எச்சில் தழும்பு 215
எண் குணத்தான் 82
எண்ணெய் கரப்பான் 152
எண்ணெய் குளியில் 230
எண்வகைச் சித்தி 1
எரிச்சிக்காஞ்சிரை 127
எருக்கம் வேர் 209,210

எருக்கு 21
எருமுட்டை 210
எருவாய் கதுப்பு 218
எலும்பு முறிவு 125
எலுமிச்சம் பழச்சாறு 130,140,156,163,210
எலுமிச்சம் பழம் 24,136
எள்நெய் 18,177,181,193,
எள்ளு 209
என்புக்கழலை 183
என்பு சுரம் 12

ஏ

ஏகசர்ம குட்டம் 172
ஏமம் 86
ஏலக்காய் 128,129,131,132,136,210,211
ஏலம் 16, 23
ஏறழிஞ்சில் 132

ஐ

ஐங்கோல் விதை 15
ஐந்தெண்ணெய்த் தைலம் 129
ஐப்பசி 9
ஐம்பொறி 135
ஐய நோய் 217
ஐயம் (கபம்) 21
ஐய வெண்படை 191

ஒ

ஒட்டு கரப்பான் 152
ஒட்டுண்ணி 231
ஒட்டு வர்மம் 102, 103
ஒடிவு முறிவு சர சூத்திரம் -1200 93
ஒடுவடக்கிச்சாறு 141
ஒவ்வாமை 148, 149,158,159,160,161,181
ஒவ்வாமை அதிர்ச்சி 159
ஒவ்வாமை கரப்பான் 152
ஒழுக்கம் 30
ஒற்றைத் தலைவலி 48

ஓ

ஓடம் 142
ஓடு கரப்பான் 150
ஓணான் 142
ஓம் சிவாய நம 80
ஓமம் 10,20,153,177,180,211
ஓமவல்லி இலைச் சாறு 126
ஓய்வு 153
ஓரிதழ் தாமரை 23
ஓரிலைத் தாமரை 7
ஓரிலைத் தாமரை கற்பம் 12
ஓரிலைத் தாமரைவேர் 16
ஓலிவ் எண்ணெய் 167

ஔ

ஔவை குறள் 1

க

கங்க்ரி புற்று 187
கச்சைக் காலம் 114
கச்சைக்கால வர்மம் 115
கச்சோலம் 142,212
கசகசா 128,129
கஞ்சமலர் 14
கஞ்சாவிதை 21
கட்டி 152,212,221
கட்டிப் பெருநோய் 197,198
கட்டின உப்பு 5
கட்டுப்படாமல் விரிவடையும் காளாஞ்சகப் படை 175
கடகரோகிணி 153, 211
கடகற்சிக் கொடி வேர் 207
கடலை மாவு 178
கடவுள் நிலை 83
கடிநஞ்சு விடம் 19
கடிவிஷம் 209
கடுக்காய் 5,7,910,21,153,154,168
கடுக்காய் கற்பம் 8,10
கடுக்காய் கியாழம் 167

கடுக்காய்த் தூள் 21
கடுக்காய்த் தோல் 18,210,211,212
கடுகு 142,193,211
கண்ட கரப்பான் 150,151
கண்டங்கத்தரி பழச் சூரணம் 194
கண்டங்கத்தரி பழம் 193
கண்டங்கத்தரி வேர் 132,211
கண்டத் திப்பிலி 212
கண்டமாலை 154,211,216
கண்டு 229
கண்ணாடிக் கால வர்மம் 101
கண்ணு புகைக் கால வர்மம் 123
கண்ணுசாமி பரம்பரை 188
கண்ணுசாமியம் 65
கண் புகைச்சல் 12
கத்தரிக்காய் 149
கதிர்காம வர்மம் 105
கதிர் வர்மம் 105
கந்தக இரசாயனம் 165
கந்தகம் 11,16,26,178,192
கபசுரம் 129
கபநாடி 93
கபப்பிணி 19,23
கபம் 4,24,66
கப வர்மம் 93
கப வெண்படை 206
கபால கரப்பான் 150, 151
கபாலச் சூடு 131
கம்பளி 149
கம்பான் 131
கம்பில்லம் 212
கம்பு 149
கமலாக்கினி 24
கமுகன் வேர் 132
கர்ப்பரோகம் 212
கரண குஷ்டம் 202
கரந்தை 14
கரப் கரப்பான் 150
கரப்பான் 148, 149,150,153,158,159,165,214, 215,216,217,219,221
கரப்பான் தைலம் 154,193
கரப்பான் பிண்டம் 153
கரப்புப் பெருநோய் 198
கரிசாத்துக் குடிநீர் 114
கரிசாலை 14
கரிசாலைச் சாறு 6, 169
கரிசாலைத் தைலம் 228
கருங்கோழி 131,143,144, 145
கருஞ்சீரகம் 127,129,141
கருஞ்சூரை இலைச் சாறு 136
கருஞ்சூரைப்பட்டை 132
கருடாசனம் 61
கருந்துளசி 7
கருநெல்லி 7
கரும்பு 5,13
கரும்புல்லாஞ்சி பழம் 228
கருவாடு 149
கருவீரி 7
கருவூரார் 6, 12
கருவூரார் வாதகாவியம்-700 2
கருவேம்பு 7
கருவேம்பு ஈர்க்கு 9
கருவேலி 128
கல்பிரமி 7
கல்யாணப்பூசனி 21
கல்யாண முருங்கை இலைச் சாறு 138
கல்விடைக் கால வர்மம் 117
கல்லீரல் நோய் 126
கல்லுப்பு 17
கல்வம் 210
கலப்பை ஆசனம் 50,52
கவளிக் கால வர்மம் 121
கவுதாரி 5
கழஞ்சளவு 14
கழலை 197,217,221
கழலை வர்மம் 107
கழற்சிக் கொடி கிழங்கு 208
கழற்சிக் கொடி வேர் 209
கழுத்துக் கழலை 217
கழுநீர் 170

கழுவு நீர் 153
கள்ளி வேர் 212
களிப்பறட்டை 21
களிம்பு 153
கற்கடகசிங்கி 193
கற்கண்டு 9,13,15
கற்சுண்ணாம்பு 24
கற்ப அவிழ்தங்கள் 25
கற்ப மருந்து 2,3
கற்பாந்த காலம் 9,13
கற்பூரசத்து 10
கற்பூர சிலாசத்துச் சுண்ணம் 5
கற்பூரவில்லை கற்பம் 17
கற்பூராதிச் சூரணம் 19
கற்றாழை 20
கற்றாழைச் சாறு 180
கற்றாழை நாற்றம் 214
கறுங்கரந்தை 11
கறுங்கரந்தை கற்பம் 11
கறுங்கரப்பான் 219
கறுங்காலி 170
கறுங்குட்டம் 217
கறுங்கோழி சூரணம் 153
கறுஞ்சீரகம் 154,178, 193
கறுத்தச் சுண்டை வேர் 132
கறுந்துளசி 17
கறுந்துளசி கற்பம் 17
கறுநெல்லி 17
கறுநெல்லி கற்பம் 17
கறுப்பு சீந்தில் 12
கறுபெருநோய் 199
கறுவண்டு 159
கறுவேம்பு கற்பம் 13
கறுவேம்பு சூரணம் 13
கறுவேல மரவேர் 18
கன்மம் 32
கன்னி 113
கஸ்தூரி 13,128,131,133
கஸ்தூரி மஞ்சள் 18,141,142,153,170,
கஜ ஆசனம் 60
கஜசர்ம குட்டம் 171, 172

கா

காக்கட்டை வர்மம் 104, 105
காக்கை கொல்லி பருப்பு 233
காகபுசுண்டர் பாடல் 25
காங்கை 19
காசநோய் 163
காசாலை கற்பம் 14
காசு எடை 178,209
காட்டுச் சீரகம் 192
காட்டுமல்லி 193
காட்டு மாங்காய்ப் பருப்பு 18
காட்டுமாம்பட்டை 192
காடாத்துணி 137
காடி 163,193,213, 215
காடை 5
காணாக்கடி 158,161
காது குத்தல் 219
காதுப் பெருநோய் 199
காது, மூக்கு, தொண்டை நோய் 42
காந்த கற்பம் 10
காந்தம் 16,143,152
காம்புதிரிக் கால வர்மம் 98,99
காமப்பால் 13,16
காமாலை 12,19,21,23,213,
காமியம் 206
காமேசுரக் கல்பாவிழ்தம் 18
காய்ச்சல் 174
காய்ச்சினப் பசும்பால் 19
காய்ச்சுக் கட்டி 154,169
காயகற்ப பயிற்சி 64
காயகற்பம் 1,2,3.25.26.37
காயகற்ப மருந்து 4
காயகற்ப முறை 27
காயசர்வாங்க தைலம் 99
காய சன்னி 143
காயசித்தி 9.10.13.14.19.23.
காயத்திருமேனி 137
காயத்திருமேனி எண்ணெய் 122

காயம் 132.211.222
கார்கோலரிசி 132
கார்த்திகை 9
கார்போகரசி 127.129.137,141,170,177,178.193, 209
காரப்பொருள் 153
காரம் 170
காரி ரத்தம் 42
காரீய பற்ப செந்தூரம் 179
காரீரல் வர்மம் 112
கால்கடுப்பு 2
கால் வெள்ளை வர்மம் 122
காலம் 86
காலவேறுபாடு 149
காவிக்கல் 170
காவிக்கல் சூரணம் 161
காளாஞ்சகப்படை 165, 172.173.177.181.182
காளாஞ்சக வாதம் 171
காளான் 229
காறலை வேர் 212
காஷ்மீர் 187

கி

கிச்சிலிக் கிழங்கு 230
கிட்டிக் கிழங்கு 23.156.
கிடீப குட்டம் 171.172,204
கிடீபம் 172
கிரந்தி 208.216.217.219
கிரந்தி வீக்கம் 212
கிராணி 209.211.
கிராணி வகை 19
கிராம்பு 128.129.132.136.142.153.
கிரியை 38.44
கிருமி 148, 149.168.222
கிருமிநாசினி 166
கிருஷ்ண குஷ்டம் 203
கிழங்கு 26.149
கிளிப்பிற வர்மம் 113
கிளிமூக்கு மரக் கற்பம் 14
கிளிமூக்கு மாங்காய் 7
கிளிமேக வர்மம் 113

கீ

கீரை 22
கீல் மூட்டு வாதம் 41
கீழ்க்காய் நெல்லி 139
கீழ்க்காய்நெல்லிச் சாறு 132
கீழ்நோக்குக் கால் 174
கீழ்வாய்க் கதுப்பு 214
கீழா நெல்லி 7,180
கீழாநெல்லிச் சமூலம் 21

கு

குக்கில் 129,138,161
குக்கில் எண்ணெய் 167
குக்கில் தைலம் 167
குக்கில் பற்பம் 154
குக்கில் வெண்ணெய் 168
குக்குட நெய் 143, 144
குக்குடப்புடம் 212
குக்குடாதி நெய் 131
குக்குறு கிருதம் 211
குங்கிலியம் 211,230
குங்கிலிய வெண்ணெய் 154,166
குங்குமப்பூ 133
குட்டநோய் 11,189,195
குட்டம் 12,169,171,202,,205,208,209,211, 212,,214,,215,,220,,209,
குட்டித் தக்காளி 132
குடல்வாய் தாபிதம் 224
குடற்புழு 217
குடிநீர் கற்பம் 15
குடைச்சல் 129
குண்டலி 80
குண்டலி சக்தி 67
குண்டலினிச் சக்தி 25
குண்டோதிரி வர்மம் 120
குத்திக் கால வர்மம் 97
குத்து வர்மம் 106, 107
குதிகால் வர்மம் 124
குதிகை முகக்கால வர்மம் 124
குப்பைக் கீரை 139

குப்பைமேனி 14,22,180
குப்பைமேனி இலைச் சாறு 126
குப்பைமேனிச் சாறு 132,141,142
கும்பகம் 67,68
கும்பித்தல் 65
குமட்டிக்காய் 193
குமரிச் சாறு 140
குமரி மாவட்டம் 86,104
குமிழ் கரப்பான் 152
குரு 148
குருதி 206
குருதி ஓட்டம் 42,45,48
குருதிப் போக்கு 214
குருபக்தி 79,87
குருபற்பம் 13, 14
குரோசாணி 7
குழலாதொண்டை 7
குழித்தைலம் 210
குழிப்புட நெய் 192
குழிப்புண் 141, 185, 186,221
குழிமீண்டான் 145
குளத்தி இலை 16
குளியல் நீர் கற்பம் 16
குளிர் காய்ச்சல் 115
குளிர்ச்சியுண்டாக்கி 214
குளிர் சுரம் 107,114,120,220
குளிர்ந்த நீர் 5
குளோரோகுயின் 182
குறட்டை இலைச்சாறு 193
குறுந்தொட்டி 128, 129,130,134,135,136
குறுந்தொட்டி எண்ணெய் 116,133,134
குறைநோய் 195
குறை வீதன நோய் 42
குன்மம் 12,19,125,212
குன்ம வகை 19
குன்ம வலி 26
குன்றி அளவு 192, 210
குன்றிகைக் கால வர்மம் 123

கூ

கூம்பு வர்மம் 109

கெ

கெட்டவிரணம் 17
கெந்தக பற்பம் 212
கெந்தகம் 210,221

கே

கேச்சர்ம குஷ்டம் 202
கேசாதி பாதம் 93
கேரள மாநிலம் 104

கை

கைகட்டிக் கால வர்மம் 112, 113,115
கையாந்தகரைச் சாறு 126,156
கையான் 21
கையான் சாறு 132

கொ

கொக்கிப் பூச்சி 160
கொங்கணர் 3
கொட்டைக் கரந்தை கற்பம் 11
கொட்டைக் கரந்தை சமூலம் 11
கொடிபசளை 20
கொடிவேரி 177
கொடிவேலி 153
கொடிவேலி வேர் 132, 209,212,
கொடுவேலி வேர்ப்பட்டை 15
கொண்டைக் கொல்லி வர்மம் 94,95,96
கொத்துக் கடலை 212
கொப்புளப் பெருநோய் 198
கொப்புளம் 148,153,159,165,226,
கொம்பரக்கு 129,135,140
கொம்பேறி வர்மம் 124, 125
கொய்யா 149,194
கொல்லன் கோவை கிழங்குப் பொடி 177
கொழுத்து (குடைச்சல்) 131, 114,124, 133,134,144,
கொழுப்பு 206
கொழுப்புக்கழலை 183

கொள்ளி கரப்பான் 150
கொள்ளு 212
கொறுக்கு நோய் 189, 206, 207,229
கொறுக்குப்புண் 169,229
கொன்றைக் கொழுந்து 209

கோ

கோணச் சன்னி வர்மம் 125
கோணவர்மம் 102
கோதுமை 18
கோபம் 15
கோமூத்திர சிலாசத்து 161
கோரவாதம் 115
கோரை 180
கோரைக்கிழங்கு 24
கோரோசனை 6,128,130,131,133,139,144,145
கோவையிலைச் சாறு 126
கோழி நெய் 145
கோழி முட்டை 17
கோழையகற்றி 213,219
கோஷ்டம் 127,128,129,130, 134,136,209,211

ச

சகதேவிச் சாறு 132
சகன வாதம் 48
சங்கங் குப்பி 217
சங்கத் தூதுவேளை 7
சங்கநிறக் கரந்தை 7
சங்கன் சமூலம் 228
சங்கன் பட்டை 177
சங்குகுப்பி இலைச் சாறு 126
சங்குதிரிக் கால வர்மம் 103, 104
சங்கு பற்பம் 154,169,228
சஞ்சிதகர்மம் 29
சட்டை கரப்பான் 150
சட்டை முனி 3
சட்டை முனி வாதகாவியம் 1000
சடப்பிற வர்மம் 113
சடாமாசில் 129
சதகுப்பை 129
சதாவேரிக் கிழங்கு 132
சதிகார வர்மம் 105, 106
சதுரக் கள்ளிக் காய் 9
சதுரக் கள்ளிச் சிராய் 210
சந்தனக் கட்டை 163
சந்தனக் கல் 170
சந்தனம் 127,129,130,132,134,181,230
சந்தனாதித் தைலம் 228
சந்திர கலை 68
சந்துவாத சூலை 176
சமாதி 16,28,29,46,73,81,82,83,181
சமாதி நிலை 13
சமுத்திராப் பழம் 128,129
சமூலம் 21
சயநோய் 130
சயம் 114,125,129,133,134,144
சயரோக நோய் 100
சயரோகம் 106, 107
சர்க்கரை 9,14,18,24,192,209,210
சர்க்கரை வேம்பு கற்பம் 13
சர்தேவ (சர்மதல) குஷ்டம் 204
சர்ப்பாசனம் 52
சர்வாங்க ஆசனம் 41,44,
சரக் கொன்றைப்பூ 163
சரபேந்திர வைத்திய முறை 202
சரிதி வர்மம் 96
சரீரக் குத்தல் 220
சருகுப் புகையிலை 141
சலவைக்காரம் 226
சவஆசனம் 41,62,
சவுக்காரம் 153
சளி 182
சன்னலங்கப்பட்டை 210
சன்னி 23,95, 101,105,106,111,118,120,122, 123,124,125,127

சா

சாக்காடு 27
சாகா நிலை 3
சாகா மூலி 111

சாத்வீக உணவுமுறை 67
சாதாரு குஷ்டம் 205
சாதிக்காய் 15,129,132,144
சாதிபத்திரி 132, 144,145,153
சாம்பிராணி 141,181,230
சாமை 149
சாராயம் 167

சி

சிகுர குஷ்டம் 203
சித்த மருத்துவ நூல் 7
சித்தர்கள் 1,3
சித்திரப் பாவைச் சாறு 132
சித்திர மூலம் 178
சித்திரமூல வேர் 207,209
சித்திரை 9
சிந்திச் சாரம் 211
சிப்பி 197
சிமை வர்மம் 103, 104
சிரங்கு 214,215,217,219,221
சிரங்குப் பெருநோய் 198
சிரசாசனம் 47
சிரசு நோய் 24
சிரட்டை தைலம் 156,163,165,193,194,229
சிலாசத்து 192
சிலாசத்து பற்பம் 154
சிலைப்புண் 124
சிவக் குடிலை நீர் 3,25
சிவகரந்தை கற்பம் 11
சிவகாத சூரணம் 10
சிவதை 138,142
சிவதை சூரணம் 10
சிவந்திக் கடுக்காய் கற்பம் 9
சிவ நாமம் 80
சிவப்பு எண்ணெய் 167
சிவப்புக்கள்ளி 7
சிவப்பு சந்தனம் 128,129,144
சிவவாக்கியர் 32
சிவனார் வேம்பு 7,14,145,178,192
சிவனார் வேம்பு குழித்தைலம் 178
சிவாய நம 66
சிற்றரத்தை 142,144,145
சிற்றாமணக்கு 177
சிற்றாமணக்கெண்ணெய் 217
சிறப்புக் கற்பம் 27
சிறிய அஸ்தி சுருக்கிக் கால வர்மம் 111
சிறிய திருமேனி எண்ணெய் 126,127
சிறிய திருமேனி தைலம் 124
சிறுகீரை 24
சிறு குறிஞ்சான் வேர் 210
சிறு சின்னிலை 212
சிறுசெருப்படி 14
சிறு செருப்படை 177
சிறுதேக்கு 15,212
சிறுநீர் 15
சிறுநீர் எரிச்சல் 213
சிறுநீர்ப் பெருக்கி 216
சிறுபின்னலரிசி 132,142
சிறுவழுதுணை வேர் 211
சின் முத்திரை 46,66,
சின்னம்மை 222

சீ

சீதக்கழிச்சல் 214
சீதக்கழிச்சல் கடுப்பு 22
சீதபேதி 214
சீதம் 8,127,152
சீந்தில் 7,129,136,180
சீந்தில் இலைச் சாறு 126
சீந்தில் கற்பம் 12
சீந்தில் கொடி 211
சீந்தில் தண்டு 132
சீமை அகத்தி இசைச் சாறு 163
சீமை அமுக்கரா 145
சீயக்காய்க் கொழுந்து 5
சீயக்காய்த் தூள் 153
சீயக்காய்ப் பொடி 178
சீரகம் 10,14,15,22,23127,129131,132, 177, 180,211
சீருங்கொல்லி வர்மம் 95,96
சீலை மண் 210, 212

சீவப்பொருள் கற்பம் 19
சீவான்மா 28,29,82
சீழ்க் கொப்புளம் 176,223
சீழ் வகைப் படை 176
சீழுடன் கூடிய காளாஞ்சகப்படை 176
சீனா 194
சீனி 22

சு

சுக்கிலத்தம்பன கற்பம் 18
சுக்கிலம் 17
சுக்கு 9,10,15,16,132,135, 142,144, 209,210, 211,212
சுக்குக் குடிநீர் 9
சுக ஆசனம் 43,44,45,46,70,71,77,
சுடர் தைலம் 124
சுண்டிகைக் கால வர்மம் 102
சுண்டைக் காயளவு 11
சுண்டோதிரி வர்மம் 120,123
சுண்ணம் 5
சுண்ணாம்பு 209,226
சுப்பிரமணியர் ஞானம் 25
சுரபிசித்தி 7
சுரம் 15,24,26,107,182,195,216,217
சுவராதித் தைலம் 114
சுவாசகாசப் பிணி 213
சுவாசப் பாதை 44
சுவாசப் பை 44
சுவாசம் 63, 65
சுவேத குஷ்டம் 205
சுவேதகுட்டம் 189
சுழிமுனை 66,68
சுழியாடி வர்மம் 114
சுழுமுனை 12
சுளுக்கு 48,125
சுளுக்கு வர்மம் 112
சுற்றுச் சூழல் 173
சுற்றுப்புறச் சூழல் 149

சூ

சூட்சம் 86
சூதம் 222
சூரணம் 23
சூரிய கலை 68
சூரியகாந்தி எண்ணெய் 178
சூரிய காந்திப் பூ 7,12
சூரியகாந்திப்பூ கற்பம் 12
சூரியபுடம் 24,156,157
சூலை 212
சூலைப் பெருவளி நோய் 217
சூலை வகை 19
சூலை வலி 23

செ

செகனவாதம் 125
செங்கடுக்காய் 6
செங்கதாலிப் பட்டை 210
செங்கரந்தை 7
செங்கரப்பான் 150,219
செங்கழுநீர் கிழங்கு 132,136,209
செங்கற்றாழை 9
செங்கொட்டை 209,212
செங்கொடிவேலி 7
செங்கொன்றைப் பட்டை 192,193
செண்டை 200
செண்பக மொட்டு 129
செதில் 148
செதில் உதிர் நோய் 171
செந்தூரம் 16
செந்நாயுருவி 7,208
செப்புச் செந்தூரம் 178
செம்பரத்தை இலை 16
செம்பருத்திப் பூ 157
செம்பு 211
செம்புச் செந்தூரம் 179,192
செம்புத்தகடு 13
செம்புப் பற்பம் 179
செம்புளிச்சை 210
செயரசம் 26
செரிமான ஆற்றல் 41,,53,55,59,71,
செரிமான சக்தி 44,45,55,57,60

செவ்வாப்புக் கட்டி 217
செவ்வியம் 211
செவிக் குத்திக் கால வர்மம் 97,98
செவிட்டுப் பிணி 24
சென்னக்காய் எண்ணெய் 129
சென்னை சித்த மருத்துவ மைய ஆராய்ச்சி நிலையம் 157,188,194

சே

சேங்கொட்டை நெய் 178
சேங்கொட்டை மெழுகு 179
சேத்தும கரப்பான் 150, 151
சேத்தும நாடி 152
சேராங்கொட்டை 22,192,193,209,210
சேராங்கொட்டை கற்பம் 23
சேராங்கொட்டை லேகியம் 23
சேற்றுப்புண் 219

சை

சைவ உணவு 37

சொ

சொத்தைப் பல் 161
சொறி 148,151,152,172,198,199, 214,215,217, 18,220
சொறிப் பெருநோய் 200

சோ

சோகை 17,19,26
சோணித வாதம் 212
சோபதாபம் 11
சோபம் 18
சோம்பல் 5
சோரியாஸிஸ் 171, 172, 182
சோற்றுக் கற்றாழை 135
சோற்றுக் கற்றாழைச் சாறு 138,156
சோற்றுப்பு 5,26,180

ஞா

ஞானமுத்திரை 41,46
ஞானேந்திரியங்கள் 73

த

தக்கோலம் 15
தகரை இலை 166
தகரை விதை 163,166,209
தகரை வேர் 210
தங்கச் செந்தூரம் 192
தங்க பற்பம் 192
தங்கம் 26
தசதீட்டை 3
தசநாடி 68
தசவாயு 113, 116
தட்டு வர்மம் 93
தடவல் முறை 98,112
தடவு முறைப் பரிகாரம் 121
தடிப்பு 157,159,160,161,208
தடிப்புண்டாக்கி 219
தடிப்புப் பெருநோய் 201
தடியன் காய் 149
தத்ரு குஷ்டம் 204
தமிழ் மருத்துவம் 27
தயிர் 18,19
தருப்பை 22
தலை 231
தலை ஆசனம் 42,47,48,49,150
தலைச் சாயம் 149
தலை நோய் 42
தலைப்பேன் 231, 232, 233
தலைவலி 125
தழும்பு 169, 170,230, 223,224
தற்காலிக நிவாரணம் 78
தன்வினை 172.197
தன்னம்பிக்கை 78
தனக்குவமை இல்லாதான் 82
தனுராசனம் 54

தா

தாது கற்பம் 1
தாதுப்பொருள் கற்பம் 19

தாபம் 15
தாபிதம் 214,215
தாம்பத்திய உறவு 95
தாமரை ஆசனம் 40,44,71
தாமரை மகரந்தப் பொடி 24
தாமிரசெந்தூரம் 192
தாய்ப்பால் 136,142
தாரணை 28,73,76,77,80, 181
தாரா இலை 192
தாளகம் 131,178,193
தாளிச பத்திரி 15
தான்றிக்காய் 153,154
தான்றித் தோல் 15, 209,212
தானிய புடம் 133

தி

திசுநீர்த் தேக்கி 159
திட்டு 157
திப்பிலி 10,16,142,144,163,177,209,210
திப்பிலி மூலம் 132,153,211
திமிர் 148,151,152
திமிர்படை 220
திமிர்வாத கரப்பான் 150, 151
தியான ஆசனம் 78
தியானப் பயிற்சி 80
தியானம் 3, 28,45,46,73,76,77, 78,79,80, 81,82,181
திராட்சைப் பழம் 18
திரிகடுகுப்பொடி 24
திரிபாலைக் கியாழம் 167
திரிபாலைத் தைலம் 228
திருக்குறள் 227
திருகுக் கள்ளிப் பால் 143
திருநெல்வேலி 86, 180
திருமந்திரம் 1,28,65
திருமூலர் 2,6, 64,69
திருமேனி எண்ணெய் 114,124,126,
திருவள்ளுவ நாயனார் 3
திருவள்ளுவ நாயனார் கற்பம் 300 22
திருவள்ளுவர் 29,30,31,3234,35,74,75,82
திருவிருதைக் கடுக்காய் கற்பம் 9
திரை 1,2,13,20,21,27,151
திலர்தக் கால வர்மம் 99, 100
திவளை வர்மம் 106
தினவு 148,151,157,160,161,172,174, 194,198, 208
தினவு சிரங்கு 171
தினை 149

தீ

தீட்சை 2
தீத்தைலம் 124
தீப்புண் 173
தீவினை 29

து

துணை நோய் 152
துணை மருத்துவம் 69,71
துணை மருந்து 3
தும்பைச் சாறு 26
தும்பைத் தைலம் 228
தும்மிக் கால வர்மம் 112
துயரடக்கி 221
துருசு 6, 143
துலுக்க சாமந்தி 149
துவர்ப்பி 214,218,220,224
துவரை வேர்க் குழித்தைலம் 192, 193
துவரைவேர்ப் பட்டை 177
துவையல் 23, 24
துளசி 23
துளசிச்சாறு 169
துளசித் தைலம் 228
துளசியிலை 221
துளசி வேர் 23, 210
துன்மாமிச வளர்ச்சி 183

தூ

தூக்க மாத்திரை 78
தூக்கமின்மை 43,53
தூசிக வர்மம் 107, 108
தூத்துக்குடி 104
தூதுவளை 22,180

தூதுவேளையிலைச் சாறு 128,129
தூதுவேளை வேர் 132
தூபம் 18
தூவினங்காய் 213

தெ

தெட்சணைக் கால வர்மம் 120
தெற்றிவேர் 138
தென்அமெரிக்கா 194
தென் கேரளம் 86
தென்னை மர வேர் 132

தே

தேக்கம் செதிள் 210
தேகக் கரப்பான் 152
தேக சுத்தி 8
தேங்காய் 228
தேங்காய் எண்ணெய் 126129,136,140, 141,226, 228,230
தேங்காய்த் தைலம் 228
தேங்காய் நெய் 156
தேங்காய்ப் பால் 138,144
தேத்தான் பழம் 213
தேமல் 162,163,220
தேரையர் 3,191
தேரையர் கரிசல் 23
தேரையர் யமக வெண்பா 3,19
தேவதாரு 211,212
தேற்றாங்கொட்டை 180
தேற்றான் நெல்லி 23
தேற்றான் வேர் 15
தேன் 5,9,11,12,14,15,16,17,19,20,21,24,26,153, 163,167,208,209
தேனீ 160, 161

தை

தை 9
தைராய்டு சுரப்பி 42

தொ

தொட்டால் வாடிச் சாறு 132
தொடு வர்மம் 93,94, 112
தொல்காப்பியம் 30
தொழில் நுட்பம் 78
தொழில் வளம் 78
தொழுநோய் 194,196,206,213

தோ

தோட்டம் போடுதல் 149
தோட்ட கரப்பான் 151
தோல் நோய் 157, 158
தோல் புற்றுநோய் 184
தோல் பெருநோய் 199
தோல்வெடிப் பெருநோய் 200
தோற்பிணி 148,172,206

ந

நகங்களைத் தாக்கும் காளாஞ்சகப்படை 176
நகப்பூச்சு 149
நகர்மயமாதல் 78
நச்சு சுரம் 222
நசியம் 88
நட்சத்திரக் கால வர்மம் 98
நட்டெல் வர்மம் 114
நடுக்கம் 24
நண்டு 197,232,
நத்தை 197
நத்தைசூரி இலை 136
நத்தைசூரி இலைச் சாறு 138
நத்தைசூரிச் சாறு 145
நத்தைசூரி சமூலச் சாறு 126
நத்தைசூரி வேர் 132
நந்தி மெழுகு 179
நபுஞ்சகம் 24
நம குஷ்டம் 202
நமைச்சல் 148,168
நரங்கல் குத்திக் கால வர்மம் 118
நரம்பு பிரட்டல் 135

நரம்பு மண்டலம் 42
நரம்பு விலம் 196
நரம்புக் கழலை 183
நரம்புத் தளர்ச்சி 71
நரம்புத் தளர்ச்சி நோய் 77,126
நரை 1,2,13,19,20,27,154
நல்சந்தனம் 128
நல்ல பாம்பு ஆசனம் 52
நல்ல மிளகு 129,130,134,137,138,139,153,156, 157,161178,192,,230
நல்வினை 29
நல்வேளைச் சமூலச் சாறு 126
நல்வேளைச் சாறு 132,141, 142
நலங்குப்பொடி 153
நவாச்சாரம் 193,211
நவீன மருத்துவம் 152
நவீன யுகம் 78
நளிர் 151
நற்சங்கன் வேர் 130
நற்சீந்தில் 12
நறுவிலிக் கொட்டை 163
நன்னாரி 24,128,129,130,132
நன்னாரி எண்ணெய் 130
நன்னாரி கிழங்கு 140
நன்னாரி வேர் 138

நா

நாக்குப் பெருநோய் 197
நாகல் 16
நாகாசனம் 52
நாங்குநேரி 180
நாட்டுச் சர்க்கரை 16,22
நாடி சுத்தி 8,13
நாப் பெருநோய் 201
நாய்க்கடி 221
நாயுருவி வேர் 132
நார் இழைத் திசு 169
நார்ப்புற்று 183
நார்வே 194
நாரத்தம் பழம் 18
நாவல் பட்டை 132
நாவல் மரவேர் 18
நாவற்பழச் சாறு 192
நாவற்பழம் 18
நாளச் சுருட்டு 42
நாளமில்லா சுரப்பி 48, 230
நாளளவு 3,25
நாற்கழலை 183
நாறு கரந்தை 7
நாறுகரந்தை சமூலம் 11

நி

நிணநீர் 159
நிணநீர்க் கோளக்கட்டி 226
நிணநீர்க் கோளம் 223
நியமம் 25,28,33,34,35,67,73,81,181
நிலக்கரி 184
நிலப்பனங்கிழங்கு 15,132
நிலவாகைக் குடிநீர் 163
நிறக்குறைவு 152
நினைவாற்றல் 48,71

நீ

நீர்க்கசிவு 148
நீர்க்கடுப்பு 12
நீர்க்கழிச்சல் 17
நீர்க்கொப்புளம் 223
நீர்நுள்ளி 136
நீர்மலம் போக்கி 219
நீர்வேட்கை 213
நீரடி முத்து 177,178,153,193
நீரிழிவு நோய் 55,57,133,163
நீரேற்றப் பிணி 21
நீலஞ்சோதி 16
நிலஞ்சோதி கற்பம் 16
நீலத்துருசு 127,129
நீலி 14

நு

நுண்ணுயிர்க் கிருமி 149

நெ

நெடுங் குறிஞ்சான்வேர் 210
நெய் 5,11,15,18,19,21,22,,23,24,208,230
நெய்சிட்டிக் கிழங்கு 192
நெய்ப்புக் குதுவம் 230
நெல் 210
நெல்மா நெய் 20
நெல்லளவு 21
நெல்லி 5,16
நெல்லிக்காய் 5,13
நெல்லிக்காய் கந்தகம் 208,210
நெல்லிக்காய்த் தைலம் 228
நெல்லிக்காயளவு 192
நெல்லி கற்பம் 16
நெல்லிப் பருப்பு 18,209
நெல்லிப்பூ, 7,17
நெல்லிமுள்ளி 7,16
நெல்லிவற்றல் 129, 153, 210, 212
நெல்லெடை 212
நெல்லை 104

நே

நேர் வர்மம் 100, 101,109,110
நேரடியான மருத்துவம் 69

நொ

நொச்சி 180
நொச்சிக் கொழுந்து 22
நொச்சில் 22
நொந்துகடுத்து 21
நொய்ப்புப் பொருள் 153

நோ

நோய் எதிர்ப்பு சக்தி 222, 224
நோய்க் கிருமி 165
நோய் நுண்மம் 183

நௌ

நௌகாசனம் 55

ப

பக்க சூலை 24
பக்கவாதம் 125
பக்க வீதன கோளம் 45
பக்கு 148,153,223
பங்குனி 9
பச்சயம் 162
பச்சிமோத்தாசனம் 58
பச்சி வர்மம் 101,125
பச்சை 129
பச்சை எண்ணெய் 221
பச்சைக் கற்பூரம் 23,121
பச்சைக்கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை 153
பச்சைப் பசும்பால் 19
பச்சைப்புனுகு 23
பசலைக் கீரை 5
பசித்தீ தூண்டி 218
பசு 82
பசுந்தயிர் 21
பசுநீர் 163
பசு நெய் 5, 6,23,166
பசு மூத்திரம் 208
பசுவின் சாணம் 221
பசுவின் நெய் 10,18,18,20,128,129,132,138,139, 144,145,211,212,213,216,
பசை 153
பஞ்ச கற்பம் 15,18
பஞ்ச கற்ப விதி 19
பஞ்ச பூதங்கள் 79
பஞ்சவன் பழக்காய் 142
படகாசனம் 55
படங்கால் வர்மம் 123
படர் குட்டம் 220
படர்தாமரை 165, 229
படர்தாமரைப் பெருநோய் 198
படலம் 23
படிகாரம் 166
படுக்கைப் புண் 166
படுவர்மம் 93,94

பிரம்மதண்டு மகரந்தப்பொடி 24
பிரமச்சரியம் 75
பிரமி 7
பிரமி கற்பம் 16
பிரமிச்சாறு 16
பிரமேக நோய் 152
பிரமேகம் 212
பிரமேக ரோகம் 152
பிரமை 21
பிராணாயாமம் 28,63,64,65,66,67,68,69, 72,73,80,181,
பிருக்க நோய் 196
பிருதிவிக் கடுக்காய் கற்பம் 8
பிளவை 221
பிறதாரை 106
பிறவினை 197
பின் சருதி வர்மம் 111
பின் நரம்பு அழுத்த நோய் 54

பீ

பீதரோகிணி வேர் 163
பீனிசநோய் 23
பீனிசம் 125

பு

புகைக்கரி 184
புகைப்பிடித்தல் 38, 186
புகையிலைச் சாறு 186
புங்கந் தைலம் 163,165,228
புங்கம் நெய் 212
புங்கம் பட்டை 208, 212
புங்கன் எண்ணெய் 154
புங்கன் பட்டை 177
புங்கன் பால் 141,178
புங்கு நெய் 167
புண்டரீக குஷ்டம் 202
புண்ணழுக்கு அகற்றி 216
புண்ணாற்றி மருந்து 226
புண்தடிப்பு 148
புண்புரை 219
புத்தி மாறாட்டம் 24
புதுத்தேன் 132
புப்புச சுரம் 196
புய வர்மம் 114
புரட்டாசி 9
புரணி 210
புரவு 141
புரவெண்ணெய் 140, 141
புரைப் பெருநோய் 201
புலத்தியர் 3
புலனுகர்வு 73
புழுவெட்டு 23,155,156157,,229
புளி 5,9,18,20,26,153,154,170,208,217
புளியங் கொட்டை 213
புளியஞ்சிராய் 210
புளியரணை 5
புளியன் விதை 137
புளியாரை 5,22,180
புளியாரைத் துவையல் 2
புற்றுக் கட்டி 169
புற்றுநோய் 183, 185, 186, 188
புறத்தோல் புற்றுநோய் 184
புன்னைக்காய் எண்ணெய் 134
புனுகு 192
புனுகுச் சட்டம் 131,133
புஷ்கர மூலம் 212
புஜங்காசனம் 51

பூ

பூங்காலி 224
பூச்சி 160
பூச்சிகளால் ஏற்படும் ஒவ்வாமை 159
பூஞ்சான் 169
பூஞ்சை 164,168
பூஞ்சை நோய் 162
பூண்டு 21,153
பூணூல் வர்மம் 113
பூ தொடுத்தல் 149
பூமிப்புடம் 14
பூரகம் 65,66,67,68,71

பூரண சந்திரோதயம் 19,180
பூரண சாந்தி ஆசனம் 41
பூரண சுத்தி பிராணாயாமம் 70
பூரணத்துவம் 82
பூரணம் 25
பூரணமான பத்மாசனம் 41
பூரண வழுக்கை 156
பூரித கரைசல் 134
பூலாங்கிலங்கு 129
பூவரசன் பட்டை 132,177,193

பெ

பெட்ரோலியப் பொருள் 184
பெண்கரந்தை 7
பெண் சேர்க்கை 18
பெண்பேன் 231
பெண்போகம் 5
பெண்போகவிரகம் 149
பெண்யோகம் 5
பெரிய அஸ்தி சுருக்கிக் கால வர்மம் 111
பெரிய திருமேனி எண்ணெய் 126
பெருங்கழிச்சல் 218
பெருங்காயம் 5,142,210
பெருங்காளான் 20
பெருஞ்சீரகம் 129
பெருஞ்சொறி 152
பெருந்தும்பைச் சாறு 132
பெருநோய் 172,189,195,197,207,208
பெரும்பாடு 23
பென்சிலின் மருந்து 159

பே

பேதி 152
பேப்புடல் சாறு 132
பேய்ப்புடல் 211
பேரின்ப நிலை 75
பேரீட்சை பழம் 132
பேரீந்து 21
பேன்கள் 231, 232, 233

பை

பைத்தியம் 126
பையறா தைலம் 99
பைரவ முத்திரை 46

பொ

பொட்டு 229
பொடி வெங்காயம் 132,136
பொடுகு 229, 230
பொடுதலைச் சாறு 153,156
பொடுதலைத் தைலம் 230
பொதுக் கற்பம் 27
பொய்கைக் கால வர்மம் 98
பொரி 148
பொரி கரப்பான் 150
பொருமல் 152
பொருள் 34
பொற்கொன்றை 7
பொற்கொன்றைப் பூ 15
பொற்சீந்தில் 12
பொற்சைக் கால வர்மம் 96,97
பொற்றலை 14
பொற்றலைக் கையான் 13, 14
பொறிவாயில் ஐந்தவித்தான் 82
பொன்நிமிளைச் செந்தூரம் 192,194
பொன்முட்டை வேர் 211
பொன்மெழுகு 139
பொன்னாங்கண்ணி 180
பொன்னாங்காணி 20
பொன்னாங்காணிச் சாறு 128,132
பொன்னாவாரையிலைச் சாறு 132

போ

போகர் 3,12
போகர் கற்பம் 300 5
போதைப் பொருட்கள் 38,153
போதை மருந்துகள் 78
போஸ்ட் ஹெர்ப்டிக் நியூராலஜிய 223
பௌதீகக் காணாக்கடி 160

ம

மகோதரம் 21,23,24,,211
மச்சாசனம் 43
மச்சேந்திரநாத் 59
மசாலாப்பொருள் 153
மஞ்சள் 5,16,168,192,168,209,211
மஞ்சிட்டி 161
மஞ்சிட்டிக் கிழங்கு 211
மடிப்புப் பகுதியில் தோன்றும் காளாஞ்சகப் படை 175
மண்டல குஷ்டம் 203
மண்டைக் கரப்பான் 150, 215
மண்டைச் சூலை 211
மண்டைப்பெருநோய் 197
மண்ணுளிப்புழு 197
மண்புழு 142
மணத்தக்காளி 20
மணத்தக்காளிச் சாறு 180
மணிப்பூரகம் 80
மணிபந்த வர்மம் 121
மத்திய ஆயுர்வேதம் மற்றும் சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சிக் கழகம் 179
மதியமுது 25
மது 38,78
மதுமேக நோய் 77, 126
மதுமேகம் 51
மந்திரக் கால வர்மம் 100
மயக்க மருந்து 149
மயக்கம் 15,26,221,
மயில்துத்தம் 193
மயிலாசனம் 56
மயூராசனம் 56
மர்மம் 86
மர ஆசனம் 49
மரக்கறி 153
மரபுசார் நோய் 173
மரமஞ்சள் 161,209
மரு 185,219
மருத்துவத் துறை 149
மருதமர இலைக் கொழுந்து 16
மருதோன்றி 7
மருதோன்றி இலை 168
மருதோன்றி இலைச்சாறு 193
மருந்து ஒவ்வாமை 159,173
மருள் 226
மல்லிகை 149
மல்லிகைப்பூ சாறு 12
மலக்கட்டு 230
மலக்கிருமி 161
மலச் சிக்கல் 45. 53
மலட்டு கற்பம் 18
மலட்டு நோய் 126
மலம் 4
மலமிளக்கி 213
மலேசியத் தீவுகள் 194
மலேரியா சுரம் 182
மலைதாங்கி வேர் 132
மலைமான் இறைச்சி 5
மறைப்பு 23
மன அமைதி 46,77,78,229
மன உளைச்சல் 77,78,174
மன ஒருமைப்பாடு 46
மனக்கோளாறு 161
மனச்சோர்வு 43,155
மனத்தூய்மை 3
மன நலம் 77
மனமகிழ்ச்சி 20
மனோபலம் 78
மனோ மருத்துவம் 78

மா

மாசி 9
மாசிக்காய் 129,142,145,154
மாத்ரிகா பிராணாயாமம் 71
மாதவிடாய்க் கோளாறு 53,126
மாதளையிலை 132
மாம்பழம் 12,18
மாமிசம் 5,26,149,153,206,230
மாயை 32

மார்கழி 9
மார்பு அடைப்பு 21
மாலசெஸ்ஸியா.்.பர்.்.பர் 162
மாவிலங்கு தலைச்சுருளி 153
மாற்று ஆசனம் 41,49
மான் கொம்பு 210
மான் செவிக்கள்ளி 163
மாஸ்ட் அணு 158, 159

மி

மிருதார்சிங்கி 154
மிருதார் சிங்கிக் களிம்பு 165,168
மிளகு 5,7,10,16,18,20,21,134,142,153,156, 180,192,209,210
மிளகுக் கொடி வேலி வேர் 211
மிளகு கற்பம் 10,16
மின் சக்தி 226
மின் வெட்டிக் கால வர்மம் 100

மீ

மீன் 5,26,149,197,
மீன் ஆசனம் 43
மீன் எண்ணெய் 178

மு

முக்கூட்டு எண்ணெய் 121,128,178
முக்கூட்டு நெய் 129
முக்தி 81,82
முகப்படை 186
முகவாதம் 125
முசாம்பரம் 129
முசிறு முட்டை 142
முசுமுசுக்கைச் சாறு 128
முட்டு வர்மம் 122,125
முட்டுமொழி வர்மம் 121
முட்டை 149
முடக்கத்தான் 128
முடக்கத்தான் வேர் 132
முடக்கு வாதம் 24
முடி உதிரல் 154,229
முண்டகத்து வர்மம் 122
முண்டெல் வர்மம் 110
முத்தக் காசு 129,130,132,136
முத்துச் சுண்ணம் 5
முதியோர் கூந்தல் எண்ணெய் 156
முதுகுத் தண்டு 44,45
முதுகெலும்பு இடைத்தட்டுப் பிதுக்கம் 51
முதுவயது எண்ணெய் கரப்பான் 152
முதுவயது ஒட்டு கரப்பான் 152
முதுவயது ஒவ்வாமை கரப்பான் 152
முதுவயது கரப்பான் 152
முந்திரிகைப் பருப்பு 18
முப்பிணி 24
முப்பு 2,25
முயல் 131
முருங்கை இலைச் சாறு 138
முருங்கை ஈர்க்கு 9
முருங்கை பருப்பு 18
முருங்கை பிசின்பொடி 24
முழுத்தலை வழுக்கை 155
முள்ளெலும்பு இடைத்தட்டுப் பிதுக்கம் 54
முறிவெண்ணெய் 122,136,137,138,143
முறை வர்மம் 107
முன் சுருதி வர்மம் 111,112
முன்னோக்கிய சவ்வு 54

மூ

மூக்கிரட்டை 22,180
மூங்கில் வேர் 18
மூங்கிலரிசி 143
மூங்கிலுப்பு 161
மூச்சுத்திணறல் 130
மூச்சு நிலை 38
மூச்சுப் பயிற்சி 2,5,12,14,
மூச்சுப் பிடிப்பு 129
மூச்சையுண்டாக்கி 221
மூட்டுகளைத் தாக்கும் காளாஞ்சகப்படை 176
மூத்த பெண்ணை மருவல் 149
மூத்திரக் கால வர்மம் 117
மூத்திரக்கிரீச்சம் 12

மூப்பு 1,2,20,27
மூர்ச்சை 15,23
மூர்த்திக் கால வர்மம் 99
மூல நோய் 42,126
மூலம் 23,211,212,213,215
மூலாதாரம் 25,80
மூலிகை கற்பப் பொருள் 19
மூலிகை கற்பம் 2,6

மெ

மென்தோல் புற்றுநோய் 185, 186

மே

மேகநீர் 17
மேகநோய் 19,206, 137,232
மேகம் 218
மேகரோகம் 212
மேகவெட்டை 21,22,23
மேகவெண்படை 189,206, 207
மேகவெப்பம் 23
மேகனப் பேன் 232, 233
மேகனம் 231,232
மேதை 128
மேல்தோல் பூஞ்சை நோய் 162
மேலாந்தை வர்மம் 121

மை

மைக்கோ பேக்டீரியம் லெப்ரே 195

மொ

மொழி வர்மம் 121
மோகவெட்டை 22

மோ

மோர் 5,18,170

யா

யாக சித்தி 6
யானைக்கால் பூச்சி 160
யானைத் தந்தம் 170,228
யானைத் திப்பிலி 210,212
யானைத்தோல் குட்டம் 176
யானைத் தோல் பெருநோய் 198

யு

யுகாந்த காலம் 15

யூ

யூகி 172
யூகி சிந்தாமணி 172, 198
யூகி முனிவர் 150, 151

யோ

யோக சாதகர் 46
யோகசித்தி 13
யோகநெறி 34
யோகப் பயிற்சி 33,76,181
யோக மருத்துவம் 43,54,67,68,69
யோக முப்பு 2,3
யோக வல்லுநர் 67,77
யோக வழி முறை 78
யோகர் 6, 8,14,27,28,35,81,197
யோகாசனம் 25,27,35, 36, 37, 38
யோனிப்புற்று 183

ர

ரசகந்தி மெழுகு 188
ரத்தவாதம் 211
ரப்பர் கையுறை 149

ரு

ருது உண்டாக்கி 220

ரே

ரேடியம் கதிர் 184

ல

லவங்கப் பத்திரி 210

லி

லிங்கப்புற்று 183
லினோலிக் அமிலம் 178

லோ

லோகசித்தி 13
லோகபற்பம் 17

வ

வங்கக் களிம்பு 154
வங்க விரணக் களிம்பு 163
வச்சிராசனம் 45
வசம்பு 132,161,212
வசவெண்ணெய் 139,140
வஞ்சனகாத பிதுக்கம் 51
வஞ்சனகாத வளையம் 118
வஞ்சிப்புல் 212
வட்டக் காளாஞ்சகப் படை 175
வட்ட நிலை 42,44,50
வண்டு கொல்லிச் சாறு 165
வயசுக் கால வர்மம் 115
வயது வரம்பு 37
வயிற்றுக் கடுப்பு 218
வயிற்றுக்கோளாறு 223
வயிற்றுப் பேசி 56,67
வயிற்று வலி 212
வர்ம அடங்கல் 85
வர்ம அடி 135
வர்ம ஆசான் 85,87,88,104
வர்ம இலக்கு முறை 89
வர்மக் கண்ணாடி -500 93
வர்மக்கலை 85,87,88,89
வர்ம சிகிச்சை 123
வர்மசூத்திரம் 93
வர்மத்தைலம் 123
வர்மநூல் 88,89,93
வர்மப்பகுதி 85,86,88,89,93
வர்மப் பரிகாரம் 108,115,119, 121
வர்மம் 85,86,87,88,93
வர்ம மருத்துவர் 87,113,115
வர்ம மூலி 99
வர்மாணி 120
வர்மாணிய நூல் 93,99,119
வரகு 149
வராகனெடை 207, 210,211,217
வரிக்குமரிச்சோறு 9
வரிச்சல் 17
வல்லாரை 14,132
வலங்கம் 177
வலம்புரிக் கால வர்மம் 118
வலம்புரிக்காய் 142
வலமேந்தி வர்மம் 106
வழலை நீக்கல் 4,9
வழலை வாங்கல் 6
வழுக்கை 48, 154, 155,227,228,
வள்ளைக் கொடி 22
வளி 21
வளி நோய் 177,218,221
வளிப்பிணி 21
வளிப் பெருநோய் 200
வளி (வாதம்) வெண்படை 191
வளையப் பெருநோய் 199
வளையம் போன்ற காளாஞ்சகப்படை 175
வளை வர்மம் 107
வற்றல் 20,22
வறட்சி 12
வறட்சி கரப்பான் 150, 151
வறட்சியகற்றி 213
வறட்சுண்டி 6
வறட்டிருமல் 214
வறள் கரப்பான் 151
வன்மம் 86
வஸ்திரகாயம் 210

வா

வாசனைப் புல் 212
வாசனைப் பொருள் 149
வாசிப் பயிற்சி 16,67
வாசியோகம் 63
வாட்கோரைக் கிழங்கு 20

வாத-கபம் தொந்தித்தல் 22
வாத கரப்பான் 150, 151,154
வாத தோடம் 220
வாதநாடி 93
வாத நோய் 219
வாதப்பிணி 23
வாதம் 66
வாதரோகம் 212
வாத வர்மம் 93
வாத வெண்படை 206,207
வாந்தி 12, 211
வாந்தியுண்டாக்கி 221
வாய்ப்புற்று 183
வாய்விடங்கம் 143
வாயுகுன்மம் 115
வாயுதாரணை 67,69
வாயுவிடங்கம் 209,210,211,212
வாலறிவன் 82
வாலுழுவையரியசி 142, 143
வாலுளுவை 177
வாலுளுவை அரிசி 212
வாலுளுவை வேர் 210
வாலை கரப்பான் 151
வாழைக் கிழங்கு 208
வாழைப்பழச் சாறு 210
வாழைப் பழம் 18
வாளம் 212

வி

விக்கல் 12
விகுதி வர்மம் 124
விசர்ச்சிகா குஷ்டம் 204
விசுத்தி 80
விசையன் கடுக்காய் கற்பம் 8
விட்டில் பாம்பு ஆசனம் 53
விட்டிலாசனம் 57
விடகாரி சூரணம் 161
விட சன்னி 24
விடத்தலை வேர் கற்பம் 12
விடத்தலை வேர்ப்பட்டைச் சூரணம் 12
விடத்தினவு 220
விடத்தேர் 7
விண்ணோசை 79
விதை நோய் 126
விந்து சக்தி பாதுகாப்பு 54
விப்புருதி 208,211
விப்புருதிக் கட்டி 125,183
வியான வாயு 116
விரணம் 24
விருட்ச ஆசனம் 49
விரைநோய் 112
விரைவாதம் 22
வில்லாசனம் 54
வில்லுவர்மம் 107
வில்லை 23
வில்வப்பூ 7
வில்வ வேர் 132,212
விலங்கு வர்மம் 114
விலாமிச்சம் வேர் 127,128,129,130,134
விழி அழுத்த மிகைப்பு நோய் 48
விழிவேர் சூரணம் 10
விழிவேர்ப் பட்டை 211
விளா 20
விளாம்பட்டை 192
விளாம் பிசின் 138
விளாலரிசி 132
விற்திக் காலவர்மம் 123
விஸ்பேடை குஷ்டம் 202
விஷ்ணுக் கரந்தை 7, 12, 132
விஷ்ணுக் கரந்தை கற்பம் 12
விஷக் கழலை 183
விஷகோபை 220

வீ

வீக்கம் 23,148,211,216,219,
வீக்கமுருக்கி 215, 216
வீங்கு கரப்பான் 151
வீடுபேறு 29,33,75
வீதன கோளம் 51
வீரம் 184

வாத-கபம் தொந்தித்தல் 22
வாத கரப்பான் 150, 151,154
வாத தோடம் 220
வாதநாடி 93
வாத நோய் 219
வாதப்பிணி 23
வாதம் 66
வாதரோகம் 212
வாத வர்மம் 93
வாத வெண்படை 206,207
வாந்தி 12, 211
வாந்தியுண்டாக்கி 221
வாய்ப்புற்று 183
வாய்விடங்கம் 143
வாயுகுன்மம் 115
வாயுதாரணை 67,69
வாயுவிடங்கம் 209,210,211,212
வாலறிவன் 82
வாலுழுவையரியசி 142, 143
வாலுளுவை 177
வாலுளுவை அரிசி 212
வாலுளுவை வேர் 210
வாலை கரப்பான் 151
வாழைக் கிழங்கு 208
வாழைப்பழச் சாறு 210
வாழைப் பழம் 18
வாளம் 212

வி

விக்கல் 12
விகுதி வர்மம் 124
விசர்ச்சிகா குஷ்டம் 204
விசுத்தி 80
விசையன் கடுக்காய் கற்பம் 8
விட்டில் பாம்பு ஆசனம் 53
விட்டிலாசனம் 57
விடகாரி சூரணம் 161
விட சன்னி 24
விடத்தலை வேர் கற்பம் 12
விடத்தலை வேர்ப்பட்டைச் சூரணம் 12
விடத்தினவு 220
விடத்தேர் 7
விண்ணோசை 79
விதை நோய் 126
விந்து சக்தி பாதுகாப்பு 54
விப்புருதி 208,211
விப்புருதிக் கட்டி 125,183
வியான வாயு 116
விரணம் 24
விருட்ச ஆசனம் 49
விரைநோய் 112
விரைவாதம் 22
வில்லாசனம் 54
வில்லுவர்மம் 107
வில்லை 23
வில்வப்பூ 7
வில்வ வேர் 132,212
விலங்கு வர்மம் 114
விலாமிச்சம் வேர் 127,128,129,130,134
விழி அழுத்த மிகைப்பு நோய் 48
விழிவேர் சூரணம் 10
விழிவேர்ப் பட்டை 211
விளா 20
விளாம்பட்டை 192
விளாம் பிசின் 138
விளாலரிசி 132
விற்திக் காலவர்மம் 123
விஸ்பேடை குஷ்டம் 202
விஷ்ணுக் கரந்தை 7, 12, 132
விஷ்ணுக் கரந்தை கற்பம் 12
விஷக் கழலை 183
விஷகோபை 220

வீ

வீக்கம் 23,148,211,216,219,
வீக்கமுருக்கி 215, 216
வீங்கு கரப்பான் 151
வீடுபேறு 29,33,75
வீதன கோளம் 51
வீரம் 184

வேதாத்திரி மகரிஷி 28,30
வேப்பந்துளிர் 20,180
வேப்பம் பட்டை 208,211,212
வேப்பம்பட்டைக் கியாழம் 170, 230
வேப்பம் வித்து 5,18
வேப்பிலை 170
வேப்பிலைச் சாறு 208
வேப்பெண்ணெய் 128,129,140, 142,144, 145,156, 208,209
வேம்பாடம் பட்டை 127,129,141
வேம்பின் பூ 230
வேம்பு 7,20
வேம்பு கற்பம் 13
வேரிஸெல்லா ஸாஸ்டர் வைரஸ் 222
வேரைப் பழச்சாறு 166
வேலிபருத்திச் சாறு 128,135,144

வை

வைகாசி 9
வைத்திய முப்பு 2,3
வையாதி குஷ்டம் 204

ஸி

ஸித்ம குஷ்டம் 204

ஜா

ஜாதிக்காய் 127,128,131,
ஜாதிபத்திரி 129

ஜீ

ஜீவகாந்த ஆற்றல் 80
ஜீவ ரக்ஷாமிர்தம் 171

ஹ

ஹலாசனம் 50

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

தமிழ் மொழியின் வளர்ச்சி ஒன்றையே குறிக்கோளாகக் கொண்டு 1946 ஆம் ஆண்டு அந்நாள் கல்வியமைச்சர் திரு. தி.சு. அவினாசிலிங்கம் அவர்களால் தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் நிறுவப்பட்டது. தொடக்க காலம் முதல் 1982 ஆம் ஆண்டு வரை அவர் அதன் தலைவராக இருந்து சிறப்பாகத் தொண்டாற்றி வந்தார். பின்னர் 1982 ஆம் ஆண்டு முன்னாள் மாநில, மைய அமைச்சரான திரு. சி. சுப்பிரமணியம் அவர்கள் கழகத்தின் தலைமைப் பொறுப்பேற்றுச் சீரிய முறையில் தமிழ் வளர்ச்சிக்கு வழிகாட்டி வந்தார். 1990-ஆம் ஆண்டு முதல் முனைவர் வா.செ. குழந்தைசாமி அவர்கள் தலைமைப் பொறுப்பை ஏற்றுச் சீரிய பணியாற்றி வருகிறார்.

1947-ஆம் ஆண்டு முதல் தி.ரு. ம.ப. பெரியசாமித்தூரன் அவர்களைத் தலைமைப் பதிப்பு ஆசிரியராகக் கொண்டு, 'கலைக் களஞ்சியம்' 10 தொகுதிகள் வெளியிடப் பட்டன. இதுவே இந்திய மொழிகளில் முதல் முயற்சியாகத் திகழ்கிறது. பின்னர், அவரையே ஆசிரியராகக் கொண்டு 'குழந்தைகள் கலைக்களஞ்சியம்' 10 தொகுதிகள் 1976 ஆம் ஆண்டில் வெளியிடப்பட்டன. இதன் இரண்டாவது திருத்திய பதிப்பும் (10 தொகுதிகள்) 1988-இல் முடிவுற்றது. அதன் பின்னர், தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் அறிவியல் தொடர்பான நூல்களை வெளியிடும் பணியில் ஈடுபட்டு, நான்கு நூல்களை வெளியிட்டது.

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் மருத்துவ அறிவியலைக் கருத்தில் கொண்டு, 'மருத்துவக் களஞ்சியம்' எனும் தலைப்பில் 12 தொகுதிகளை வெளியிடும் பணியை மேற் கொண்டது. இதில் 'உடல் நலம்' எனும் தலைப்பில் முதல் தொகுதியும், 'தாய் சேய் நலம்' எனும் தலைப்பில் இரண்டாவது தொகுதியும், 'புலனுறுப்புகள்' எனும் தலைப்பில் இரு நூல்களாக மூன்றாவது நான்காவது தொகுதிகளும், 'நரம்பு மண்டலம், மனநோய், நாளமில் சுரப்பிகள்' ஆகியவை அடங்கிய ஐந்தாவது தொகுதியும், 'செரிமான மண்டலமும், மூச்சு மண்டலமும்' இடம்பெற்ற ஆறாவது தொகுதியும், 'தொற்று நோய்களும் பால்வினை நோய்களும்' எனும் தலைப்பில் ஏழாவது தொகுதியும், 'புற்றுநோய், முதியோர் நலம்' அடங்கிய எட்டாவது தொகுதியும், 'இதய இரத்தநாள மண்டலம்' எனும் தலைப்பிலான ஒன்பதாம் தொகுதியும், 'சிறுநீரகம் மற்றும் இனவள உறுப்பு மண்டலம்' என்னும் பொருள் பற்றிய பத்தாம் தொகுதியும், 'எலும்பியல், மாற்றுறுப்பியல், ஒட்டறுவை மருத்துவம்' ஆகிய மூன்று பகுதிகளைக் கொண்ட பதினொன்றாம் தொகுதியும், 'மரபியல், விபத்து மருத்துவம், நோய் எதிர்ப்பாற்றல் மண்டலத்தின் அடிப்படைகள்' எனும் பகுதிகள் அடங்கிய பனிரண்டாம் தொகுதியும் வெளியிடப்பட்டு இப்பணி நிறைவு பெற்றது.

அலோபதி மருத்துவமுறை நூல் வெளியீட்டுத் திட்டத்தைத் தொடர்ந்து, தமிழகம் தரணிக்கு அளித்த மருத்துவ முறையாம் சித்த மருத்துவம் பற்றிய நூல் வெளியீட்டுத் திட்டத்தில் ஆறு தொகுதிகளை வெளியிடும் பணியைக் கழகம் மேற்கொண்டுள்ளது. இதில் 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-1: வரலாறு' என்னும் முதல் தொகுதி ஏற்கனவே வெளியிடப்பட்டது. இப்போது 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-3: சிறப்பியல்' எனும் தொகுதி வெளிவந்துள்ளது. ஏனைய தொகுதிகளுக்கான தயாரிப்புப் பணிகள் நடைபெற்று வருகின்றன.

சித்த மருத்துவம்

தொகுதி-4: வாதம் தொடர்பான நோய்கள்
பகுதி-1

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் சென்னை-600 005.

சித்த மருத்துவம்

தொகுதி-4 : வாதம் தொடர்பான நோய்கள்

பகுதி-1

மரு. வீ.சுப்பிரமணியன்

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்
சென்னைப் பல்கலைக்கழக வளாகம்
சென்னை - 600 005

2006

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

சென்னைப் பல்கலைக்கழக வளாகம்
சேப்பாக்கம், சென்னை - 600 005.

நிறுவனர்
திரு தி.சு. அவினாசிலிங்கம்

தலைவர்
டாக்டர் வா.செ. குழந்தைசாமி

துணைத் தலைவர்கள்
டாக்டர் நா. மகாலிங்கம்
டாக்டர் பெ. இராமசாமி

செயலாளர்
டாக்டர் ப. அர. நக்கீரன்

தொகுப்பாசிரியர்
திரு மா. மதியழகன்

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழக வெளியீடு
முதற் பதிப்பு 2006

பதிப்புரிமை உடையது

விலை ரூ. 225/-

அச்சிட்டோர் : பாவை பிரிண்டர்ஸ் (பி) லிமிடெட்
சென்னை - 600 014.

Bibliographical Data

Name of the Book	:	Siddha Maruttuvam Vol.4: Vatham Totarpana Noikal, Part -1
Author/Editor	:	Dr. V. Subramanian
Edition	:	First - 2006
Copy Right	:	Tamil Valarchi Kazhagam
Language	:	Tamil
Subject	:	Siddha Medical system
Pages	:	xvi+423
Price	:	Rs. 225/-
Paper	:	Maplitho
Size	:	Double Crown
Binding	:	Deluxe
Point	:	10 Pt
Wrapper Design	:	Sivagami Printographics
Published by	:	Tamil Valarchi Kazhagam University Building Chepauk, Chennai- 600 005. Ph: 25365440
Printed by	:	Pavai Printers Pvt. Ltd. J.J. Khan Road, Royapettah. Chennai-600 014. Ph. 28482441, 28482973

உள்ளடக்கம்

முகவுரை	...	vii
முன்னுரை	...	ix
Introduction	...	xiii
1. வாதத்தின் இயற்கை நிலைப்பாடு	...	1
2. வாத நோய் வகைகளின் குறிகுணங்கள்	...	17
3. உறுப்புகளைப் பற்றி வரும் வாத நோய்கள்	...	63
4. மூட்டு வாத நோய்கள்	...	71
5. வாத நோய்களில் பயன்படும் மூலிகைகள்	...	95
6. வாத நோய்களின் பொது மருத்துவம்	...	129
சொல்லடைவு	...	397

முகவுரை

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் வெளியிட்டு வரும் சித்த மருத்துவ நூல் வரிசையில் இந்நூல் வாதம் (வளி) தொடர்பான நோய்களைப் பற்றிய நான்காம் தொகுதியின் முதற் பகுதியாகும்.

மனித உடலில் வாதம் (வளி) வாழும் இடம், இயற்கைப் பண்பு, வாதத்தின் வகைகள், உடலின் உறுப்புகளைப் பற்றி வரும் வாத நோய்கள், மூட்டுகளில் தோன்றும் வாத நோய்கள் ஆகியவற்றின் குறிகுணங்கள் பல சித்த மருத்துவ நூல்களில் இருந்து தொகுத்து விவரிக்கப்பட்டுள்ளன. இவற்றைத் தொடர்ந்து வாத நோய்களில் பயன்படுத்தப்படும் மூலிகைகள் என்னென்ன, அவற்றின் மருத்துவக் குணம் யாது என்ற தகவலும் தரப்பட்டுள்ளது. பின் வாத நோய்களில் கையாளப்படும் பேதி மருந்துகள், உள் மருந்துகள், வெளி மருந்துகள் முதலியன மிக விரிவான அளவில் பல்வேறு சித்த மருத்துவ நூல்களில் இருந்து திரட்டி எளிமையாகவும் தெளிவாகவும் தரப்பட்டுள்ளன.

மரு. வீ. சுப்பிரமணியன் அவர்கள் சித்த மருத்துவப் பயிற்சியிலும் மருத்துவ ஆசிரியர் பணியிலும் நீண்ட கால அனுபவமுடையவர். அரசு மருத்துவக் கல்லூரியின் முதல்வராகவும், இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஹோமியோபதித் துறையின் இணை இயக்குநராகவும் பணிபுரிந்து, சித்த மருத்துவ உலகில் குறிப்பிடத் தக்க இடத்தைப் பெற்றவர். அவர் அரிதின் முயன்று இத் தொகுதியை எழுதி முடித்துள்ளார். மரு வீ.சுப்பிரமணியன் அவர்கள் எழுதிய "சித்த மருத்துவம் தொகுதி-6: கபம் தொடர்பான நோய்கள்" என்ற நூலை ஏற்கனவே கழகம் வெளியிட்டுள்ளமை குறிப்பிடத்தக்கதாகும். கழகம் அவருக்குப் பெரிதும் நன்றி பாராட்டிக் கொள்கின்றது.

இந்நூலை எழுதுவதில் ஆசிரியருக்கு உறுதுணையாக இருந்தவர் அவரது மனைவியார் மரு. க. இராஜேஸ்வரி அவர்கள். அவருக்கும் கழகம் தன் நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கின்றது.

கணினியில் நூலை வடிவாக்கம் செய்த திரு க. செல்லதுரை, அச்சிட்ட பாவை அச்சகத்தார் ஆகியோரும் நன்றிக்குரியராவர்.

மக்களிடையே மருத்துவம் பற்றிய விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்த வேண்டும் என்ற நோக்கத்தில் ஏற்கனவே கழகம் வெளியிட்ட மருத்துவ நூல்கள் பெற்ற வரவேற்பை இந்த நூலும் பெறும் என்று நம்புகின்றோம்.

வா.செ. குழந்தைசாமி
தலைவர்
தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

முன்னுரை

மிகினும் குறையினும் நோய்செய்யும் நூலோர்
வளிமுதலா எண்ணிய மூன்று

என்பது வள்ளுவர் வாக்கு. வளி முதலா எண்ணிய மூன்று வளி, அழல், ஐயம் என்பனவாம். இவைகளே வாதம், பித்தம், கபம் என்றும் அழைக்கப்படும். இவை மூன்றும் உயிர்த்தாதுக்கள் என சித்த மருத்துவத்தில் கருதப்படுகின்றன. உயிர்க்கு ஆதாரமாக உள்ள இம்மூன்றும் மாறுபாடு அடையும்பொழுது அதாவது தன் இயற்கை அளவில் கூடியோ, குறைந்தோ செயல்படும் பொழுது உடலின் இயல்பு நிலை பாதிக்கப்பட்டு மனம், மெய் தொடர்பான துன்பங்கள் பலவும் உண்டாகின்றன. இதுவே நோய் என்றழைக்கப்படுகிறது.

முத்தாதுக்களில் முதல் தாதுவாக கருதப்படுவது வளி அல்லது வாதம் ஆகும். இது ஐம்பெரும் பூதங்களில் வளியும் விண்ணும் சேர்ந்த தத்துவமாகும். நம் உடலில் வாதம் என்னும் தத்துவம் அல்லது உயிர்த்தாது எவ்வாறு அமைந்துள்ளது? எங்கெல்லாம் இது பரவியுள்ளது? இதன் தொழில்கள் யாவை? வாதம் எக்காரணங்களால் கேடடைகிறது? அவற்றைத் தவிர்ப்பது எவ்வாறு? என்பன பற்றிய பொதுவான பல கருத்துகள் 'வாதத்தின் இயற்கை நிலைப்பாடு' என்னும் முதல் கட்டுரையில் விளக்கப்பட்டுள்ளன. இது பின்னால் கூறப்படும் வாத நோய் வகைகளைப் பற்றி எளிதில் புரிந்து கொள்ள அடிப்படையாக அமையும்.

வளி, அழல், ஐயம் ஆகிய முத்தாதுக்கள் உடலின் எல்லா விலங்களிலும் (Cells) வாழ்கின்றன. அவை முறையே ஆக்கல், காத்தல், அழித்தல் என்னும் தொழில்களைச் செய்கின்றன. இரசம், இரத்தம், மாமிசம், கொழுப்பு, என்பு, மூளை, சுக்கிலம் எனப்படும் ஏழு உடல் தாதுக்களிலும் வளி, அழல், ஐயம் ஆகிய மூன்று உயிர்த்தாதுக்களும் தொழில்புரிகின்றன. எனினும் இம் முத்தாதுக்களின் பூத வேறுபாட்டாலும் தொழில் வேறுபாட்டாலும் அவற்றின் வடிவம், வாழும் இடம்,

செயல் தன்மை ஆகியன மாறுபடுகின்றன. எனவேதான் இவை பற்றிய விளக்கங்கள் இம் முதல் கட்டுரையில் விளக்கப்பட்டுள்ளன.

சித்தர்களின் நிலைப்பாட்டில் வாதம், வைத்தியம், யோகம், ஞானம் என்பன மிக முக்கிய அங்கங்களாகும். இங்கு கூறப்படும் வாதமும் உயிர்த்தாதுக்களில் ஒன்றாகக் கூறப்படும் வாதமும் வெவ்வேறு என்பதனை உணர்தல் அவசியம். நான்கு அங்கங்களில் ஒன்றாகக் கூறப்பட்ட வாதம் சித்தர்களின் வேதியியல் சிறப்பை உணர்த்தும் இரசவாதக்கலையைப் பற்றியதாகும். தாழ்ந்த உலோகங்களை மேலான உலோகங்களாக மாற்றும் முறை என இரசவாதக் கலையைப் பற்றிக் கூறினாலும், அழியக்கூடிய இவ்வுடம்பினை அழியாத் தன்மையாக மாற்றுவது எவ்வாறு என்பதனை அறிவதற்காகவே வாதவேதியியலைச் சித்தர்கள் போற்றினார்கள். அதன் காரணமாகவே இரண்டாம் அங்கமான வைத்தியத்தில் உலோக, உபரச, பாடாண முறைகள் மிகப்பரவலாகக் கூறப்பட்டன. சித்தர்களின் இவ்வேதியியல் சிறப்புத் தன்மையால்தான் இரசம், கந்தகம் போன்ற வேதியியல் பொருட்களிலிருந்து உயர்ந்த பல மருந்துகளைச் செய்து பயன்படுத்த ஏதுவானது.

உலோக, உபரச, பாடாணப் பொருட்களுக்கிடையிலான நட்பு, பகை குணங்களையும் அவைகளை மடிய வைக்கும் மூலிகைகள் பற்றிய அறிவையும் சித்தர்கள் கைவரப் பெற்றிருந்தனர். எனவேதான் இயற்கையில் கிடைக்கும் கனிமப் பொருட்களைத் தக்க முறையில் இணைத்து மூலிகைச் சாறுகளையும் அதனுடன் சேர்த்து உறவாடச் செய்து, புடம் முதலான முறைகளால் உடலில் எளிதில் கலக்கச் செய்யும் நுண்துகள்களாக மாற்றும் வல்லமை பெற்றிருந்தனர். இன்றைய அறிவியல் துறையில் வளர்ச்சியடைந்துள்ள Nano Technology என்ற அதிநவீனத் தொழில் நுட்பம் மூலமாகச் சித்தர்களின் மருந்தியல் ஆற்றலை உலகறியச் செய்ய இயலும். நஞ்சுப் பொருட்களையும் உடலுக்குப் பயனளிக்கும் நஞ்சற்ற, உடலுக்கு வன்மை ஊட்டும் பொருட்களாக மாற்றச் செய்யும் நுண்ணாற்றலை வெளிப்படுத்தினால் சித்த மருத்துவம் உலகம் வியக்கும் மருத்துவமாக விளங்கும் என்பதில் ஐயமில்லை.

இந்நூலில் வாத நோய்களை நீக்கும் மருத்துவ முறைகளில் மூலிகைகளை மட்டும் பயன்படுத்தி நோய்நீக்கும் முறைகள் தனியாகக் கூறப்பட்டுள்ளன. இது மருத்துவ மாணவர்களுக்கும், மூலிகை ஆராய்ச்சியாளர்களுக்கும், எளிய வைத்திய முறையைப் பின்பற்ற நினைக்கும் மருத்துவர்களுக்கும் பயன்படும்.

இது தவிர அனுபோக வைத்திய நவநீதம், கண்ணுசாமியம், ஆத்மரட்சாமிர்தம், அகத்தியர் வைத்திய சிந்தாமணி, சித்த வைத்தியத் திரட்டு போன்ற பல்வேறு நூற்களில் கூறப்பட்டுள்ள வாத நோய் மருத்துவ முறைகள் இங்கு தொகுத்து வழங்கப்பட்டுள்ளன. இவை யாவும் சித்த மருத்துவர்களால் பரம்பரை பரம்பரையாகப் பயன்படுத்தப்பட்டு வந்த மருந்துகள் ஆகும். இம்முறைகள் ஒவ்வொன்றும் நூலில் கூறியவாறு சரியான முறையில் செய்து பயன்படுத்தப்பட்டால் அதில் கூறப்பட்டுள்ள நோய்களுக்குச் சிறந்த பயனளிக்கும் என்பதில் ஐயமில்லை. எனினும் இவற்றை நவீன அறிவியல் ஆய்வுக்கு உட்படுத்தி உலகளவும் பயன்படச் செய்வது இன்றைய காலத்தின் கட்டாயம் ஆகும்.

வாத நோய்களின் வகைகளை யூகிமுனிவரும், அகத்தியரும் முறையே யூகி வைத்திய சிந்தாமணி, அகத்தியர் வைத்திய சிந்தாமணி ஆகிய நூற்களில் கூறியவற்றை இங்கு தொகுத்து வழங்கியுள்ளோம். இது தவிர மூட்டுவாத நோய்ப் பிரிவுகளும் அதற்கான மருத்துவ முறைகளும் அவசியம் கருதித் தனியே விளக்கப்பட்டுள்ளன.

வாத நோய்களுக்கான பொது மருத்துவம் தனிக் கட்டுரையாக விவரிக்கப்பட்டுள்ளது. இதில் சித்த மருத்துவ அடிப்படையிலான வாத நோய் கணிப்பு முறைகளும் (Diagnostic Methods), மருத்துவ வழி முறைகளும் (Line of Treatment) விளக்கப்பட்டுள்ளன. அதன் பின் இந்நோய் நீக்கத்திற்குப் பயன்படும் விரேசன (பேதி) முறைகள் மற்றும் உள், வெளி மருத்துவ முறைகள் அடுத்தடுத்து விளக்கப்பட்டுள்ளன. மருத்துவர்கள் நோயின் தன்மைக்கு ஏற்றவாறு மருந்துகளைத் தேர்வு செய்து பயன்படுத்துவதற்கு ஏதுவாக குடிநீர் முதல் கட்டு வகை மருந்துகள் வரை அனைத்து வகைப்பட்ட மருந்துகள் பற்றியும் விரிவாக இங்கு விளக்கப்பட்டுள்ளன. சித்த மருத்துவத் துறையில் இது ஒரு சிறந்த ஆதார நூலாக விளங்க வேண்டும் என்ற எண்ணத்திலேயே பல்வேறு நூல்களில் கூறப்பட்ட கருத்துகள் இங்கு தொகுத்து வழங்கப்பட்டுள்ளன.

"வாதம் தொடர்பான நோய்கள் பகுதி-I" என்னும் இந்நூலில் வாதத்தின் பாதிப்பால் ஏற்படும் பொதுவான நோய்கள் பற்றித் தனியாகவும், ஒவ்வொரு உறுப்பிலும் வாதத்தின் பாதிப்பால் ஏற்படும் வேறுபாடுகளைப் பற்றி 'உறுப்புகளைப் பற்றி வரும் வாதநோய்கள்' என்ற தலைப்பிலும் கூறப்பட்டுள்ளன. வாதநாடி சிறப்புறுவதால் தோன்றும் பிறநோய்கள் பற்றியும் அவற்றின் மருத்துவம் பற்றியும் "வாதம் தொடர்பான நோய்கள் பகுதி-II" இல் விளக்கப்பட்டுள்ளன.

இந்நூலை எழுதும் வாய்ப்பினை எனக்கு நல்கிய தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகத்தின் தலைவர், முன்னாள் துணைவேந்தர் டாக்டர் வா.செ. குழந்தைசாமி அவர்களுக்கு என்னுடைய நெஞ்சார்ந்த நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

இந்நூலை எழுதும் பணியில் எனக்கு மிகவும் உறுதுணையாக இருந்த ஸ்ரீ சாயிராம் சித்த மருத்துவக் கல்லூரியில் தற்பொழுது மருத்துவத் துறைப் பேராசிரியையாகப் பணிபுரியும் என் துணைவி மரு. க. இராஜேஸ்வரி அவர்களுக்கும் என் நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகச் செயலர் டாக்டர் ப. அர. நக்கீரன் அவர்களுக்கும் என் நன்றி உரியது. இந்நூலைத் தொகுத்துச் சிறப்பாக வடிவமைக்க மிகவும் உறுதுணையாக இருந்த தொகுப்பாசிரியர் திரு மா. மதியழகன் அவர்களுக்கும் கணினியில் நூலை வடிவமைப்புச் செய்த திரு க. செல்லதுரை அவர்களுக்கும் என்னுடைய நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

மரு. வீ. சுப்பிரமணியன்

Introduction

According to Siddha System of Medicine, diseases are caused due to malfunctioning of the three vital factors of the body Vatha, Pitha and Kaba. These three vital factors are otherwise called as Vali, Azhal and Iyam. This is well emphasized by Thiruvalluvar in his Thirukkural as follows:

The three vital factors starting from
Vali will cause disease when they are
In increased or decreased form.

Vatham or Vali is a Life factor formed by the combination of Vali (Air) and Vinn (Ether) which are two important basic elements of the Universe. What all present in the universe is available in the body also. It is essential to know the nature of Vatha available in the body in its unaffected form. Hence all the normal characteristic features of Vatha, its function etc are described in the first chapter of this book. This basic knowledge will help to know about the diseases of Vatha and its treatment which are described in other chapters.

The three Life factors Vatha, Pitha and Kaba are present in each and every cell of the body. They in general do the functions of creation, protection and destruction respectively. The seven types of tissues Rasa (Body fluids other than blood), Raktha (Blood), Mamisam

(Muscles), Kozhuppu (Fat), Enbu (Bone), Moolai (Brain and nerve cells) and Sukkilam (Reproductive cells - Sperm and Ovum) are all functioning with the help of these three Life factors. However there are specific characteristic features for each Life factor as they are formed by the different combination of basic elements (Maha Bhoothas) of Universe. Hence their form, location and functions varies in the body. So they are explained extensively in the first chapter.

Vatham, Vaithyam, Yogam and Gnanam (Iatro chemistry, Medicine, Meditation and Spiritual knowledge) are the four wings in Siddhar's Philosophy. Vatham mentioned here is entirely different from the Life factor Vatham. The Vatham, one among the four wings of Siddhar's philosophy deals with Iatro chemistry in which they explained the methods of converting lower forms of metals into higher forms. As Siddhars wanted to find out the ways and means for the eternity and to protect the body from its decaying nature, they have conducted the experiments on natural products. Siddhar's medicinal chemistry thus evolved helped them to treat many diseases. Hence Siddha medicine contains more mineral preparations.

Siddhars have explained more about the medicinal characters of all forms of metals and minerals and their purification techniques. Their knowledge of synergistic and antagonistic action of metals, minerals and herbal juice made them to formulate many types of medicines. The knowledge of killing of metals and minerals with herbal juices and their own acids and alkalis make the materials into fine molecules which are easily absorbable in the body. The heating processes like Putam help them to achieve the fine form of medicines. The fine molecules of medicine thus prepared will have the required therapeutic effect, but not have any toxic effect of original metals. Siddhar's medicinal chemistry and their pharmaceutical techniques can now be verified by various scientific methods including Nano technology and made known

to the whole of the world. If serious efforts are taken in this aspect the whole mankind will get benefited.

Here in this book the details of herbs which are beneficial in curing Vatha diseases are dealt with separately. This will help the medical students, research scholars and the medical practitioners who wish to use simple herbal remedies to Vatha diseases.

Apart from this, many compound preparations indicated for the Vatha diseases have been collected and given separately. Siddhar's earlier editions like **Anuboga Vaidya Navaneetham, Kannusamiyam, Athmarakshamirtham, Agathiyar Vaidya Chinthamani, Siddha Vaidya Thirattu** etc., were taken as basic materials for this. These medicines were used by Siddha practitioners from time immemorial and recorded in later days in palm leaves and then in printed form with the help of philanthropists and welfare organizations. Each and every preparation mentioned in this book will give fruitful result to the patients if they are prepared and given in the correct manner.

Any how all these medicines can be verified by modern scientific means and their therapeutic effectiveness may be proved by adopting modern standardization techniques. It is a must in the present day scientific world.

Vatha diseases are classified by Yoogi and Agathyiar in their literatures, **Yoogi Vaidya Chinthamani** and **Agathyiar Vaidya Chinthamani** respectively. Both classifications were explained here in a separate chapter. In addition, classification of joint diseases has been given separately. The treatment for the joint diseases is also explained here.

In the chapter on general treatment for Vatha diseases, the diagnostic methods as per Siddha are explained at first. Then the line of treatment to be followed for Vatha diseases is given. Since virechanam or purgative medicines are essential to regulate the

deranged Vatha factor, many of those medicines are listed at first. Then the variety of internal and external medicines are explained in detail. The doctor who wants to treat a Vatha case, can choose the right type of medicine according to the condition of the patient. All types of medicines from decoction to stone form of medicine (Kattu) are given here. As various information from different literatures have been edited and given in a collective form, this book will certainly serve as a good reference book for all medical people.

This book as "Part-I of Vatha related diseases" deals with all types of Vatha diseases in general. The various changes that occur in different organs due to the Vatha derangements are explained here in a separate chapter.

According to **Sathaga Naadi** many other independent diseases arise due to the influence of Vatha factor. Those diseases and their treatment have been explained in "Part II of Vatha related diseases"

I am very much grateful to Dr. V.C. Kulandaiswamy Ex-Vice Chancellor of different Universities and president of Tamil Valarchi Kazhagam for giving me this valuable chance to write this book on Vatha diseases.

I am thankful to my wife Prof. Dr. K. Rajeswari who is now working as Professor of Siddha Medicine in Sri Sairam Siddha Medical College, Chennai-44 for her immense help in writing this book.

I wish to offer my sincere thanks to Dr. P.R. Nakkeeran, Secretary, Tamil Valarchi Kazhagam. I am thankful to Mr. M. Mathialagan in helping to edit this volume. I offer my thanks to Mr. K. Selladurai, computer operator for preparing this book in a good form.

Dr. V. Subramanian

1

வாதத்தின் இயற்கை நிலைப்பாடு

முன்னுரை

வளி (வாதம்), அழல் (பித்தம்), ஐயம் (கபம்) ஆகிய முத்தாதுக்களும் உடல் இயக்கத்திற்கு ஆதாரமாயுள்ள 96 தத்துவங்களின்* பிரிவுகளாகும். உடலில் உயிர் தரித்திருப்பதற்குக் காரணமான சக்தி எதுவோ அதுவே தாது எனப்படும்.

உயிர்க்காதார முயிர்த்தாதெனவும்
முப்பிரிவாகி முக்குணமணுகி
உடலையு முயிரையு மோம்பிக் காத்து
வருமென முதுமறை வகுக்குந் துணிபே

எனவே ஒரே சீவசக்தி முப்பிரிவினை (வர்தம், பித்தம், கபம்) அடைந்து, மூன்று குணங்களைப் (இரசோ, தமோ, சத்துவம்) பெற்று, உடலையும் உயிரையும் ஒன்றுபட வளர்த்துக் காப்பாற்றி வருகிறது என்பதை அறியலாம்.

மக்கள் பிறவியில் உடல் ஒன்று, உயிர் ஒன்று. உடல் தூல பஞ்சபூதம். உயிர் சூக்குமம். உடலுக்கு ஆதாரம் தேகப் பஞ்சீகரணப் பஞ்சபூதம். உயிருக்கு ஆதாரம் உயிர்த்தாது. எனவேதான் உடலில் உயிர் தரித்திருந்து இயங்கச் செய்யும் சக்தி எதுவோ அதுவே உயிர்த்தாது எனப்பட்டது. அதுவே சிவதாது, தாது, நாடி, சீவன், ஆன்மா, சீவசக்தி, சீவாத்மா, ஆத்மநாடி, ஆத்மசக்தி, குருநாடி எனப் பல பெயர்களால் வழங்கப்படுகின்றது.

---

* சித்த மருத்துவம் தொகுதி-2: அடிப்படைகள் என்னும் தொகுதியில் இத் தத்துவங்கள் விவரிக்கப்பட்டுள்ளன.

உயிர்த்தாதுவாகிய சீவாத்மாவைச் சிவபரம்பொருளுக்கு இணையாக ஒப்பிடுவர். இதனைத் திருமூலர்

"சீவனென்ன சிவனென்ன வேறில்லை"

எனவும்

சிவஞானபோதம்

அவனேதானேயாகிய அந்நெறி
ஏகனாகி இறைபணி நிற்க
மலமாயைதன் னோடு வல்வினையன்றே

எனவும் கூறுவர்.

ஆதி சிவமாகிய பரம்பொருள் தானே பிரம்மா, தானே விட்ணு, தானே உருத்திரனாக நின்று படைத்தல், காத்தல், அழித்தல் என்னும் தொழில்களை முறையே புரிவது போல, உயிர்த்தாதுவும் தானே வளி, அழல், ஐயமாக நின்று உடல்- உயிருக்கு வேண்டிய முத்தொழில்களை வாயு, தீ, நீர் ஆகிய பூதங்களின் வடிவத்தில் புரிந்து வருவதாகக் கூறுவர்.

- ❖ வாயுவுடன் ஆகாயம் சேர்ந்து வளி என்னும் உயிர்த்தாது தோன்றும்.
- ❖ தீ பூதம் மட்டும் அழல் தாதுவைத் தோற்றுவிக்கும் .
- ❖ நீர் பூதத்துடன் மண்பூதம் இணைந்து ஐயத்தாது தோன்றும்.

உடலின்கண் உள்ள ஒரே சீவசக்தி அல்லது உயிர்த்தாது மூன்று உயிர்த்தாதுக்களாகப் பிரிவதற்குக் காரணமாக உடலின்கண் உள்ள முப்பெரும் நாடிகளான இடகலை, பிங்கலை, சுழுமுனை என்பன முறையே அபானன், பிராணன், சமானன் என்னும் மூன்று முக்கிய வாயுக்களைச் சேர்த்துக் கொண்டு தொழில் புரியும்போது வளி, அழல், ஐயம் என்ற மூன்று புரிகளான சக்திகள் தோன்றுவதாக "கண்ணுசாமியம்" என்ற நூலில் கூறப்பட்டுள்ளது.

வளி, அழல், ஐயம் ஆகியன முறையே படைத்தல், காத்தல், அழித்தல் தொழில் புரியும் மாண்பினைத் "தேரன் மருத்துவபாரதம்" கீழ்க்கண்டவாறு கூறுகிறது:

வாதமாய்ப் படைத்துப் பித்த வன்னியாய்க் காத்துச் சேட்ப
சீதமாய்த் துடைத்துப் பாராந் தேகத்திற்குடியா மைந்து
பூதவிந்தியா மைவர் பூசை கொண்டவர்பால் விந்து
நாதமாங் கிருட்டிண மூர்த்தி நமக்கென்றும் துணை யாவாரே

ஐம்பூதப் பொருள்களால் ஆக்கப்பட்ட எல்லாப் பொருள்களிலும் ஆதி பரம்பொருள் நீக்கமின்றி நிலைத்துத் துணையாய் நின்று, அவற்றினை வாதமாய்ப் (வளியாய்) படைத்தும், பித்தமாய்க் (அழலாய்) காத்தும், சேட்பசீதமாய்த் (ஐயமாய்) துடைத்தும் உயிர்க்குயிராக இருந்து அவைகளால் போற்றப்படுவது போல பாரதத்தின் கண்ணன் பஞ்ச பாண்டவரிடத்தில் உயிர்க்குயிராய் நின்றனன் என்னும் பொருள்படக் கூறியுள்ளார் நூலாசிரியர்.

உயிர்த்தாது முதலில் படைத்தலுக்குக் காரணமான வாதவாயுவாய் நின்று, நாத விந்துக் கூட்டுறவால் கருவை உற்பத்தி செய்கிறது. மனதோடு கூடிய பொறி, புலன்கள், கருவி கரணாதிகளும், வாயுக்களும் சேர்ந்து கருவை உடல்-உயிராகப் பிரிக்கும் தன்மையாலும், அப்பால் உடல் தாதுக்களுக்கு வேண்டிய ஊக்க சக்தியையும் கொடுத்து உதவுகிறபடியாலும் "வாதமாய்ப் படைத்து" என்றார்.

இது கரு உற்பத்தியையும் வளர்ச்சியையும் கொடுக்கும் தத்துவம்.

இரண்டாவதாக பித்தவன்னி தனது உயிரனல் (சீவாக்கினி அல்லது உயிரக்கினி) என்ற வெப்ப சக்தியால் கருவை உருவகப்படுத்தியும் ஏழு உடல் தாதுக்களுக்கும் தேவையான அளவில் தனது வெப்ப சக்தியினைக் கொடுத்தும், நடுநிலையில் நின்று வாதவாயுவாலும், சேத்தும சீதத்தினாலும் உடல்-உயிருக்குக் கெடுதி நேரிடாவண்ணம் காப்பாற்றி வருதலாலும் இதனை "நடுநிலையாய் நின்று பாதுகாக்கும் தத்துவம்" எனலாம்.

மூன்றாவதாக சேத்தும சீதளம் தனது நீர்த்துவ சக்தியினால் வாதவாயுவால் உற்பத்தி செய்து, பித்தவன்னியால் உருவகப்படுத்தி வெப்பமளித்துக் காப்பாற்றப்பட்ட கருவுக்கு வாயு, தீ தன்மைகளால் எவ்விதக் கேடும் ஏற்படாமலிருக்கும்படியும் அவற்றை மிகாமல் சமநிலைப்படுத்தவும் வேண்டிய தொழிலைச் செய்கிறது. மேலும் இதுவே உடல் தாதுக்களை இரசத் தாது முதல் சுக்கிலத்தாது வரை ஒன்றன்பின் ஒன்றாக மாறுதல் அடைவதற்கும் உதவிபுரிகிறது. வயது முதிரமுதிர ஏழு உடல்தாதுக்களும் முதுமைக்குரிய மாறுதல்களை அடைவதாலும், வளியும் அழலும் அடங்கி ஐயம் அதிகமாகும்போது மரணத்தை உண்டுபண்ணவும் செய்யும். இதனால்தான் "சேட்ப சீதமாய்த் துடைத்து" எனக் கூறப்பட்டது. எனவே இதனை "அழித்தல் தத்துவம்" எனவும் கூறலாம்.

இதனைப்

பித்தமடங்கினாற் பேசாதே போய்விடு
எத்திய ஐயம் எழுந்திடிற் கிட்டாதே
எத்திய வாதமெழும்பின் மருந்து செய்"

என்பதாலும் அறியலாம்.

உயிர்த்தாதுக்கள் மாறுபாடு அடைவதற்கான காரணம்

- ❖ இரசம், இரத்தம், ஊன், கொழுப்பு, என்பு, மூளை, சுக்கிலம் எனக் கூறப்படும் ஏழு உடல் தாதுக்களாலான உடலிற்குத் தேவைப்படும் உணவின் ஒழுங்கீனமான தன்மை உயிர்த்தாதுக்களில் நோய் உண்டாவதற்கு முதல் காரணமாகும். ஏழு உடல் தாதுக்களிலும் ஐம்பூதப் பொருள்களாலான சத்துக்கள் இருக்கின்றன. எத்தாதுக்களில் எப்பூதக் கூறுப் பொருள்களாலான சத்துக்கள் மிகுதியாகவோ, குறைவாகவோ அல்லது இயற்கை அளவிலோ இருக்கின்றவோ அவற்றிற்குத் தகுந்தாற்போல் சத்துக்கள் ஏழு உடல் தாதுக்களில் உறிஞ்சப்படும். அவற்றுள் முக்கியமானவை வாயு, தீ, நீர்ப் பொருள்களாலான சத்துக்களேயாகும். இவை முறையே வளி சத்து, அழல் சத்து, ஐயச் சத்துக்களென அழைக்கப்படும். எனவே இச்சத்துக்களை உடைய உணவுப் பொருட்களின் வேறுபாட்டினால், உடலில் உள்ள உயிர்த்தாதுக்களும் மாறுபாடு அடைந்து அதனால் நோய் உண்டாகிறது.
- ❖ "அண்டத்தில் உள்ளதே பிண்டம், பிண்டத்தில் உள்ளதே அண்டம்" என்ற கூற்றிற்கிணங்க ஐம்பூதங்கள் உடலிலும், உடலுக்கு வெளியிலும் உள்ளன என்பதை அறியலாம். அண்டத்தில் காணப்படும் ஐம்பூதங்களில் காலநிலை வேறுபாடு, இயற்கையின் சீற்றங்கள் முதலியவற்றால் மாறுபாடு உண்டாகும். அண்டத்தில் உண்டாகும் இம் மாறுபாடுகள் பிண்டத்தில், அதாவது உடலில் உள்ள ஐம்பூதங்களையும் தாக்கும். அதனால் ஐம்பூதங்களிலான உயிர்த்தாதுக்களும் தம் செயல்களில் மிகுதியும் குறைவுமான மாற்றங்களை ஏற்படுத்தி நோயை உண்டாக்கும்.

மனிதனின் செயல் மாறுபாடுகளாலும் முத்தாதுக்கள் தம் நிலையில் வேறுபடும் என்று "தேரன் கரிசலில்" கீழ்வருமாறு கூறப்பட்டுள்ளது:

- ❖ முன் நோய்கள் தீர்க்கப்படாத நிலை
- ❖ எப்பொழுதும் சினம் கொள்ளும் தன்மை
- ❖ பசியாக இருக்கும்பொழுது உணவு கொள்ளாமல் இருத்தல்
- ❖ நீரினை அருந்தும் விதிப்படி அருந்தாதிருப்பது அல்லது மிகுதியாக நீர் குடித்தல்

- ❖ உணவு உண்ணும் விதி அறிந்து உணவு உண்ணாதிருப்பது. அதாவது ஒரு நாளைக்கு இத்தனை பொழுது உண்ணவேண்டும் என்பதை அறியாது உண்ணுவது, எக்காலங்களில் எவ்வகை உணவு உண்ணவேண்டும் என அறியாது உண்ணுவது, எந்தெந்த உணவை எந்தெந்த அளவில் உண்ணுவது என்பதை அறியாமல் உண்ணுவது.
- ❖ பார்வை எப்பொழுதும் மேற்பார்வையாய் சூரியனைப் பார்த்து இருப்பது
- ❖ தொழில் ஏதுமின்றி சோம்பி இருப்பது
- ❖ எப்பொழுதும் சத்தமாய்ப் பேசுவது
- ❖ நோய் கொண்ட மாதர்களோடு புணர்வது
- ❖.நோன்புகள் அதிகமாக மேற்கொண்டு உடல் மெலிதல்
- ❖ அளவுக்கதிமான உடல் உழைப்பு
- ❖ மிகுந்த ஈரத்துணியை எப்பொழுதும் கட்டிக் கொண்டிருத்தல்
- ❖ அதிகச் சுமைகளைச் சுமத்தல்
- ❖ அளவு கடந்து பேசுதல்
- ❖ அளவு கடந்த பெண்புணர்ச்சி
- ❖ சக்கரத்தினையுடைய வண்டிகள் பலவற்றை மிகுதியும் ஓட்டுவது
- ❖ அடிக்கடி ஓடங்களில் ஏறிச்செல்வது
- ❖ அடைமழையில் நனைவது
- ❖ எப்பொழுதும் ஓதமாயிருக்கின்ற நிலத்தில் வசித்தல்
- ❖ எப்பொழுதும் பனியில் திரிதல்
- ❖ போதைப்பொருட்கள் மிகுதியும் அருந்துவது
- ❖ நீர்நிறைந்த ஓடையில் எப்பொழுதும் நீராடிக் கொண்டிருப்பது
- ❖ மலைமேல் ஏறிக் குதித்தல்

ஆகிய காரணங்களாலும் நோய் உண்டாகும் என்பதை அறியலாம்.

"பதார்த்த குண சிந்தாமணி" என்னும் நூல் நோய் அணுகாமல் இருப்பதற்கான வழி முறைகளைக் கீழ் வருமாறு உணர்த்துகிறது. இவ்வொழுக்கங்களைப் பேணாமல் இருப்பின் நோய் உண்டாகும் என்பதை அறிதல் வேண்டும்.

- ❖ இரவில் பசுவின்பாலையே அருந்தவேண்டும். மந்தம் தரும் வேறு பாலை உண்ணக் கூடாது.

- எண்ணெயிட்டுத் தலை முழுகும்போது வெந்நீரிலேயே குளிக்க வேண்டும்.
- பகல்பொழுதில் புணர்ச்சியும் துயிலுதலும் கொள்ளக் கூடாது.
- வயதிற்கு மூத்த மாதரை விரும்புதல் ஆகாது.
- மலசலங்களை அடக்கக் கூடாது.
- இடதுகையைக் கீழமைத்து உறங்குதல் வேண்டும்.
- மூலநோயை உண்டாக்கும் கறி வகைகளை உண்ணலாகாது.
- புளித்த தயிரைப் பெருக்கி (நீர்மோர்) உண்ணவேண்டும்.
- முதல் நாள் சமைத்த கறி அமுதுக்கு ஒப்பெனினும் அருந்தக் கூடாது.
- பசித்தாலொழிய உணவு அருந்தக் கூடாது. நாள் ஒன்றுக்கு இருமுறையன்றி மும்முறை உணவு உட்கொள்ளக் கூடாது.
- பெண்களை மாதமொரு முறையின்றி வேறு சமயம் புணருதல் கூடாது.
- பெருந்தாகம் கொண்டாலன்றி உணவின் இறுதியில் மட்டும் நீர் அருந்தல் வேண்டும்.
- கிழங்கு வகைகளில் கருணையை மட்டுமே புசித்தல் நல்லது.
- வாழைக் கச்சல் (பிஞ்சு) உணவிற்கு ஏற்றது.
- உணவு உண்டபின் சிறிது தூரம் குறுநடைக் கொள்ளல் வேண்டும்.
- ஆறு மாதத்திற்கு ஒரு முறை வாந்தி செய்து கொள்ளத் தக்க மருந்தும் நான்கு மாதங்களுக்கு ஒரு முறை பேதி செய்விக்கும் மருந்தும் சாப்பிட வேண்டும்.
- ஒன்றரை மாதங்களுக்கு ஒரு முறை நசியம் செய்ய வேண்டும்.
- வாரத்திற்கொரு முறை சவரம் செய்யவேண்டும்.
- நான்கு நாட்களுக்கு ஒருமுறை எண்ணெயிட்டுத் தலை முழுக வேண்டும்.
- மூன்று நாட்களுக்கு ஒரு முறை கண்களுக்கு மையிட வேண்டும்.
- வாசனைப் பொருள்களையும் பூக்களையும் நடு இரவில் முகரக் கூடாது.
- விழுப்படைந்த (மாதவிடாய்) பெண்களிடமிருந்து உண்டாகும் மணம், ஆடு, கழுதை, துடைப்பம் இவைகளிலிருந்து எழும் தூசி இவை நம் மேல் படும்படி நெருங்கியிருக்கக் கூடாது.
- இரவில் விளக்கு ஏந்தியிருக்கும் மாந்தர், மரம் இவற்றின் அருகில் அல்லது நிழலில் தங்கக் கூடாது.

- ❖ உணவு செரிமான நேரத்தில் புணர்ச்சி கொள்ளக் கூடாது.
- ❖ மாலை நேரத்தில் உறக்கம், புணர்ச்சி, மயிர் சிந்துமாறு தலைசீவுதல் முதலியவற்றைத் தவிர்க்கவேண்டும்.
- ❖ எப்பொழுதும் தெய்வம், மூத்தோர், குரு, கன்றுடன் கூடிய பசு முதலியவற்றை வணங்கி, மனதை ஒருநிலைப் படுத்த வேண்டும்.
- ❖ நகத்தினின்றும், மயிரினின்றும் தெரிக்கும் நீர் உடம்பின்மேல் படும்படி இருத்தல் கூடாது.

மேற்கண்ட ஒழுக்க நெறி முறைகளைக் கையாண்டுவரின் ஒருவருக்கும் நோய் வராதிருப்பதுடன், இறவாது நெடுநாள் ஆரோக்கியத்துடன் வாழலாம் என்பது தேரன் கூற்று. மேற்கண்ட விதி முறைகளைக் கையாளத் தவறுவதால் உடல் மற்றும் உயிர்த்தாதுக்கள் கேடடைந்து, அதன் காரணமாக வளி, அழல், ஐய நோய்கள் உண்டாகின்றன.

வளியின் இயல்பு

வளியின் பண்புகளாக நெகிழ்ச்சியடைதல், பரவுதல், வறண்டிருத்தல், விரைவாக இடம்விட்டு இடம் போதல், தண்ணென்றிருத்தல், நுட்பமானதாக இருத்தல் முதலியன கூறப்படுகிறன.

வளியும் பூதச்சேர்க்கையும்

வளியானது வாயு, ஆகாயம் என்னும் இரு பூதங்களின் சேர்க்கையால் உண்டாகிறது. வாயு பூதத்தின் தன்மைகளாவன: ஓடல், இருத்தல், நடத்தல், கிடத்தல், நிற்றல் முதலியனவாகும்.

வாயுக் கூறுபாடுடைய பொருள்களின் பண்புகள்: தளர்ச்சி, வறட்சி, எளிமை (இலகு), ஊறு, மனக்கவலை, உடல் வாட்டம் என்பனவாம்.

ஆகாயப் பூதத்தின் தன்மைகளாவன: ஆசை, உட்பகை, மோகம், மதம், வஞ்சனை முதலியன.

ஆகாயக் கூறுபாடுடைய பொருள்களின் பண்புகள்: நுட்பம், தெளிவு, தணிவுத் தன்மையை உண்டாக்குதல், துளை உடைய பாகங்களை அடைத்தல் என்பனவாம்.

வளியும் சுவைகளும்

விண், வாயு ஆகிய பூதங்களின் கூட்டுறவால் கைப்புச் சுவை தோன்றுகிறது.

வாயு பூதம் தீ பூதத்துடன் சேர்வதால் கார்ப்புச்சுவை தோன்றும்.

வாயு பூதம் மண் பூதத்துடன் சேர்ந்து துவர்ப்புச் சுவையை உண்டாக்குகிறது. எனவே கைப்பு, கார்ப்பு, துவர்ப்பு ஆகிய சுவைகள் வளித்தாதுவை மிகுதியடையச் செய்யும் சுவைகள் எனக்கூறலாம். வளித்தாதுவைச் சமனப்படுத்தும் சுவைகள் பிற உயிர்த்தாதுக்கள் கலந்த இனிப்பு, புளிப்பு, உவர்ப்பு என்பனவாம்.

வளியின் வடிவம்

வளியின் வடிவம் அணுத்துவமானது, இயக்கமுடையது, தண்மை-வெம்மை ஆகிய இரண்டினால் தோன்றும் ஒப்புரவின்மை என்பனவாகும்.

வளி வாழும் இடம்

"தமிழ் வைத்தியச் சதகத்தில்" கூறப்பட்டுள்ளபடி வளியானது அபானன், இடகலை, உந்தியின் கீழ்மூலம், காமக்கொடி, இடுப்பு, எலும்பு, தோல், நரம்புக் கூட்டம், கீல்கள், மயிர்க்கால், ஊன் என்னும் இடங்களில் வாழ்வதாகும். இது தவிர உணவைச் செரிக்கச் செய்து உடலுக்கு ஏற்க வைக்கும் இடமாகிய பக்கவாசயம், காது, தொடு பரிச உணர்வைத் தரும் தோல் ஆகியனவும் வாயுவின் இடமாம்.

திருமூலர், யூகிமுனிவர் ஆகியோர் மலமும் நாபிக்குக் கீழிடமும் வாதமிருக்கும் இடங்கள் எனக் குறிப்பிடுகின்றனர்.

வளியின் இயற்கைப் பண்பு

வளியானது இயற்கை நிலையில் நின்று உடலுக்கு உரம் உண்டாக்குதல், மூச்சுவிடுதல்-வாங்கல், மனம்- மொழி- மெய்களுக்குச் செயலைத் தரல், மலம் முதலிய பதினான்கு விரைவுகளை (1. அபானவாயு, 2. தும்மல், 3. சிறுநீர், 4. மலம், 5. கொட்டாவி, 6. பசி, 7. தாகம், 8. இருமல், 9. இளைப்பு, 10. தூக்கம், 11. வாந்தி, 12. கண்ணீர், 13. சுக்கிலம், 14. மூச்சு) வெளிப்படுத்தல், சாரம் முதலிய ஏழு உடல்கட்டுகட்கும் ஒத்த நிகழ்ச்சியைத் தரல், ஐம்பொறிகளுக்கு வன்மையைக் கொடுத்தல் ஆகியவை வளியின் இயற்கைப் பண்புகளாகும்.

வளி உடலினர் இயல்பு

- வளி உடலினருக்கு அழலும் (பித்தம்), ஐயமும் (கபம்) குறைந்து வளியே (வாதம்) மிகுந்திருக்கும்.
- உடல் மெலிந்து, உயர்ந்திருத்தல்
- அடித்தொடைப் பருத்திருத்தல்
- நடக்கும்போது கீல்களில் நெட்டை வருதல்

- ❖ கண்கள் தடித்த இமைகளோடு, வட்டமாக விகாரப்பட்டு, சுரசுரப்பாகவும் வெளுத்தும், குளிர்ந்த பார்வையுடன் இருத்தல்
- ❖ உடல் வெளிரிய கறுப்பு நிறம் உடையதாதல்
- ❖ தலைமுடி கறுத்து, முனை பிளந்து இருத்தல்
- ❖ சில நேரம் பேச்சில் தெளிவும் சில நேரம் மனக் கலக்கத்துடன் கூடிய தடுமாற்றமும் ஏற்படல்
- ❖ இனிப்பு, புளிப்பு, உப்பு ஆகிய சுவைகளிலும் வெப்பமான பொருட்களிலும் விருப்பம் மிகுதல்
- ❖ குளிர்ச்சியான பொருட்களில் வெறுப்பு
- ❖ உணவை மிகுதியாக உட்கொள்ளல்
- ❖ மிகுதியாக உணவை உட்கொண்டாலும் உடல் பலம் குன்றி இருத்தல்
- ❖ பெண் போகத்தில் மிகுதியாக நாட்டம் இல்லாதிருத்தல்
- ❖ வீரிய வளர்ச்சி குன்றினாலும் பிள்ளைப் பேற்றில் குறைவின்மை
- ❖ ஆண்மை உணர்ச்சி, அறிவுப் பெருக்கம் ஆகியவற்றில் நிலையற்ற தன்மை
- ❖ விளையாட்டு, இசை, கேளிக்கை, தொக்கணம் (உடம்பு பிடித்தல்), வேட்டையாடல் ஆகியவற்றில் விருப்பம் மிகல்
- ❖ தகுதியற்ற செயல்களில் ஈடுபடல், பகைமை பாராட்டல், ஈகையின்மை, பொன்னில் விருப்பம், புகழில் விருப்பின்மை ஆகிய பண்புகள் தோன்றல்
- ❖ அரைக் கண் மூடிய நிலையில் சிறிதளவே தூக்கம் வரல்
- ❖ தூக்கத்தில் மலை, காடு, ஆகாயம் ஆகியவைகளில் சஞ்சரிப்பது போல் கனவு காணல்
- ❖ புலமைத் திறம்

என்பவை வளி உடலினர்தம் இயல்புகளாகும். இவை மனிதருக்கு மட்டுமன்றி நாய், நரி, எலி, ஒட்டகம், காகம், பருந்து, கோட்டான் முதலிய உயிரினங்களுக்கும் உரியவை என்று தெரிகிறது.

வளி மிகு குணம்

- ❖ உடல் இளைத்துக் கறுத்தல்
- ❖ சூடான பொருள்களில் விருப்பம்

- ❖ உடலில் நடுக்கம் ஏற்படல்
- ❖ வயிறு உப்பல்
- ❖ மலக் கட்டு
- ❖ உடல் வன்மை குறைல்
- ❖ தூக்கம் கெடல்
- ❖ ஐம்பொறிகளின் வன்மை கெடல்
- ❖ வாய் பிதற்றல்
- ❖ தலை சுற்றல்
- ❖ ஊக்கம் இன்மை

என்பன வளித் தாது மிகுதலால் உடலில் ஏற்படும் மாறுபாடுகளாகும்.

வளி குறை குணம்

- ❖ உடல் நோதல்
- ❖ குரல் மெலிதல்
- ❖ செயல் திறம் குன்றல்
- ❖ அறிவு மங்கல்
- ❖ மயக்கம் உண்டாதல்
- ❖ ஐய வளர்ச்சியில் காணும் நோய்கள் உண்டாதல்

என்பன வளித்தாது குன்றுவதன் மூலம் உடலில் ஏற்படும் மாறுபாடுகளாகும்.

வளியின் வகைகள்

வளி என்னும் உயிர்த்தாது ஒன்றாயிருப்பினும் அது தன் இடம், தொழில் முதலியவற்றால் பலவகைப்படும். அவை பிராணன், அபானன், உதானன், சமானன், வியானன், நாகன், கூர்மன், கிருகரன், தேவதத்தன், தனஞ்செயன் என்று பத்து வகைப்பட்டதாக "யூகி சிந்தாமணி -800" என்னும் நூலில் கூறப்பட்டுள்ளது. அவற்றைக் காண்போம்:

1. பிராணன் (உயிர்க்கால்)

இது மூலாதாரத்தினின்று வெளிப்பட்டு மூக்கின் வழியாய் மூச்சுவிடுவதால் பன்னிரண்டங்குல தூரம் சென்று, எட்டங்குலம் உள்ளுக்குள் பாய்ந்து, நாலங்குலம் வீணாகிவிடும். இவ்வாறான மூச்சு விடுதல், வாங்குதலாகிய

தொழிலைப் பிராணன் செய்யும். புசிக்கும் பலப்பல உணவுகளைச் செரிக்கப்பண்ணும். இது நீல நிறமாயிருக்கும். இதற்குக் கடவுள் சந்திரன். நாழிகை ஒன்றுக்கு முந்நூற்று அறுபது சுவாசமாக, நாளொன்றுக்கு 21,600 சுவாசம் உண்டாகி, அவற்றுள் மூன்றில் இரண்டு பங்கு (14400) காற்று உள்ளுக்குள் வந்து சேர்ந்து, ஒரு பங்கு (7200) காற்று வெளியிடப்பட்டுப் பாழாகும் எனப்படுகிறது.

2. அபானன் (கீழ்நோக்குக்கால்)

இது சுவாதிட்டானத்திலிருந்து வெளிப்பட்டுக் கீழ்நோக்கி மல சலத்தைத் தள்ளும் தொழிலைச் செய்யும். இது பச்சை நிறமாகும். ஆசனவாயைச் சுருக்கி விரிவடையச் செய்யும். செரித்த உணவில் இருந்து. அன்ன சாரத்தைப் பிரித்துச் சேரவேண்டிய இடங்களில் சேர்ப்பிக்கும். இதன் கடவுள் வரதராசன்.

3. வியானன் (பரவுகால்)

இது தோளில் தோன்றி உடல் முழுதும் பரவியுள்ள 7,2000 நரம்பிலும் சென்று பரவி நிற்கும். உடலில் உள்ள அசையும் மற்றும் அசையா உறுப்புகளிலும் இருந்து கொண்டு முறையே அவைகளை நீட்டவும் முடக்கவும் செய்யும். தொடு உணர்வை அறியும். உண்ணும் உணவின் சாரத்தைத் தான் பரவியுள்ள இடங்களில் நிறைப்பிக்கும். அதன் மூலம் உடலைக் காக்கும். இது பால் நிறம் கொண்டது. இதற்கு எமன் கடவுளாம்.

4. உதானன் (மேல்நோக்குக் கால்)

இது அடிவயிற்றில் உதராக்கினியிலிருந்து தோன்றி, உணவின் சாரத்துடன் கூடியிருந்து, அதனை அங்கங்கே நிலை நிறுத்தும். பின் தேவையானபோது வெளிப்படுத்தியும், கலக்கியும் இயங்கச் செய்யும். இது மின்னல் நிறம் உள்ளதாகும். இதற்குக் கடவுள் அக்கினித் தேவன்.

5. சமானன் (நடுக்கால்)

இது தொப்புள் எனும் நாபியிலிருந்து கால் வரைக்கும் சமனாய்ப் பரவிப் பாய்ந்து மற்ற வாயுக்களை மிஞ்சவொட்டாமல் மடக்கிச் சரிப்படுத்திச் சேரப்பண்ணும். அறுசுவைகளையும் தண்ணீர், அன்னம், ஆகியவற்றையும் சமப்படுத்தி உடலிலெல்லாம் சேரும்படிச் செய்யும். நிறம் புட்பராகம். கடவுள் சூரியன்.

6. நாகன்

இது எல்லாக் கலைகளையும் கற்கும்படி அறிவை எழுப்பும். நல்ல பண்களைப் பாடுவிக்கும். கண்களைத் திறக்கும்படியும் இமைக்குபடியும் செய்யும், மயிர்களைச் சிலிர்க்கச் செய்யும். பொன் நிறம் உள்ளதாகும். இதன் கடவுள் அனந்தன்.

7. கூர்மன்

இது மனத்திலிருந்து கிளம்பிக் கண்ணின் இமையை மூடித் திறக்கப் பண்ணும். இது கொட்டாவி விடப் பண்ணும். வாயை மூடப்பண்ணும். உடலுக்குப் பலத்தை ஏற்படுத்தும். கண்களைத் திறக்கவும் மூடவும் செய்யும். உலகத்தின் பொருட்களைப் பார்ப்பதற்குக் காரணமாக இருக்கும். கண்களினின்றும் கண்ணீரை விழப் பண்ணும். இது வெளுப்பு நிறமாகும். கடவுள் திருமால்.

8. கிருகரன்

இது நாவிலிருந்துகொண்டு நாவிலும் நாசியிலும் கசிவை (நீரை) உண்டாக்கும். மிக்க பசியைத் தூண்டும். ஒன்றை நினைத்திருக்கச் செய்யும். தும்மலையும் இருமலையும் உண்டாக்கும். இதன் நிறம் கறுப்பு. கடவுள் சிவன்.

9. தேவதத்தன்

இது வளைவு வடிவமாய்க் கிளம்பிச் சோம்பலையும் உடல் முரித்தலையும் உண்டாக்கும். தூங்கி எழுந்திருக்கும்போது அயர்ச்சியை உண்டாக்கும். கண்ணைப் பலவிடங்களில் ஓட்டி உலாவுவிக்கும். சண்டை கொள்ளல், தர்க்கம் பேசுதல், மிக்க கோபம் முதலியவற்றை உண்டு பண்ணும். குதம், குய்யம் என்னும் இடங்களில் இருக்கும். படிக நிறம் உடையது. இதன் கடவுள் தேவேந்திரன்.

10. தனஞ்சயன்

இது மூக்கிலிருந்து கொண்டு தடித்து, உடல் முழுமையும் வீங்கப்பண்ணும். கடல் போன்று இரைச்சலுடன் காணும். இறந்துவிடின் ஏனைய காற்றெல்லாம் வெளிப்பட்ட பின்னர், மூன்றாம் நாளில் தலை வெடித்தபின்தான் இது போகும். இதன் நிறம் நீலமாகும். இதற்குக் கடவுள் தன்வந்திரி.

வளியின் வகைகள் பற்றிய பிற நூலோர் கருத்து

1. பிராணன்

இது காற்று என்னும் வளியின் கூறு. எனவே வளியைப் போல் தமரகத்திலிருந்து மூக்கு வரை அலைந்து நிற்கும். இது உயிருடன் கலந்து தலையை இடமாகப் பெற்று, மார்பு, கழுத்து ஆகிய இடங்களில் வாழ்வதுமன்றி, மனம், புத்தி, உள்ளம், ஐம்பொறி ஆகியவைகளைத் தன் வயப்படுத்தி, காறியுமிழ்தல், இருமல், தும்மல், ஏப்பம் விடுதல், மூச்சு விடல்- வாங்கல், உண்ணும் உணவை உட்செலுத்தல் என்னும் தொழில்களை நடத்தும்.

2. உதானன்

இது மண்ணின் கூறு. இது மார்பை இடமாகக் கொண்டு தொப்புள், கழுத்து, மூக்கு ஆகிய இடங்களிலும் வாழ்ந்து, பேச்சுக்கு முதற்காரணமாய் இருப்பதன்றி முயற்சி, மனத் திடம், உடல் வன்மை, உடல் நிறம், உடல் ஒளி, நினைப்பு ஆகியவற்றையும் உண்டாக்கும்.

3. வியானன்

இது வெளியின் (ஆகாயம்) கூறு. வெளி எங்கும் நிறைந்திருப்பது போல இது உடல் முற்றும் பரவி நிற்கும். இதன் இருப்பிடம் தமரகம். இதன் தொழில் நடத்தல், உடல் உறுப்புகளை அசைத்தல், கண் இமைத்தல், விழித்தல் முதலியனவாம்.

4. சமானன்

இது நீரின் கூறு. இது உடலின் நடுவான பக்குவாசயத்தை இடமாகப் பெற்று வயிறு முற்றிலும் வாழ்ந்து, உண்ட உணவு, நீர்ப் பொருட்களைச் செரிப்பித்தற்குரிய தீயை விருத்தி செய்து, சாரத்தையும் திப்பியையும் வெவ்வேறாகப் பிரித்து, சாரத்தை உடலின் எல்லா இடத்திற்கும் அனுப்பும்.

5. அபானன்

இது தீயின் கூறு. இது எருவாயினின்று (குதம்) அடிவயிறு, இடுப்பின் பூட்டு, நீர்ப்பை, ஆண், பெண் குறிகள், தொடை ஆகிய இடங்களில் வாழ்ந்து, வெண்ணீர் (விந்து), நாதம், மலம், சிறுநீர், கரு ஆகியவற்றை வெளிப்படுத்தும்.

வளியின் தன்னிலை, வேற்று நிலை வளர்ச்சி

உயிர்த்தாதுக்கள் தத்தம் இடங்களில் இயற்கையாக நிலைப்பட்டிருப்பது தன்னிலையாகும்.

இத் தாதுக்கள் தத்தம் இடங்களில் வளர்ச்சி அடைந்திருப்பது தன்னிலை வளர்ச்சியாகும்.

வளர்ச்சியடைந்த உயிர்த்தாதுக்கள் தத்தம் இடம்விட்டு மீறி வேற்றிடங்களில் பரவுமாயின் அது வேற்றுநிலை வளர்ச்சி எனப்படும்.

உயிர்த்தாதுக்கள் தன்னிலை வளர்ச்சி அடையும்போது தன்னிலை வளர்ச்சிக்குக் காரணமான பொருட்களில் வெறுப்பும், எதிரிடைப் பொருட்களில் விருப்பும் உண்டாகும்.

உயிர்த்தாதுக்கள் வேற்று நிலை வளர்ச்சி அடையும்பொழுது, ஏழு உடல் தாதுக்களுடன் கூடி, கேடடைந்த உயிர்த்தாதுவின் தன்மைக்கு ஏற்றவாறு உடலில் நோய்வாய்ப்பட்ட நிலை காணப்படும்.

பருவங்களும் வளியும்

உயிர்த்தாதுக்கள் கேடடைவதற்கான பல்வேறு காரணங்களை முன்னரே கண்டோம். பருவகால மாறுபாடுகளுக்கு ஏற்றவாறும் உயிர்த்தாதுக்கள் மாறுபாடு அடையும். சில பருவ காலங்களில் அவை தன்னிலை வளர்ச்சியும் வேறு சிலவற்றில் வேற்று நிலை வளர்ச்சியும் அடையும். இப்பருவகாலங்களில் ஒவ்வொருவரும் தம் உணவு, உடை, இருப்பிடம் போன்றவற்றில் தக்க விதி முறைகளை அனுசரிக்க வேண்டும் என மருத்துவ நூல்களில் கூறப்பட்டுள்ளன.

வளி என்னும் உயிர்த்தாது முதுவேனில் (கோடை) பருவத்தில் தன்னிலை வளர்ச்சியும், கார்காலத்தில் (மழை) வேற்று நிலை வளர்ச்சியும் அடைகிறது.

- ❖ முதுவேனில் பருவத்தில் சூரிய வெப்பம் அதிகக் கடுமையாக இருப்பதால் உலகத்தில் உள்ள எல்லாப் பொருள்களின் நீர்ப்பாகமும் பெரும்பாலும் இழுக்கப்பட்டு உலர்வதுபோல, உயிர்களின் உடலில் உள்ள ஐயமும் நாளுக்கு நாள் இழுக்கப்பட்டுக் குறைவுபடும். இதனால் வளி பெருகி அவ்வளியின் மிகுதியால் வளிப் பிணிகள் தோன்றி வலுக்கும். எனவே முதுவேனிற் காலத்தில் வளித்தாது மிகாமலிருக்கச் சில ஒழுக்க முறைகளைக் கடைபிடிப்பது அவசியமாகிறது.
- ❖ வளித் தாதுவை மிகுதியடையச் செய்யும் புளிப்பு, கார்ப்புப் பொருட்கள், மது வகைகள் முதலிய பொருள்களையும் வெயிலில் ஓடியாடித் திரிதல், தசையை வறுத்தும்படி உடலை நெலித்து வளைத்துப் பயிற்சி முதலிய செயல்களையும் தவிர்க்க வேண்டும்.

- ❖ முதுவேனிற் காலத்தில் மதுவகைகளை மிக விரும்பி அருந்திடில், மிக்க மோகமும் அதனால் உடல் அழற்சி, தளர்ச்சி, அதிர்ச்சி, மயக்கம் முதலியன ஏற்படுவதுடன் சோபை, பாண்டு முதலிய நோய்களும் உண்டாகும்.
- ❖ முதுவேனிற் காலத்தில் அதிக நீர்ப்புத் தன்மை, நெய்ப்புத் தன்மை நிறைந்த உணவுப் பொருட்கள், இனிப்புச் சுவை மிக்க உணவுப் பொருட்கள், எளிதில் சீரணமாகும் உணவுப் பொருட்கள் முதலியவற்றை உட்கொள்ளவேண்டும். நாவறட்சியைக் கொடுக்கக் கூடியதும் வெப்பத் தன்மை உடையதுமான உணவுகளை நீக்க வேண்டும்.

கோடைக்கேற்ற அரிசி

உடலுக்கு மிகவும் உதவி செய்யும் சம்பாவகை உணவுகள் கோடைக் காலத்திற்கு ஏற்றனவாகும். அவை மைச்சம்பா, மல்லினகச் சம்பா, குன்றி மணிச்சம்பா, மிளகுச் சம்பா, கைவரைச் சம்பா, கல்லுண்டைச் சம்பா, புழுகுச் சம்பா, மணிச் சம்பா, காடைச் சம்பா, சீரகச் சம்பா, குறுஞ்சம்பா, கோடைச் சம்பா, ஈர்க்குச் சம்பா, கோரைச் சம்பா, அன்னமழகி என்பனவாம்.

கோடைக் காலத்தில் உண்ணும் பாயாசம்

மூங்கிலரிசி, கோதுமை, வெண் சாமை அரிசி ஆகியவற்றை வறுத்துச் சர்க்கரை சேர்த்துச் செய்யப்பட்டப் பாயாசம் அருந்த, கோடைக் காலத்தின் ஆயாசம் நீங்கும்.

கோடைக் கால ஊன் உணவு

கோடைக் காலத்தில் மாமிச உணவு உண்பவர்கள் வெள்ளாடு, கொடியாடு, மலையாடு, கலை மான், காட்டுப் பன்றி, உள்ளான், வானம்பாடி, கானாங்கோழி, ஊர்க் குருவி, கரிச்சான் குருவி, சம்பங்கோழி, கவுதாரி, காடை, கோழி முட்டை ஆகியவற்றைத் தக்க முறையில் சமைத்து உண்ணலாம்.

கோடையில் அருந்துவதற்கேற்ற நீர்

நீரை மலினம் நீங்குமாறு நன்றாகக் கொதிக்க வைத்து அதில் பாதிரிப் பூக்களையும் பச்சைக் கற்பூரத்தையும் கலந்து அருந்த, மிகுந்த வறட்சி நீங்கும்.

கோடைக்கேற்ற கனிகள்

பேய்வாழை, மலைவாழை, திராட்சை, பேரீச்சம்பழம், பலாப்பழம், சிற்றீச்சு, மாதுளம்பழம், இலுப்பைப்பூ, ஏலக்காய், சர்க்கரை, தேன், பனங்கற்கண்டு

சாதிக்காய், கரும்பு ஆகியவைகளை ஒரு புதிய மட்குடத்திலிட்டுக் குளிர்வுறச் செய்து உண்ண உடல் சூடு, வறட்சி ஆகியன விரைவில் நீங்கும்.

கோடையில் தங்குவதற்கு ஏற்ற இடம்

தாழை மரம், பாக்கு மரம், மாமரம், கோங்குமரம், ஆலமரம், அசோக மரம், வேப்பமரம், அரசமரம், சந்தன மரம், புன்னை மரம், அகில் மரம், பூவரசமரம், புங்கமரம், பெண்பனை ஆகியவற்றின் மரத்தடியிலும் வெண்மல்லி, முல்லை ஆகிய கொடிகள் படர்ந்த பந்தலின் கீழ் அமைக்கப்பட்ட கட்டிலிலும் வாழைப் பட்டை, தாமரைப்பூ, குவளை, அல்லி இவற்றைப் பரப்பி அதன்மேலும் படுத்து உறங்குதல், கோடையின் சூட்டினைத் தணிக்கச் செய்யும்.

கோடையில் தாக்கும் வெம்மையைப் போக்கும் வழி

குளிர்ச்சியான பன்னீரில் நனைத்த துணிகளைச் சன்னல்கள், வாயில்கள் ஆகியவற்றில் தொங்க விடுதல், வெட்டிவேர்த் தட்டிகளைத் தேவையான இடங்களில் வைத்து மறைத்தும் மேல்மட்டத்தில் மணல் கொண்டு தடுத்துத் தொட்டி போல் செய்து அதில் நீர் தேக்கி வைத்தும் நுண்ணிய நீர்த் திவலைகளைப் பீச்சிடுமாறு செய்யும் கருவிகளை அமைத்தும் விசிறி வகைகள் கொண்டு வீசிடவும் செய்து பகல்பொழுதைப் போக்கக் கோடையின் வெப்பம் தாக்காது.

கோடையில் பயன்படும் மாலைகளும் மணப்பூச்சும்

நந்திமலர், பன்னீர்ப்பூ, தாமரை, கொன்றைப்பூ, புன்னைப்பூ, அந்திமல்லி, செவ்வந்திப்பூ, முல்லைப்பூ, தாழம்பூ, அத்திப்பூ, மகிழம்பூ சம்பங்கிப்பூ, மல்லிகைப் பூ ஆகியவற்றால் செய்த மாலையை அணிதல், பூவைச் சூடுதல் முதலியன வெப்பத்திற்கு நல்லது. உடலின் மேல் சந்தனம், கற்பூரம் சேர்த்து அரைத்த பூச்சினைத் தடவ, வெம்மை தணியும்.

முதுவேனில் கால ஒழுக்க நெறிகளைப் பின்பற்றி வர வளித்தாது தன்னிலை வளர்ச்சியோ வேற்று நிலை வளர்ச்சியோ அடையாமல் நல்ல நிலையில் காக்கப்பட்டு, வளிநோய்கள் எதுவும் வராமல் தடுக்கலாம். இவ்வொழுக்க நெறிக்கு மாறாக நடக்கும் பொழுது வளித்தாது கேடடைந்து வளிநோய்களை உண்டாக்கும்.

2

வாத நோய் வகைகளின் குறிகுணங்கள்

முன்னுரை

முன் இயலில் கூறப்பட்டது போல் வளித் தாதுவானது பல்வேறு காரணங்களால் தன்னளவில் மிகுதல், குறைதல், பிற தாதுக்களோடு கலத்தல் ஆகியவற்றின் விளைவாக உடல் நலத்தைப் பாதிக்கின்றது. அது பற்றும் இடம், வெளிப்படுத்தும் குறிகுணம் ஆகியவைகளின் அடிப்படையில் தனித்தனி நோயாக அடையாளம் காணப்படுகின்றது. சித்த மருத்துவ மரபில் வளி நோய்க்கான குறிகுணங்களை உற்றாய்ந்து, அவற்றை வகைப்படுத்தும் முயற்சியில் பலரும் ஈடுபட்டுள்ளமை தெரிய வருகின்றது. அந்த வகையில் யூகி முனிவரது வகைப்பாடு, "அகத்தியர் வைத்திய சிந்தாமணி வெண்பா-4000" என்னும் நூலில் கூறப்பட்டுள்ள வகைப்பாடு, "ஆத்மரட்சாமிர்தம்" என்னும் நூலில் கூறப்பட்டுள்ள வகைப்பாடு என்று பல முறைகள் உள்ளன. அவற்றைத் தனித்தனியே காணலாம்.

I. யூகி முனிவர் வகைப்பாடு

யூகி முனிவரால் வகைப்படுத்தப்பட்ட வளி நோய்களின் குறிகுணங்களை முதலில் காண்போம்:

1. வாதத்தம்பம்

- ❖ வளித்தாதுவானது தன்னளவில் எழுந்து பொங்கி, கால் பாதப்புறவடியில் தங்கி அங்கு குடைச்சலை ஏற்படுத்தும்.
- ❖ அவ்விடத்தில் தெறிப்பினை ஏற்படுத்தும்.
- ❖ அவ்விடத்தில் வீக்கமாக இருப்பது போன்ற உணர்வினைத் தோற்றுவிக்கும்.

- ❖ பாதவடிப்புறத்தில் சூடாகவும், எரிச்சலாகவும் இருப்பது போன்ற உணர்வை ஏற்படுத்தும்.
- ❖ தேகம் முழுதும் வலியுண்டாகி ஓய்ச்சலாகும்.
- ❖ உடல் திமிர்த்தது போலக் காணும்.
- ❖ உடலை வில்போல வளைக்கச் செய்யும்.

இந்நோயில் நரம்புகளின் நுனிகள் அனைத்தும் வாதத்தின் பாதிப்பால் சக்தி குறைந்து, அதனால் காலின் புறப்பகுதியில் ஆரம்பித்து வன்மை குன்றி எரிச்சல், குடைச்சல், தெறிப்பு முதலியவைகளை ஏற்படுத்தி, பின் அதுவே உடல் முழுதும் பரவி வலியை உண்டுபண்ணி உடலையே வில்போல் வளைக்கச் செய்யும். மதுமேக நோயில் உடலில் வன்மைக் குறைவு ஏற்படும்பொழுது நரம்பு நுனிகள் பாதிப்படைவதாலும் இத்தகைய குறிகுணங்கள் ஏற்படும். எனவே நோயாளிக்கு மதுமேகநோய்க் குறிகுணங்கள் உள்ளனவா என்பதைச் சோதனை செய்து அறிவது அவசியம். வயதானவர்களுக்கு உடலுக்குத் தேவையான, அதாவது நரம்பு நுனிகள் சரியானபடி செயல்படுவதற்குத் தேவையான சத்துகள் குறைவதாலும் இக்குறிகுணங்கள் உண்டாகும். அச்சமயங்களில் வாதச் சத்து மிகாமல் அதனைச் சரிப்படுத்தும் உணவுப் பதார்த்தங்களையும் மருந்துகளையும் கொடுத்துச் சரி செய்யவேண்டும்.

2. வாதக்கர்சணம்

- ❖ பாத உள்ளடியில் சாணி பூசியது போன்ற ஒரு உணர்வினை ஏற்படுத்தும்.
- ❖ பாதக்குதி நரம்புகள் பாரமாக இருப்பது போன்றும், வலித்துக் கொண்டும், திமிர்த்துக் கொண்டும் இருக்கும்.
- ❖ வேதனையால் வாயால் முனகும்படியும் கத்தும்படியும் செய்யும்.
- ❖ உடலை வளைக்கவோ, நிமிர்க்கவோ முடியாமல் பரிதவிக்கச் செய்யும்.
- ❖ உடலை எவ்வசத்திற்கும் உட்படாமல், காலில் மிக்க உளைச்சலை ஏற்படுத்தும்.

இந்நோயும் நரம்பு நுனிகளின் பாதிப்பால் ஏற்படும் நோயாகும். நோய்க் காரணத்தைச் சரியாக ஆராய்ந்து அதற்கான மருத்துவம் செய்ய வேண்டும்.

3. கரத்தம்ப வாதம்

- இரண்டு கால்களின் உள்ளடியிலும் மிகவும் எரிச்சலுடன் வலியும் காணும்.
- உடல் முழுதும் நெருப்புப் பட்டது போல எரிச்சல் காணும்.
- உடல் மிகவும் வெளுத்திருக்கும்.
- உடல் வறண்டு உலர்ந்து போயிருக்கும்.
- தோலில் அடிப்புறத்தே புழுக்கள் ஊர்தல் போன்ற ஓர் உணர்வை ஏற்படுத்தி, நடக்க முடியாதபடிச் செய்யும்.
- வாய் நீர் வற்றி உலர்ந்து போகும்.
- உடல் கனத்திருக்கும்.

4. தலத்தம்ப வாதம்

- கால்கள் வீங்கி, உள்ளங்கால்கள் கனத்துக் குடைந்து நொந்து, உடல் கறுத்துக் காணும்.
- உடலை வளைக்க முடியாமல் வலி உண்டாகும்.
- உடல் வறட்சியடைந்து, மேல் மூச்சு வாங்கும்.
- நீர்வேட்கை மிகுதியும் காணப்படும்.
- உடல் உலர்ந்து தளரும்.
- மிகுதியான கார்ப்பு, உவர்ப்பு, புளிப்புப் பொருட்களை உண்டால் இந்நோய் மேலும் அதிகரிக்கும்.

5. பூசு வாதம்

- எருவாய்த் துளையில் அம்பு தைத்து இருந்தால் எப்படி இருக்குமோ அதுபோன்று குத்திக் குடைந்து நொந்து காணும்.
- முள்ளந்தண்டின் அடிப்பக்கத்தில் மிகவும் வலித்து, குடைச்சலும் காணும்.
- உடலை வளைக்க முடியாமல் கொம்பைப் போல் திமிரச் செய்து, வலியை உண்டாக்கும்.

இந்நோயில் பெரும்பாலும் முள்ளந் தண்டின் அடிப்பகுதியும் அதைச் சுற்றியுள்ள நரம்புகளும் பாதிப்படைவதால் மேற்கண்ட குறிகுணங்கள் காணும்.

இது போன்ற நோயுள்ள நேரத்தில் மனதை ஒரு முகப்படுத்தித் தியானம் செய்தால் நோயின் தீவிரத் தன்மை குறையும். இல்லையேல் மிகவும் தாங்க முடியாத வலியை உண்டாக்கி உடலை உருத்தெரியாமல் நலியச் செய்யும்.

6. காளாஞ்சக வாதம்

- ❖ கை, கால் மூட்டுகளில் முறுக்கிக் கொண்டு, மிகவும் குடைச்சலும் நோவும் உண்டாகும்.
- ❖ அவை மிகவும் நொந்து வலியுடன் இருப்பதால் நடக்க முடியாமல் செய்யும்.
- ❖ உடல் மிகவும் மெலிந்து சந்துகள் முழுவதும் முடங்கி, கரடு கட்டிக் கொள்ளும்.
- ❖ உடல் மிகவும் வெளுத்துத் தினவெடுத்துச் சொறி, சிரங்கு போன்ற தோல் நோய்கள் உண்டாகும்.
- ❖ உடலில் ஐயத்தாது கூடிச் சுவையின்மை, மயக்கம் முதலியனவும் உண்டாகும்.

காளாஞ்சகப்படை அல்லது செதில் உதிர்தல் படை என்பது உடலில் எப்பகுதியிலாவது அல்லது உடல் முழுவதுமாவது தடிப்புகள் தோன்றி எரிச்சலும் வலியும் உண்டாவது. பின் அது முற்றி அதனின்று மீன் செதில் போன்று வெள்ளை நிறச் செதில்கள் ஏராளமாக உறிந்து கொண்டேயிருக்கும். இந்நோய்க்கு உரிய மருத்துவம் செய்து குணப்படுத்தப்படாவிட்டால், நோய் முற்றிய நிலையில் மூட்டுகள் அனைத்தையும் பாதித்துக் கரடு கட்டிக் கொள்ளும். அந்நிலையில் அது காளாஞ்சக வாதம் எனக் கொள்ளப்படும். (சித்த மருத்துவம் தொகுதி-3: சிறப்பியல் என்னும் தொகுதியில் காளாஞ்சகப்படைக்குரிய மருத்துவம் கூறப்பட்டுள்ளது.)

7. ஊருத்தம்ப வாதம்

- ❖ இந்நோயில் வளியானது உள்ளடங்கி இருந்து அடித்தொடைகளைப் பற்றித் துன்புறுத்தும்.
- ❖ கை கால் விரல்களைச் சுற்றிக் கனத்துச் சாணியைப் பூசியது போல் ஒரு உணர்ச்சியை உண்டாக்கும்.
- ❖ தலை பாரமாக இருக்கும்.
- ❖ தேகம் முழுதும் ஊதித் திமிராகக் காணப்படும்.

- ❖ நடக்க முடியாமல் ஒடுங்கச் செய்யும்.

8. வாதக் கர்ணகம்

- ❖ நடக்கும்போது தடுமாறும்.
- ❖ காலை உயரமான இடத்தில் தூக்கி வைக்கும் போதும், நீரிலிறங்கும் போதும் மயக்கத்தோடு தள்ளாடி வீழ்த்தும்.
- ❖ உடல் வெப்பம் கொண்டு பாம்பு விடம் ஏறுவது போன்றிருக்கும்.
- ❖ உடல் முழுதும் தளர்ச்சியுற்றிருக்கும்.
- ❖ பறவை வெளியில் பறப்பது போன்று தானும் பறப்பது போன்ற உணர்வு காணும்.

இந்நோயில் காதின் உட்பகுதி அல்லது நடுக்காது பாதிக்கப்பட்டிருக்கும். கர்ணகம் என்பது காது. காதில் ஏற்படும் இவ்வளி நோயினால் உடலின் ஸ்திர நிலை பாதிப்படைந்து மேற்கண்ட குறிகுணங்களை உண்டாக்கும்.

9. குரிசகிரிச வாதம்

- ❖ வளித்தாது தன்னிலையில் மீறிப் பாம்பின் நஞ்சு போன்று மேலே ஏறி உடலெங்கும் பரவுவது போல் பரவி, இறங்குவது போல் அரையில் தங்கி, அங்கு சுருக்கிக் கொண்டு குடலைப் பற்றிய நோயை உண்டு பண்ணும்.
- ❖ தோலில் முள்ளினால் குத்துவது போன்று உணர்வினை உண்டாக்கும்.

10. நரித்தலை வாதம்

- ❖ முழங்கால் வீங்கித் திரண்டு காணும்.
- ❖ சரியாக நிற்க முடியாது.
- ❖ காலைச் சரியாக நீட்ட முடியாமல் முடக்கிக் கொண்டிருக்கும்.
- ❖ மிகவும் சிக்கென்று பிடித்திருக்கும்.
- ❖ மூட்டு, நரியின் தலையைப் போன்று பெரிதாக வீங்கி, இரத்தம் அல்லது நீர் கோர்த்திருக்கும் .
- ❖ நாடி மிகவும் படபடத்து ஓடும்.

மேகநோயின் தொடர்பாக வரும் முழங்கால் மூட்டுவீக்கமும் மேலே குறிப்பிட்டவாறு நரித்தலை போல வீங்கிக் காணும். எனவே இத்தகு குறிகுணம்

உள்ள நோயாளிக்கு மேகநோய்க் குறிகுணங்கள் வேறு ஏதேனும் உள்ளதா என்பதை உறுதி செய்ய வேண்டும். இளைப்பு நோயில் பாதிக்கப்பட்ட நோயாளிகளுக்கும் அந்நோய் முழங்கால் மூட்டுகளைப் பாதிக்கும் பொழுது அங்கு நீர் கோர்த்து வீக்கம் ஏற்படலாம். அடி படுதலாலும் இரத்தம் அல்லது சீழ் கோர்த்த வீக்கம் ஏற்பட்டு நரித்தலை போல் பருத்துக் காணும். எனவே நோய்க் காரணத்தைப் பகுத்தாராய்ந்து மருத்துவம் செய்தல் சிறந்தது.

11. கும்ப வாதம்

- தோள்பட்டை, கை முதலிய இடங்களில் நலிந்து, மெத்தென்ற உணர்வுடன் கூடிய வலி உண்டாகும்.
- அவைகளை நீட்டவும் மடக்கவும் முடியாமல் செய்யும்.
- கன்னம், கண் ஆகிய இடங்களில் கடுத்து விறுவிறுப்பும் எரிச்சலும் காணும்.
- உடல் துடிக்கும்.
- தலை சுற்றும்.
- நாபிக்குக் கீழாக வலி தோன்றும்.
- அடி நாக்கில் அழற்சி காணும்.
- சுரம் காணும்.

12. மலைத்த கம்ப வாதம்

- கையின் மணிக்கட்டுப் பூட்டுகளில் வீங்கித் தடித்துக் காணும்.
- அங்கங்கள் துடிக்கும்.
- கை, கால் நடுக்கல் உண்டாகும்.
- அரைக்குக் கீழ் திமிர் உண்டாகும்.
- உதடு மிகக் கறுத்து வெடிப்புடன் காணும்.
- மிக்க நாற்றத்துடன் காற்றுப் (குசு)பரியும்.

13. பாணிக் கம்ப வாதம்

- வளித் தாது மீறியதால் உடல் முற்றும் வாய்வு நிறைந்து காணும்.
- பசித்தீக் கேடடைந்து உணவு உண்ண முடியாத நிலை ஏற்படும்.
- வெளியில் எழுந்து நடமாட முடியாத நிலை காணும்.

- ❖ உடல் நடுக்கம் உண்டாகும்.
- ❖ கைகளிரண்டும் திமிர்த்துக் காணும்.
- ❖ தூக்கமின்மை ஏற்படும்.
- ❖ உடலில் உணர்ச்சியில்லாத் தன்மை தோன்றும்.
- ❖ உடல் முற்றும் உலர்ந்து வற்றிப் போகும்.
- ❖ வாய் விட்டுப் புலம்பும் தன்மை ஏற்படும்.

14. கூனி வாதம்

- ❖ விரேகி எனப்படும் மலக் குடலில் தொடங்கி ஆசனவாய் வரை விடாமல் தாங்க முடியாத வலி உண்டாகும்.
- ❖ நினைவிழக்கச் செய்யும்.
- ❖ வாந்தி உண்டாகும்.
- ❖ வாந்திக்குப் பின் மயக்கமாகும்.
- ❖ உடல் முழுதும் வலி ஏற்படும்.
- ❖ உடல் முற்றும் குளிர்ந்து காணும்.
- ❖ உடலில் கோழிப்பேன் ஊர்தல் போன்ற உணர்வு காணும்.
- ❖ கூன் உடையவரைப் போல் வளைந்திருக்கச் செய்யும்.

15. ஆகுனி வாதம்

- ❖ உடலெங்கும் குத்தல் உண்டாகும்.
- ❖ உடல் குளிர்ந்து இருமல் உண்டாகும்.
- ❖ வாயில் நீர் ஊறிக்கொண்டே இருக்கும்.
- ❖ அங்கமெல்லாம் அசைதலாகும்.
- ❖ உடலில் அடிக்கடி அதிக அளவில் வியர்க்கும்.
- ❖ உடல் குறுகி வீக்கமாகக் காணும்.
- ❖ உடல் வெளுக்கும்.
- ❖ அடிக்கடி மனம் வருந்தி ஏக்கம் அடையும்.

16. அட்சேபக வாதம்

- ❖ வளித்தாது தன்னளவில் மிகுந்து வயிறு, விலாப் பக்கங்களில் அங்குமிங்கும் ஓடி உடலின் உட்புகுந்து, ஈரல் பகுதியைப் பற்றிக் குத்தலுடன் வலியை உண்டாக்கும்.

- கை, கால் ஓய்ந்து போகும்.
- உடல் கனத்து வலியுண்டாகும்.
- உடம்பெங்கும் அசைதல் உண்டாகும்.

17. வாத உபகதம்

- கை, கால் பொருத்துகள் மற்றும் உடல் முழுதும் கூட மிகவும் திமிர்த்துக் கொண்டு, சாணியைப் பூசியது போன்ற உணர்வினை ஏற்படுத்தும்.
- உடல் விறுவிறுத்துக் காணும்.
- உடல் சூடு அதிகமாகி மிக்க பசியுண்டாகும்.
- காதடைப்பு ஏற்படும்.
- நாணம் மிகுந்து, நடை தளரும்.
- ஆண்மைக் குறைவு ஏற்படும்.
- மயக்கம் உண்டாகும்.

18. நெற்றிச் சூலை வாதம்

- கண், புருவம், புருவமத்தி ஆகியவற்றில் குடையும்.
- மூக்குத் தண்டு, குரல்வளை இவற்றில் வலி, குடைச்சல் ஏற்படும்.
- கை, கால் மற்றும் உடல் உறுப்புகள் அனைத்திலும் கடுப்புடன் கூடிய வலி காணும்.
- வலியால் அழும் நிலைமை ஏற்படும்.
- நித்திரையுடன் மயக்கமும் காணும்.
- தலையில் குத்தல் வலி ஏற்படும்.

19. செவிச் சூலை வாதம்

- வளியானது செவித்துளையில் நின்று குச்சியைக் கொண்டு குடைதல் போன்ற வலியை உண்டாக்கும்.
- மனக் கலக்கம் ஏற்படும்.
- நீரின் மேல் ஆசைகொண்டு அடிக்கடி தாகம் ஏற்படும்.
- வயிற்றில் மந்தம் உண்டாகும்.
- மனதில் பய உணர்ச்சி ஏற்படும்.

- ❖ வாய் கைத்துப் புளிக்கும்.

20. செவிபடு வாதம்

- ❖ காதில் கடலிரைச்சல் போல ஒலிக்கும்.
- ❖ செவி நரம்பில் மண் அடைத்ததுபோல் தோன்றும்.
- ❖ தொண்டையில் கோழை திரண்டு கட்டியாகி இறுகி, இருமலுக்குப் பின் வெளியாகும்.
- ❖ பிறர் பேசுது காதில் விழாது.

21. பக்கவாதம்

- ❖ உடல் முழுவதும் வாயு மிகுந்து பரவி, நாடி மெலிந்து அசைவற்று இருக்கும்.
- ❖ உடம்பில் கசக்கிப் பிழிந்தாற் போன்று தாங்க முடியாத வலி உண்டாகும்.
- ❖ பக்கங்களில் இசிவு (வலிப்பு) உண்டாகி, அப்பக்கத்தைச் செயலிழக்கச் செய்து, கையும் காலும் கோணி நிற்கும்.
- ❖ உடல் வெளுத்துக் காணும்.
- ❖ மிக்க வியர்வை உண்டாகும்.

22. பட்சவாதம்

- ❖ இந்நோயில் காலானது செத்தவனுடைய காலைப் போலத் துவண்டுபோய் அசைக்க முடியாமலும் நடக்க முடியாமலும் இருக்கும்.
- ❖ கைகள் எதையும் பிடிக்க முடியாமல் உணர்ச்சியின்றிச் சோர்ந்திருக்கும்.
- ❖ மயிர்க் கூச்செறிந்து, உடல் திமிர் உண்டாகும்.
- ❖ வாய் கோணிக் கொண்டு உமிழ் நீர் தானாகவே வடியும்.
- ❖ உடலில் பித்தம் பெருகியதுபோல் அழன்று காணும்.

23. பேய் வாதம்

- ❖ கை, கால், வயிறு, நெஞ்சு, விரல், மூக்கு, கழுத்து ஆகிய இடங்களில் வளி மிகுந்து, வலியை உண்டாக்கிவிடும்.
- ❖ உடம்பெங்கும் வீங்கும்.

- ❖ உறுப்புகள் திமிர்த்துக் காணும்.
- ❖ எதையும் பிடிக்க முடியாமலிருக்கும்.
- ❖ வாந்தி, வாய்க்கைத்தல், மயக்கம் ஆகிய குறிகளைக் காட்டி, ஓரிடத்திலும் இருக்க முடியாமல் துன்புறுத்தும்.

24. பிராணாலய வாதம்

- ❖ வளிக்குற்றம் மிகுந்தெழுந்து உடல் முழுதும் வலியை உண்டாக்கும்.
- ❖ கண்ணின் கறுவிழியில் முழுதும் வெண்மை படர்ந்து பார்வையை மறைக்கும்.
- ❖ மிகுந்த வளிக்குற்றம் முதுகு முழுதும் பாய்ந்தோடும்.
- ❖ கை, கால் இரண்டும் வற்றச் செய்யும்.
- ❖ நடுக்கம் காணும்.
- ❖ தேகம் மெலிந்து நலிவுற்றிருக்கும்.

இந்நோய் தீராது எனப்படுகிறது.

25. நீர்க்கட்டு வாதம்

- ❖ மிகுந்தெழுந்த வளித் தாது எருவாயைத் தாக்கி, நீர்த் தாரையையும் தொடர்ந்து வெதுப்பி, சிறுநீர் வெளியாகும் போது வெடித்த புண்ணின் வலி போன்று நோவை ஏற்படுத்தும்.
- ❖ மலம் வெளியாகும்போது கடுத்துச் சிறுகச் சிறுக வெளியாகும்.
- ❖ மயிர்க்கூச்செறியும். அதனால் துன்பம் உண்டாகும்.
- ❖ சிறுநீர் சிறுகச் சிறுகக் கழியும்.

இந்நோய் மதுமேக நோயைத் தொடர்ந்து வரும் வளிநோய் போலக் காணும் நீர்க்கட்டு மற்றும் சொட்டுநீர் நோய்களும் இந்நோயின் இயல்புகள் ஆகும்.

26. சந்து வாதம்

- ❖ கீல்கள் தோறும் திமிர்ந்து காணும்.
- ❖ உடல் முழுதும் வலித்துக் காணும்.
- ❖ உடலில் மிகவும் அழற்சி உண்டாகும்.
- ❖ உடல் நலிந்து மயிர்க்கூச்செறியும்.
- ❖ சரியாக நடக்க முடியாது.

- ❖ சில நேரங்களில் மயக்கம் காணும்.
- ❖ வாய் நீரூறும்.
- ❖ சில நேரங்களில் நாக்கும் வறண்டு இருக்கும்.
- ❖ கை, கால்கள் சரியாக நிலத்தில் படியாதவாறு துன்புறுத்தும்.

சந்துவாதம் 'முட்டுவாத நோய்', என்ற தலைப்பிலும் 'சூலைநோய்' என்ற தலைப்பிலும் வேறு அத்தியாயங்களில் விளக்கப்பட்டுள்ளது.

27. சகன வாதம்

- ❖ இந்நோய் கழுத்தின் கீழிருந்து இடுப்பு வரை உள்ள முதுகுத் தண்டு பகுதியிலும் தோள், கைப் பகுதிகளிலும் மிகவும் வலியை உண்டு பண்ணும்.
- ❖ உடம்பு முழுதும் கனத்திருக்கும்.
- ❖ மனமயக்கம் உண்டாகும்.
- ❖ இரண்டு கண்களிலும் எரிச்சல் உண்டாகும்.
- ❖ சிறுநீர் கழிக்க முடியாமல் இறுக்கமாக இருக்கும்.
- ❖ சிறுநீர் கழிக்கும் பொழுது தேள் கொட்டியது போல் மிகவும் கடுக்கும்.

28. அற்புத வாதம்

- ❖ இது பெண்ணுடன் கூடும்போதோ, திடீரென்று சினம் கொள்ளும் காலத்திலோ, உரத்தக்குரலில் பாடும்பொழுதோ, சாயப் பாக்கைக் கடிக்கும்பொழுதோ, ஒருவரை அதட்டித் திட்டும் பொழுதோ வளிக் குற்றம் தன்னளவில் மிகுந்து வாயைக் கோணச் செய்யும். முகத்தில் வளிக் குற்றம் மிகுதலால் ஏற்படும் இவ்வளிநோயை முகவளிநோய் எனவும் கூறலாம். முக நரம்பு, நா நரம்பு, நாத் தொண்டை நரம்பு போன்றன இவ்வளிநோயில் பாதிக்கப்படலாம்.
- ❖ இந்நோயில் வாய் கோணிக் கொள்வதால் சரியாகப் பேச முடியாது.
- ❖ உணவு கடிக்க முடியாமல் ஒரு பக்கமாக ஒதுங்கிக் கொள்ளும்.
- ❖ வாய் சரியாக மூட முடியாமையால் உமிழ்நீர் வடிந்த வண்ணம் இருக்கும்.
- ❖ செவிப் பக்கமாக மிகவும் குளிர்ந்த காற்றுப் படும்படியாக இருப்பதாலும் இந்நோய் ஏற்பட வாய்ப்புண்டு.

29. உரகத வாதம்

- ❖ புருவம், காது, பாதி உடம்பு முதலியன எப்போதும் வலித்துக் கொண்டே இருக்கும்.
- ❖ இவ்வுறுப்புகள் கோணிக் கொள்ளவும் செய்யும்.
- ❖ தலையும் வாயும் மிகவும் நடுங்கும்.
- ❖ உடல் குளிர்ந்து மயிர்க் கூச்செறியும்.
- ❖ கண் இமை கொட்ட முடியாதிருக்கும்.
- ❖ உடல் மிகவும் மெலிந்து, முழுதும் வியர்த்துக் காணும்.
- ❖ வாய்நீர் மிகவும் ஊறும்.

30. உரகாரி வாதம்

- ❖ நெஞ்சும் குரல்வளையும் நோகும்படிச் செய்யும்.
- ❖ கல்லீரலில் வளித் தாது கூடி உணவில் வெறுப்புண்டாக்கி, உணவை உட்கொள்ள முடியாமல் செய்யும்.
- ❖ செறியாமை உண்டாகும்.
- ❖ வயிறு வீங்கி வாயு மிகும்.
- ❖ இதனால் நெஞ்சடைப்பு உண்டாகும்.
- ❖ உடல் மயிர்க்கூச்செறியும்.

இங்கு வளிக் குற்றம் மீறி நடந்து நெஞ்சினைப் பாதித்ததால் நெஞ்சடைப்பு ஏற்பட்டுத் தமரக நோயின் குறிகுணங்கள் பலவும் தோன்றியுள்ளன. வளியும் ஐயமும் ஒன்றாக இணைந்து நடக்கும்போதும் தமரகநோய் உண்டாகும். ஐயத்தின் இருப்பிடமான நெஞ்சுப் பகுதியில் வளி மிகுதியாய் நுழைந்திடும் பொழுது நெஞ்சுப் பகுதியில் மிகுந்த வலி ஏற்பட்டு மயக்கத்தை உண்டுபண்ணும். வளி மிகுதலால் தன் இயற்கை வழியே செயல்படும் அழலைச் (பித்தம்) செயல்படவிடாமல் செய்வதுடன் அதனைத் தம்பிக்கச் செய்து, திடீரென்று பேசிக் கொண்டிருக்கும் பொழுதே மரணத்தை ஏற்படுத்தும் தன்மையுடையது என்பதை அறியலாம். எனவே மார்பினிடத்தைப் பற்றி வருகின்ற தமரகநோயானது வளியை முதன்மையாகக் கொண்டே வருகிறது என்பது உணரப்படுகிறது.

31. ஆசுவதம்ப வாதம்

- ❖ உடல் வெளுக்கும்.
- ❖ உடல் முழுதும் வலித்து நோகும்.
- ❖ மயக்கம் உண்டாகும்.
- ❖ இருமல் உண்டாகி, கோழை வெளிப்படும்.
- ❖ நெஞ்சடைத்துப் பொறிகள் கலங்கி நிற்கும்.
- ❖ உடல் நெருப்பாகக் காய்ச்சல் காணும்.
- ❖ பெருமூச்சு உண்டாகும்.
- ❖ மயக்கத்திலும், மருந்தீட்டாலும் வருவது போன்று குளிர்ச்சியாகி, நாளுக்கு நாள் உடல் இளைத்துப் போகும்.
- ❖ அடிக்கடி சினம் கொண்டு கூச்சலிடும்.
- ❖ காலடியில் திமிர்த்து முள்போலிருக்கும்.

32. பாசத்தம்ப வாதம்

- ❖ உடல் முற்றும் கடுத்துச் சோம்பலாகும்.
- ❖ கண் மயக்கமாகி, புகைந்து கூசும்.
- ❖ உடல் முழுதும் வாயு பற்றித் துன்பம் உண்டாகும்.
- ❖ வாய் வறண்டு காணும்.
- ❖ புளித்தேப்பம் ஏற்படும்.
- ❖ வயிறு மந்தமாகி அதனால் நாடி படபடத்து நரம்பு, தசை எல்லாவற்றிலும் பித்தம் கூடும்.
- ❖ இத்தகு வளி நோய் அசாத்தியமாகும். எளிதில் தீராது.

33. நேத்திரபவுத்திர வாதம்

- ❖ இந்நோயில் நெற்றி, புருவம், காது என்னும் இவ்விடங்களில் வலியுடன் குடைச்சல் காணும்.
- ❖ உடல் முழுதும் ஊதச் செய்யும்.
- ❖ நிற்கக் கூட முடியாமல் உடல் தள்ளாடும்.
- ❖ குறு வியர்வை, மயக்கம், கூச்சல் ஆகியவை உண்டாகும்.

34. தண்டக வாதம்

- இது யோகத்தின் முதல் நிலையில் நுழையும் போது உண்டாகும் தவறினால், வளியானது ஆறு ஆதாரங்களில் கீழ் மட்டத்தில் உள்ள முதல் ஆதாரமான மூலாதாரத்தைப் பற்றி முதுகுத்தண்டின் வழியாக மேல் ஏறித் தலைவரையிலும் வந்து நின்று துன்பம் உண்டாக்கும்.
- இந்நோயில் உடல் வியர்த்து மிகவும் நொந்து, வலித்துக் காணும்.
- உடல் கன்றிப் பழுத்துப் பஞ்சுபோல வெளுக்கும்.
- மலம், சிறுநீர் மஞ்சள் நிறமாகும்.
- மலம், சிறுநீர் விரைந்து செல்ல வேண்டிய உணர்வு ஏற்படும்.
- எனினும் அவற்றை அடக்கி வருவதால் சின்னாட்களில் அவை அடக்கமுடியாத அளவில் மிகுந்து கழியும்.
- அதனால் உடலின் குருதி இயற்கையளவில் மிகுந்து பாயும்.
- இந்நோயில் துன்பப்படும் பொழுது தலையில் எண்ணெயிட்டுத் தலை முழுகல், அதிகத் தொலைவு நடத்தல் ஆகியவற்றை மேற்கொண்டால் வளி மிகுந்து நரம்பு எலும்புகளைப் பற்றிச் சூழ்ந்து நடக்கமுடியாமல் செய்து, பின் அவ்வளியானது நெஞ்சில் நிறைந்து நிற்கும்.

35. அட்டதந்திர வாதம்

- இந்நோயில் தண்டக வாதத்தில் கூறியதுபோல் வளியானது நெஞ்சு வரை மேலேறி, அதனால் உடலை உணர்ச்சியற்றுப் போகும்படிச் செய்யும்.
- மனதின் உள்ளேயிருந்து யாரோ அழைப்பது போன்ற சத்தம் அல்லது ஒலி தோன்றும்.
- கண்ணிலிருந்து நீர் வடியும்.
- வாய்நீர் கசந்து காணும்.
- கண்ணைத் திறக்கவொட்டாமல் மூடியபடியே இருக்கும்.
- பற்கள் கிட்டிக் கொள்ளும்
- மூச்சும் சரியாக விட முடியாது.
- பலவாறு வாய் பிதற்றும்.

- பிணத்தைப் போல் கிடக்கச் செய்யும்.
- அடிக்கடி ஐயம் மீறித் துன்பம் உண்டாகும்.

36. வசனா வாதம்

- உடல் முழுதும் வலித்து நொந்து மனதில் மிகவும் வருத்தம் தோன்றும்.
- குணம் பலவிதமாக மாறும்.
- பெரியோர்களை மதிக்காத குணம் காணும்.
- கெட்ட குணங்களைப் பற்றி நிற்கும்.
- உடலில் மிக்க துடிப்பு உண்டாகும்.
- கண் சொருகி மயக்கமாகிக் கீழே வீழும்.
- உடல் பெருத்துக் காணும்.

37. மகாவாதம்

- வளி மிகுந்து மேல் வயிற்றைப் பற்றி, அதனால் வயிறு பொருமி வலித்து வீங்கிக் காணும்.
- கீழ் முதுகு நோகும்.
- உணவு செல்லாது. மிகக் குறைந்த உணவே உண்ண முடியும்.
- மலம், சிறுநீர் அடிக்கடி போகும்.
- உடல் மிகவும் அழன்று ஓய்ச்சலாகும்.
- உடல் மஞ்சளாகும்.

38. மிருத்து வாதம்

- வளி மிகுந்து, அபானவாயு பெருகி மேல்நோக்கி எழும்பி எருவாயை அடைத்து மலத்தை இறுக்கி இந்நோயை வருவிக்கும்.
- உடல் முழுதும் வலிக்கச் செய்யும்.
- அடிக்கடி கழியச் செய்யும்.
- உடல் வெளுத்து வீங்கும்.
- கால், கைகள் சோர்வடையும்.
- மனதில் அடிக்கடி அச்சம் உண்டாகும்.

39. உதர வாதம்

- ❖ வளி மிகுந்து வயிற்றுப்பகுதியைப் பொருமிப் பருக்கச் செய்து, வலியை உண்டாக்கும்.
- ❖ தொண்டைப் பகுதியில் கனத்துக் கொண்டு, அதனால் விழுங்குவதற்குக் கடினத்தை உண்டுபண்ணும்.
- ❖ அத்துடன் விக்கலும் ஏற்படும்.
- ❖ அதனால் மூச்சுத் தடுமாற்றம் ஏற்படும்.
- ❖ கண்ணிலிருந்து நீர் வடியும்.
- ❖ உடல் நாளுக்குநாள் இளைத்துக் கொண்டே வரும்.
- ❖ வளி மேலும் மிகுந்து உதானவாயு என்னும் மேல்நோக்குக்கால் தூண்டப்பட்டு, வாய் வழியாக மலமானது வெளிப்படுவது போன்ற உணர்ச்சியை ஏற்படுத்தும்.
- ❖ சிறுநீர்த் தானாக வெளிப்படும்.

40. மூத்திர உதர வாதம்

- ❖ சிறுநீர் அடக்கமுடியாமல் விரைந்து வெளியாகும்.
- ❖ நெஞ்சில் அழற்சியுடன் வலி உண்டாகும்.
- ❖ நெஞ்சில் வீக்கம் காணும்.
- ❖ தூக்கமின்மை ஏற்படும்.
- ❖ உடல் வெதும்பலாகும்.
- ❖ வயிற்றில் வலி உண்டாகும்.
- ❖ விக்கலுடன் இருமலும் உண்டாகும்.
- ❖ அடிவயிற்றில் கனத்து நோகும்.

41. சுக்கில வாதம்

- ❖ உடல் மிகவும் மெலிந்து வற்றிக்காணும்.
- ❖ மலம், சிறுநீர் சரியாக வெளியாகாமல் கட்டுப்பட்டுக் கிடக்கும்.
- ❖ நாக்கு, மூக்கு ஆகியவைகளில் குருதி மிகுந்து வெளியாகும்.
- ❖ ஐயம் மிகுந்து நெஞ்சில் கோழை கட்டும்.
- ❖ மூச்சு விடுவதில் கடினம் ஏற்படும்.

- சுவையின்மை காணப்படும்.
- சுக்கிலம் கேடுற்றிருக்கும்.

42. சவ்விரங்க வாதம்

- உடல் கேடுற்று வெளுத்துப் பின்னர்க் கறுப்பாகும்.
- சுவை கேடுறும்.
- வாந்தி உண்டாகும்.
- அடிக்கடி தாகம் ஏற்பட்டு விரைந்து தண்ணீர் குடிக்க வேண்டும் என்ற எண்ணம் தோன்றும்.
- உணவைக் காணும்போதெல்லாம் ஓக்காளம் அல்லது வாந்தி உண்டாகும்.
- வயிறு உப்புசமாகும்.
- அடிக்கடித் தூக்கம் காணும்.

43. ஊர்த்துவ வாதம்

- மேல் நோக்கி மூச்சு விடல் ஏற்படும்.
- இடுப்பு, வயிறு விம்மிக் காணும்.
- வாயில் நுரை தள்ளும்.
- வாய், கழுத்து, மார்பு மிகவும் நொந்து காணும்.
- உடல் முழுதும் அழன்று காணும்.
- அடித் தொடையும், அடிக்கையும் மிகவும் வற்றிக் காணும்.
- உடல் பசுமை நிறம் கொண்டிருக்கும்.

44. அஞ்ஞானத்தம்ப வாதம்

- மிகுதியடைந்த வளியானது குரல்வளையைப் பற்றிக் கொண்டு அதில் வலியை ஏற்படுத்தும்.
- அவ்வளி பின் கீழ்நோக்கிப் பாயும்.
- கண்ணைத் திறக்கவொட்டாமல் மூடிக் கொண்டிருக்கச் செய்வது இவ்வளி நோயின் குணமாம்.
- மூக்கு வழியாகச் செல்லும் சுவாசம் தடுமாறும்.
- செவி இரண்டும் நோகும்.

- வாய் ஓயாமல் கொட்டாவி விடுதல் செய்யும்.
- வாய் வறளும்.
- நெஞ்சு காயும்.

45. சிரக்கம்ப வாதம்

- மீறிய வளியானது கழுத்து நரம்பில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தி, தலைமுதல் ஆரம்பித்து உடல் முழுதும் தாக்கிப் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும்.
- காதிரண்டும் கேளாதபடிச் செய்யும்.
- கை, கால்கள் வசமிழக்கச் செய்யும்.
- நினைவு கலங்கிக் காணும்.
- பெருமூச்சு உண்டாகும்.
- கொட்டாவி, மிகு தூக்கம் உண்டாகும்.
- தலை நடுங்கும்.
- தலை கனப்பும் ஏற்படும்.

46. சதஸ்தம்ப வாதம்

- இவ்வளி நோயில் நடுநாக்கு, நுனிநாக்கு இரண்டிலும் தேள் கொட்டினதுபோல் விறுவிறுத்துக் காணும்.
- அடிநாக்குத் துடிக்கும்.
- வாய் நடுக்கல் தோன்றும்.
- உள் நாக்கு வீங்கிக் காணும்.
- நாச் சுவையறியாமல் இருக்கும்.
- வாயில் நீர் ஊறும்.
- வாயில் சுவையறியாமல் இருப்பதால் விடத்தைக் கூட அமுதமென உண்ணும் நிலை ஏற்படும்.

47. வச்சிரரூப வாதம்

- இந்நோயில் வளித்தாது மிகுந்து பிடரிப் பக்கத்தில் இழுப்புண்டாகும்படிச் செய்து, கண்களை அசைவின்றி மேல்நோக்கி இருக்கும்படிச் செய்யும்.
- மிக்க குறட்டை உண்டாகும்.

- தலை நோகும்.
- மிக்க நடுக்கல் உண்டாகும்.
- நரம்பு இழுத்துக் கொண்டு திமிர்தல் காணும்.
- அதிகக் கொட்டாவி உண்டாகும்.
- மிகு சோம்பல் காணும்.
- மயிர்க்கூச்செறியும்.
- மலம், சிறுநீர்க் கட்டும்.

48. கண்டகிரக வாதம்

- இந்நோயில் கேடடைந்த வளியானது குரல்வளையைப் பற்றி நொந்து காணும்.
- மார்பு, பிடரி இவற்றில் வலியை உண்டாக்கும்.
- உடல் முழுதும் நொந்து அழலும்.
- மூக்கின் வழியாக மூச்சு சரிவர வெளிப்படாமல் வாய் வழியே விடச் செய்யும்.
- முகத்தில் வியர்வை காணும்.
- விலாப் பக்கத்தில் வலிக்கும்.
- உணவு உண்ண முடியாதபடிச் செய்யும்.

49. நகாரி வாதம்

- இந்நோய் குரல்வளை, விலாப்பக்கம் என்னும் இவ்விடங்களிலுள்ள பெரிய நரம்புகளைப் பற்றி நோகச் செய்யும்.
- கீழ்வாயில் வாயுப் பெருக்கு உண்டாகும்.
- மேல்வாய் என்னும் உதானனும் கேடடைந்து, சரியாகப் பேச முடியாமல் வார்த்தை குழறிப் பேசும்படிச் செய்யும்.
- நடுநாக்கு மரம் போல் தடிப்பாகும்.
- உடல் முழுதும் சொறி உண்டாகும்.
- மேல் உதடு தடிப்பாகக் காணப்படும்.

50. பதித வாதம்

- அதிகமாகப் பேசும்பொழுது கழுத்திலுள்ள நரம்புகளில் வலி உண்டாகும்.

- ❖ வார்த்தைகளைச் சரியாக உச்சரிக்க முடியாமல் திக்கித் திக்கிப் பேசுவதால் அதைப் புரிந்து கொள்வது சிரமமாகும்.
- ❖ பெண்கள் மேல் இச்சை இருக்காது.
- ❖ உடல் தாதுக்கள் வற்றி இளைத்துக் காணும்.
- ❖ பசி அடிக்கடி உண்டாகும்.

51. யோனி சூலை வாதம்

- ❖ வாயுவானது எருவாயில் தொடங்கி, பக்கமாகப் பாய்ந்து யோனியைப் பற்றி, தொடை, மறைவிடம் ஆகியவற்றுள் கோல் கெண்டு குடைவது போன்று அடிக்கடி வலியை ஏற்படுத்தும்.
- ❖ ஆசனவாய் கடுத்துச் சிறுநீர் இறங்கும்.
- ❖ நடக்கும் போது கூட தூக்கம் வருவது போன்று இருக்கும்.

52. கர்ப்பச் சூலை வாதம்

- ❖ கர்ப்பப்பையில் வாயு கூடியுள்ளபோது புணர்ச்சி செய்வதில் தடை ஏற்படும்.
- ❖ மலம் கட்டுப்பட்டு, ஆசனக்கடுப்புடன் காணும்.
- ❖ வாயு மிகுந்து விலாப்பக்கம் வரை பாயும்.
- ❖ மனதில் மிகவும் வருத்தம் உண்டாகும்.

53. அட்டச் சூலை வாதம்

- ❖ மலம் மிகவும் கடுத்திறங்கும்.
- ❖ கீழ் நரம்பில் வாயு கூடித் தன்னிலை பிறழ்ந்து, தனக்குத் துணையாக அழலையும் கூட்டிக் கருவாயைத் தாக்கும்.
- ❖ சூலகத்தைத் தாக்கும் இவ்வாயுவின் கொடுமையினால் யோனி கீழிறங்கி நிற்கும்.
- ❖ வளியுடன் அழலின் சேர்க்கையினால் நீர் சரியக இறங்காமல் துளித்துளியாய்க் கசியும்.
- ❖ வளியின் கொடுமையால் பல்லை நறநறவெனக் கடிக்கச் செய்யும்.

54. குடல் வாதம்

- ❖ இந்நோயில் வளியானது அதிகரித்துப் பல விதமாகக் குடலைப் பற்றி வலிக்கும்.

- ❖ நாபி முதல் அடிவயிறு வரை நொந்து நொந்து துன்பம் கொடுக்கும்.
- ❖ விரையில் வலித்துப் பின் வீங்கி மேலும் வலியை அதிகரிக்கச் செய்யும்.
- ❖ மிக்க குளிர் உண்டாகிக் காய்ச்சல் தோன்றும்.
- ❖ திடுக்கிடச் செய்வதுடன் தலைநோவும் உண்டாக்கும்.

55. அசுவ வாதம்

- ❖ வளி கேடடைந்து குதிரை பாய்வதுபோல உடம்பு முழுவதும் விரைந்து பாய்ந்து மிகவும் உடலைக் குலுக்கச் செய்து, பைத்தியம் போல ஆகச் செய்யும்.
- ❖ இவ்வாயுவானது மேலும் கீழும் எருமை பாய்வது போலப் பாய்ந்து நோயாளியை வெறிபிடித்தவன் போல் மிரளச் செய்யும்.
- ❖ விரை இரண்டும் உள்ளே இழுத்துக் கொள்ளும்.
- ❖ ஆண் குறியைச் சுருங்கச் செய்து, அங்கு முள் சொருகியது போல் வலிக்கும்.
- ❖ அடிவயிற்றில் இசிவு உண்டாகும்.

56. மெச்சு வாதம்

- ❖ இந்நோயில் கேடடைந்த வளியானது ஆண்குறியைச் சுருங்கச் செய்து நோயை உண்டாக்கும்.
- ❖ சிறுநீரைச் சிவக்கச் செய்து, கடுப்புடன் இழியச் செய்யும்.
- ❖ குளிருடன் கூடிய சுரம் உண்டாகும்.
- ❖ மனச் சஞ்சலம், மயக்கம் தோன்றும்.
- ❖ உடல் முழுதும் அசதியாகக் காணும்.
- ❖ அதிகக் கொட்டாவி விடுவதுடன் சோம்பலும் அதிகமாகும்.

57. மூடு வாதம்

- ❖ கேடடைந்த வளியானது பிடரி நரம்பைப் பற்றிக் கொண்டு கீழிறங்கி, கீழ்நோக்குக் காலைப் பாதிப்பதால் எருவைக் கட்டுப்படுத்தும்.
- ❖ மறுபடியும் அவ்வளியானது கலங்கி மேல் நோக்கிப் பாய்ந்து உடலின் புறப்பக்கங்களிலும் தொடைகளைச் சுற்றியும் வலிக்கச் செய்யும்.

- ❖ பின் கோவணம் கட்டிய பாகத்தில் குறுக்காக நொந்து, ஆண்குறியில் மிகவும் வலித்து நோகும்.
- ❖ காற்றுக் காலங்களில் மேற்கண்ட குறிகுணங்கள் அதிகமாகும்.

58. வசு வாதம்

- ❖ இந்நோயில் குடல் சுருங்கி, வயிறு கனத்து நொந்து, மயிர்க் கூச்செறியச் செய்யும்.
- ❖ உடல் முழுதும் தடிப்பு உண்டாகும்.
- ❖ உடல் கனத்துப் பாரமாகக் காணப்படும்.
- ❖ தோல் இறுகிக் கொள்ளும்.
- ❖ உடல் மிகவும் வாட்டமாகக் காணப்படும்.
- ❖ உணவில் நாட்டமில்லாது இருக்கும்.

59. பீசஸ்தம்ப வாதம்

- ❖ இரண்டு விரைகளும் வீங்கிக் காணும்.
- ❖ அவை இரண்டும் புண் போல் வலித்து நோகும்.
- ❖ ஈட்டியால் குத்தியது போன்று தாங்க முடியாமல் விரை முழுதும் வலி காணும்.
- ❖ சிறுநீர் துளித் துளியாக வீழும்.
- ❖ மனத் தளர்ச்சியும் வாய்ப் பிதற்றலும் உண்டாகும்.

60. தந்திர வெட்டி வாதம்

- ❖ இந்நோயிலும் இரண்டு விரைகளும் பருத்து வீங்கிக் காணும்.
- ❖ விரைகள் இரண்டிலும் வலியுடன் இசிவும் காணும்.
- ❖ குடலில் 'களகள' என்று சப்தம் உண்டாகும்.
- ❖ வயிறு முறுக்கிக் கொண்டு மிக்க வலியை உண்டுபண்ணும்.
- ❖ குளிருடன் கூடிய சுரம் உண்டாகும்.
- ❖ அடிவயிற்றில் குத்தல் உண்டாகும்.

61. வாதச் சுரோணிதம்

- ❖ இந்நோயில் உடல் மிகவும் மெலிந்து காணும்.

- அசையக் கூடிய பூட்டுகளில் வீக்கம் ஏற்பட்டு நடக்க முடியாமல் படுக்கையில் கிடக்கச் செய்யும்.
- நோய் முதிர முதிர வீக்கம் மிகுந்து சொறியச் செய்யும்.
- உடல் முழுதும் நடுக்கம் உண்டாகும்.
- உணவில் நினைவில்லாமல் இருக்கும்.
- மிகுந்த தூக்கம்.
- வாயில் நீர் ஊறிக்கொண்டேயிருக்கும்.

62. சித்துவாதச் சுரோணிதம்

- கேடடைந்த வாயு உடல் முற்றும் நுழைந்து வீங்கச் செய்யும்.
- தோலைச் சுருங்கச் செய்யும்.
- நரம்புகள் நார் போல் துவளும்.
- நாக்கு மிகவும் வழவழத்து, கோழையை வெளிப்படுத்தும்.
- நெருப்பினால் சுட்டது போன்று உடல் முழுதும் கொப்புளம் உண்டாகும்.
- பின் அவை உரிந்து மறுபடியும் வெதும்பி வீங்கும்.

63. வைகித வாதச் சுரோணிதம்

- இந்நோய் முன் கூறிய சித்துவாதச் சுரோணித நோய்க்குத் தொடர் நோயாக வரும். சித்துவாதச் சுரோணித நோயில் உடம்பெல்லாம் கொப்புளித்துப் பின்பு சூடாகி வீங்கும். இந்நோயில் அவ்வாறு வீங்கின இடத்தில் இரத்தம் அழுத்தமாய் இறுகித் திரண்டு இருக்கும்.
- உடல் முழுதும் இரத்தம் பாய்ந்து திரண்டிருக்கும்.
- தொட்டுப்பார்க்க அவ்விடம் மெத்தென்று இருக்கும்.
- கணுக்களில் கூடிச் சீறும்.
- இருமலோடு காய்ச்சலும் உண்டாகும்.
- உடலில் திமிர் தோன்றும்.

64. உதிரவாதச் சுரோணிதம்

- இந்நோயில் கணுக்கால், முழங்கால் மூட்டுகளும் புறவடிப் பகுதியும் வீங்கும்.

- சிறுவிரல்களில் மிகவும் வலியை உண்டுபண்ணும்.
- சிந்தை தடுமாற்றம் உண்டாகும்.
- மிகவும் மனச்சலிப்பு ஏற்படும்.
- பைத்தியம் பிடிக்கும்.
- இந்நிலையில் வளி மீறித் தடம்புரண்டு அழல் குற்றத்தைத் தோற்றுவிக்கும்.
- உணவு வேண்டாமை என்னும் குறியையும் உண்டாக்கும்.

65. பயித்திய வாதச் சுரோணிதம்

- இந்நோயில் சுரோணிதம் மிகவும் வெப்பமுற்று, வளியுடன் அழலும் சேர்ந்து பாதிப்படைந்து, உடல் முழுமையும் பாய்ந்து நோகச் செய்யும்.
- முழங்கால், முழங்கை, சிறு விரல்கள், கன்னம், நெற்றி முதலியவைகள் சோர்ந்து, மூட்டுகளுடன் சேர்ந்து உடல் முழுமையும் குடைச்சல் உண்டாகும்.
- சுரம் உண்டாகும்.
- உடல் வெளுத்துப் பாண்டு நோயையும் பைத்தியத்தையும் பிறப்பிக்கும்.

66. சிலேத்தும வாதச் சுரோணிதம்

- இந்நோயில் உடல் குளிர்ந்து காணும்.
- வயிறு வீங்கி, தேள் போன்ற விடம் தீண்டினாற்போன்று வலிக்கும்.
- தலை, நெற்றி ஆகியவற்றில் வலி உண்டாகும்.
- ஐயத்தாது கேடுற்றுச் சளியை மிகுதிப்படுத்தி, மூச்சு விடுவதில் சிரமத்தை உண்டுபண்ணும்.
- அடிக்கடி மயக்கம் உண்டாகும்.
- கனவுகளும் தோன்றும்.
- நாடி படபடத்துக் காணும்.
- வாய் வறண்டிருக்கும்.
- உருசியின்மை காணும்.
- இவைகளால் மிக்க மனவருத்தம் ஏற்படும்.

67. உதரவாதச் சுரோணிதம்

- ❖ இந்நோயில் சுரம் தோன்றி நடுக்கல் உண்டாகும்.
- ❖ நாவறட்சி காணும்.
- ❖ தலைவலி உண்டாகும்.
- ❖ உடல் மிகவும் அழுந்தி வாடும்.
- ❖ உடல் முற்றும் அனிச்சப்பூப் போல் வாடி மிக வருத்தம் உண்டாகும்.
- ❖ மயக்கமும் தோன்றும்.
- ❖ அடிக்கடி கழிச்சல் காணும்.
- ❖ தண்ணீரை அடிக்கடி விரும்பிக் குடிக்கத் தோன்றும்.
- ❖ உணவின் மேல் அடிக்கடி விருப்பம் உண்டாகி உண்ணத் தோன்றும்.

68. குண அவதானகம்

- ❖ சூல் கொண்ட பெண்களுக்கு மூன்று மாதங்களுக்குள்ளாக வளித்தாது மீறினால், கருவழிந்து கருவாயிலிருந்து குருதி மிகுதியும் வெளியாகி, வயிறு முற்றிலும் சுருங்கிக் கொள்ளும்.
- ❖ கை, கால் முடக்கிக் கொள்ளும்.
- ❖ தேகம் முழுதும் எரிச்சலாகும்.
- ❖ கோபம் அதிகம் தோன்றும்.

69. கண்டக அவதானகம்

- ❖ இந்நோய் சூல் கொண்ட பெண்களுக்குத் தோன்றும்.
- ❖ சூல் கொண்ட சமயத்தில் வளித் தாது மீறி நடந்தால் வலிப்பு தோன்றும்.
- ❖ மூக்கு, புருவம் ஆகிய இவற்றில் மிகவும் வலித்துத் துன்பமாவதுடன் வலிப்பையும் ஏற்படுத்தும்.
- ❖ நாக்கு, உள்நாக்கு, பல் இவற்றிலெல்லாம் மிக்க கடுப்பை ஏற்படுத்தும்.
- ❖ இந்நோய் எளிதில் தீராது.

70. சிரக்கம்ப அவதானகம்

- ❖ மீறிய வளித்தாது கால் முதல் தலை வரை பற்றிக் கொண்டு, முதுகுப் பக்கம் முழுதும் வலியைக் கொடுக்கும்.

- உடல் முழுதும் எல்லா உறுப்புகளிலும் சூழ்ந்து காணும்.
- பின் இவ்வளியானது தொடையினுள்ளாகச் சென்று உடலை வளைத்து வாட்டமடையச் செய்யும்.
- உடல் முழுதும் திமிர் உண்டாகும்.
- மேற்கண்ட குறிகுணங்கள் யாவும் உடல் அழியும் காலத்தில் ஏற்படும் குறிகுணங்கள் ஆகும்.

71. வாதத் தலை நோக்காடு

- இந்நோயில் வளித்தாது மிகுந்து பிடரியைத் தாக்கி, தலைவலியை உண்டுபண்ணும்.
- இரண்டு காதுகளிலும் வலி காணப்படும்.
- தாடை, மூக்கு, உச்சி, நெற்றி ஆகிய இடங்களில் ஆப்படித்தாற்போல் குத்து வலி ஏற்படும்.
- இதனால் மனது மிகவும் துன்பமடையும்.

72. அழல் தலை நோக்காடு

- இந்நோயில் மூக்குநீர் பாய்ந்து, தலை கனத்துக் காணும்.
- வாயில் மிக அதிகமாக நீர் ஊறும்.
- வாயில் சுரக்கும் நீர் வெண்மையாயிருக்கும்.
- உள் நாக்கில் வலி காணப்படும்.
- காதில் குத்தல் உண்டாகும்.
- தலை பாரமாய் மிகவும் கனத்துக் காணும்.
- புருவத்தோடு சேர்ந்து கண்ணில் குத்தல் உண்டாகும்.

73. ஐயத் தலை நோக்காடு

- மிகவும் அதிகமாகத் தண்ணீர் குடிப்பதாலும், தண்ணீர் குடித்தபின் சிறிதும் உலவாமல் அப்படியே படுத்தலாலும், ஏற்கனவே உள்ள அழல் மிகுதியால் ஐயமும் திரள்வதால் பிடரி வலி இருக்கும்.
- தேகம் முழுதும் எரிச்சலுடன் சுரம் காணும்.
- தேகம் வெளுத்து, உடல் உலர்ந்து சுரம் காயும்.
- பசியற்றிருக்கும்.

- ❖ உணவில் உருசியின்மை காணும்.

74. முக்குற்றத் தலை நோக்காடு

- ❖ இந்நோயில் வாதம், பித்தம், கபம் ஆகிய முத்தாதுக்களும் கேடடைந்து அதனால் ஏற்படும் தலைவலியால் மனம் மிக வருந்தி, சஞ்சலமடைந்து கொண்டிருப்பர்.
- ❖ மன வேதனையால் பெருமூச்சு ஏற்படுவதுடன், நெஞ்சடைப்பு நோயும் ஏற்படும்.
- ❖ காதிரண்டிலும் ஆப்பு அடித்தாற்போல வலித்துக் காணும்.
- ❖ வாய் பேச முடியாமல் துன்பம் உண்டாகும்.
- ❖ தேகம் முழுவதும் புழு ஊர்வது போல உணர்வு உண்டாகும்.
- ❖ தன் உணர்ச்சியும் அறிவும் இழந்தவராகவும் சில நேரங்களில் கிடப்பர்.

75. இரத்தப் பித்தத் தலை நோக்காடு

- ❖ இந்நோயில் உடல் மிகக் குளர்ந்து காணும்.
- ❖ மிகவும் தாகம் உண்டாகும்.
- ❖ மயிர்க்கூச்சு உண்டாகும்.
- ❖ உடல் திமிர்த்துக் காணும்.
- ❖ இரத்தம் மீறிச் செவி, வாய், மூக்கு ஆகியவற்றில் வெளியாகும்.
- ❖ உடலில் துடிப்பு உண்டாகும்.
- ❖ சுவாசம் அதிகப்படும்.
- ❖ சரீரம் கருமை நிறம் அடையும்.

76. கிருமிகந்தத் தலை நோக்காடு

- ❖ இந்நோயில் தலைநோய் உண்டாவதோடு மூக்குத்தண்டு, புருவம் ஆகியவற்றிலும் வலிக்கும்.
- ❖ வாய்நீர் அதிகமாக ஊறும்.
- ❖ தேகமெங்கும் வலி காணும்.
- ❖ மனதில் மிகுந்த வேதனை உண்டாகும்.
- ❖ கை, கால்கள் இடறும்.
- ❖ அவற்றில் குத்தலும் விறுவிறுப்பும் உண்டாகும்.

- நாணற்பூ போன்ற கிருமிகள் விழும்.

77. சூரிய வர்த்தம்

- இந்நோயில் தலையின் வலப் பக்கம் அல்லது இடப் பக்கம் வலி உண்டாகும்.
- கண், மூக்கு, புருவம் ஆகியவற்றிலும் ஊசியால் குத்துவது போல் வலிக்கும்.
- கண் சுருங்கிக் காணும்.
- உடம்பெங்கும் பாரமாகத் தோன்றும்.
- பகல் பொழுது தாழ்ந்தவுடன் வலி குறையும்.
- சூரியன் உதயமாகும்போது தினந்தோறும் மேற்கண்ட தலைவலி உண்டாகிப் பொழுது சாய்ந்தவுடன் வலி மட்டுப்படும்.

78. சந்திர வர்த்தம்

- இந்நோயில் உடம்பெங்கும் வலி உண்டாகும்.
- தும்மலுடன் மூக்கடைப்பும், மணம் அறிய முடியாத தன்மையும் உண்டாகும்.
- புருவத்தில் மிகவும் வலிக்கும்.
- நெற்றியில் புண்போல மிகவும் குடையும்.
- இத்தலைவலியானது அந்தி நேரத்தில் ஆரம்பமாகி, நடு இரவு வரை கடுமையாக இருந்து, விடியும் நேரத்தில் குறையும்.

79. கர்ண வர்த்தம்

- இந்நோயில் மார்பு, பிடரி, காது ஆகியவற்றில் ஆப்பு கொண்டு அடித்தாற்போல வலி உண்டாகும்.
- இரண்டு காதுகளிலும் குடைச்சல் உண்டாகும்.
- கழுத்தும் காதும் கோணி கனத்துக் காணும்.
- உச்சியிலும் நெற்றியிலும் அடிக்கடி நோய் உண்டாகி அசதியாகும்.
- பசியும் உறக்கமும் இல்லாதிருக்கும்.

80. ஒரு தலை வகாதப் பேதம்

- மண்டையைப் பிளப்பது போல் ஒற்றைத் தலைவலி ஏற்படும்.
- கண்கள் எரிந்து நீரை இழியச் செய்யும்.
- பெருமூச்சு உண்டாகும்.
- நடுக்கம் ஏற்பட்டுத் துன்புறுத்தும்.
- சிணுக்கிருமல் தோன்றும்.
- பசி எடுக்காது.
- மயிர்க்கூச்செறியும்.

81. வாதக் கர்ணச் சூலை

- இந்நோயில் இரண்டு காதுகளிலும் சீழ் தோன்றி மிகுந்த வலியுடன் சமுத்திரம் போன்ற இரைச்சல் காணும்.
- செவியில் உண்டாகும் இரைச்சலால் பிறர் பேசுவது கேட்காது.
- பேய் பிடித்தாற் போன்று மனம் நிலை கொள்ளாமல் இருக்கும்.
- ஆணவமும் காமியமும் குறைவுபடமாட்டாது.

82. பித்தக் கர்ணச் சூலை

- இந்நோயில் இரண்டு செவிகளிலும் கிரந்தி உண்டாகி வலி காணும்.
- அவற்றில் இரத்தமும் சீழும் வெளியாகும்.
- கும்பி (சேறு) போல் மிக நாற்றம் உண்டாகும்.
- தலை முழுதும் வண்டு ஊறுவது போன்று தோற்றமாகும்.
- காதுகள் இரண்டிலும் பருத்து வீக்கம் உண்டாகும்.
- தலை முழுதும் வலித்துக் காணும்.

83. ஐயக் கர்ணச் சூலை

- இந்நோயில் காதுக்குள் குறும்பி சேர்ந்து, பெரிய குச்சியைக் கொண்டு குடைவது போன்று வலி உண்டாகும்.
- காது மிகவும் புண்ணாகித் தோன்றும்.
- உடல் மிகவும் இளைக்கும்.
- காதில் இரைச்சல் சிறிதளவு காணும்.
- காதில் அதிகமான தினவு ஏற்படும்.

- உடல் மிக வெளுத்துக் காணும்

84. கிருமி கர்ணச் சூலை

- இந்நோயில் கம்பு அரிசி போலக் காதிரண்டும் அடைத்துக் காணும்.
- புழுக்கள் உண்டாகி ஊர்ந்து புண்ணாகி இரத்தம் வடியும்.
- சில சமயம் சீழோடு சில்லும் தோன்றும்.
- காதில் சத்தம் கேட்காது.

85. தந்த வாயு

- இந்நோயில் கெட்டியான பண்டங்களைப் பற்களில் வைத்துக் கடித்தலாலும், மிகுந்த குளிர்ச்சியான பண்டங்களைப் பல்லில் வைத்து அடக்கலாலும், பற்பல கெட்ட இரத்தங்கள் பல்லில் ஊறுவதாலும், முகம் முழுதும் குடைச்சல் உண்டாகிப் பற்களின் ஈறுகளும் சதைகளும் கரைந்து நாவடி நரம்புகளில் நோய் உண்டாகும்.
- வளிமீறலானது மீண்டும் மீண்டும் உண்டாகும் பொழுது மூட்டுகளில் குடைச்சல் ஏற்படுவதுடன் பற்களிலும் வலி உண்டாகும்.
- தலையிலும் பிடரியிலும் குத்தல் ஏற்படும்.
- சிறுநீரும் மலமும் கட்டுப்படும்.
- பெருநரம்பு முடங்கிக் குடைச்சலாகி, வாய் வறண்டு, குளிரும் சுரமும் உண்டாகும்.

II அகத்தியர் வகைப்பாடு

"அகத்தியர் வைத்திய சிந்தாமணி வெண்பா 4000" என்னும் நூல் வளி நோய்களை வேறு விதமாக வகைப்படுத்துகிறது. அவற்றின் விபரம் பின்வருமாறு:

1. ஊர்த்துவ வாதம்

மேல்மூச்சு, இருமல், சுவையின்மை, பொருமல், மந்தம், அனல், மலபந்தம், மூர்ச்சை என்னும் குறிகுணங்கள் காணும்.

2. சிரோ வாதம்

நச்சுத்தலைவலி, ஒரு பக்கம் உடல் வலி ஆகியன உண்டாகும். இரவில் தூக்கம் வராது. அதிகப் பசி, ஏக்கம் முதலியன உண்டாகும். வாய் புலம்பும்.

3. பாரிசச் சூலை வாதம்

உடலின் ஒரு பாகத்தில் பாதிப்பை ஏற்படுத்திப் பந்திக்கச் செய்து, வேல் கம்பினால் குத்துவது போல் வலி உண்டாகும். ஒருநாளும் இரவில் தூக்கம் வராது. கை கால்களில் நடுக்கம் உண்டாகும். தாங்கொணாத துன்பத்தைக் கொடுக்கும்.

4. கம்ப வாதம்

கை, கால் தலை இவைகளில் நடுக்கல் காணும். உடல் அழல்வது போலிருக்கும். உடம்பெல்லாம் வலி உண்டாகும். இரவிலும் தூக்கமின்மை. உடல் இளைத்துக் காணும். ஏதுசெய்வது என்றறியாது வாய் புலம்பும்.

5. ஊர்த்தக் கம்பவாதம்

வளியைத் தன்வழியே செல்லவொட்டாமல் பந்திக்கச் செய்யும். கை, கால் மூட்டுகள் யாவும் தம்பிக்கச் செய்வதோடு கீல்களும் பாதிக்கப்படும். உணர்ச்சியும் மாறுபாடடையும். உடல் தளர்ந்து மனமும் கலக்கமுறும்.

6. கிக்கிச வாதம்

இடுப்பிலிருந்து கால் வரை சூலை போல் வலி உண்டாகும். மூட்டுகள் கெட்டிப் பட்டு கடினமாய் பிடிப்புடன் காணும். எழுந்து நடக்க முடியாது.

7. சோண வாதம்

- ❖ இரத்தம் கக்கும்.
- ❖ விக்கல் உண்டாகும்.
- ❖ மூர்ச்சை காணும்.
- ❖ உண்மை வடிவம் மாறி வேறு வடிவம் போல் தோன்றும்.

8. ஆமில வாதம்

- ❖ உருசியின்மை.
- ❖ பசியின்மை அல்லது மந்தம்.
- ❖ உண்ட உணவு செரிக்காது.
- ❖ உடல் முழுதும் சூலை போல் வலி உண்டாகும்.

9. இரசு வாதம்

இரவும் பகலும் ஏங்கிப் புலம்பும். ஈட்டியால் எறிந்தது போல் உடல் வலி உண்டாகும். மிக்க வேதனையும் துன்பமும் உண்டாகும். தாகம், பிரம்மை, மூர்ச்சை ஆகியன உண்டாகும்.

10. சந்தியா வாதம்

பகல் முழுதும் சாதாரணமாக உள்ள வளியானது இரவு நேரத்தில் பாதிப்படைந்து உடலைச் சூலை போல் வலிக்கச் செய்யும்.

- ❖ பொருத்துகள் தோறும் குத்தல், குடைதல் காணும்.
- ❖ உடல் நடுங்கச் செய்யும்.
- ❖ அரற்றல் காணும்.
- ❖ தூக்கமின்மை காணும்.

11. தனுர் வாதம்

- ❖ உடலை வில் வளைவாய் வளைக்கும்.
- ❖ உடல் நடுக்கம் காணும்.
- ❖ தாகம், பசியின்மை காணும்.
- ❖ உடல் தள்ளாடச் செய்யும்.
- ❖ மூர்ச்சிக்கச் செய்யும்.

12. திமிர் வாதம்

- ❖ மேல் தோல் திமிர்த்துக் காணும்.
- ❖ தோல் யானைத்தோல் போல் பருமனாகக் காணப்படும்.
- ❖ உடலை நிமிரவொட்டாது அன்ன நடை போல நடக்கச் செய்யும்.
- ❖ நடை தள்ளாடவும் செய்யும்.
- ❖ மிக்க துன்பம் கொள்ளச் செய்யும்.

13. அந்தி வாதம்

- ❖ நெற்றியில் பிளப்பது போல் வலிக்கும்.
- ❖ முன்வினைப் பயனோ என்று அரற்றும்.
- ❖ மூர்ச்சை கொள்ளும்.
- ❖ தன்னையே தான் நொந்து கொள்ளும்.
- ❖ பேசமுடியாமல் துயரம் கொண்டிருக்கும்.

14. காக வாதம்

- ❖ தலையும் இரு கண்களும் சுழன்று, கைகால் நடுங்கி அரற்றுலுடன் கீழே விழும்.

- கண் கலங்கி மூர்ச்சை உண்டாகும்.
- உடலில் வலி உண்டாகும்.

15. நயன வாதம்

- கண் சிவக்கும்.
- கண்ணில் நீர் ததும்பிக் காணும்.
- தூக்கமின்மை.
- மிக்க வலி உண்டாகும்.
- கண்ணில் சூடு தோன்றும்.
- பின்பு அதுவே கட்டியாகவும் ஆகும்.
- வயிற்றில் உளைச்சல், இரைச்சல் காணும்.
- மார்பினிடத்தில் கல்போல கடினமாகத் தோன்றும்.
- தூக்கமின்மை.
- இரவில் வேலால் குத்துவது போல் வேதனை உண்டாகும்.

16. நாசிக வாதம்

வாய் பேசாமல், கொட்டாவி விட்டவுடன் உதடும் பல்லும் ஒட்டாமல் இருக்கும்.

17. அவையாங்க வாதம்

அவயங்களும், பொருத்துகளும் கவையால் பிடித்து இழுப்பதுபோல் வலிக்கும். தூக்கமின்மை. சிறுநீர், மலம் கட்டும்.

18. சிம்மாங்க வாதம்

- காதிரைச்சல்
- சுரம்
- தாகம்
- உடல் முழுதும் அடித்ததுபோல வலித்தல் முதலியன தோன்றும்.

19. நர வாதம்

பாம்புபோல் நாடி எங்கும் ஓடி வலிக்கும்.

20. கர்ண வாதம்

- ❖ காதில் இரைச்சல்
- ❖ காது மந்தம்
- ❖ காதில் மிக்கவலி உண்டாகிச் செவிடாக்கிவிடும்.

21. சர்ப்ப வாதம்

பாம்பு உடலில் ஊர்வது போல் தலை முதல் பாதம் வரை வலிக்கும்.

22. விருச்சிக வாதம்

தேள் கொட்டியது போல் உடல் எங்கும் கடுப்பு, கைகால் எரிச்சல், வெப்பு ஆகியவை காணும்.

23. முடக்கு வாதம்

- ❖ உடலை முடக்கும்.
- ❖ முடக்கிய உடலைக் குறுக்கும்.
- ❖ நடையில் தடுமாற்றம் காணும்.
- ❖ கை, கால் மூட்டுகள் செயலற்றுக் குவிந்துவிடும்.

24. சன்னி வாதம்

- ❖ உடலில் வியர்வையே தோன்றாமல் அழல் போல் உடல் வெதும்பும்.
- ❖ உடல் இளைத்துக் காணும்.
- ❖ மிக்க சோர்வு உண்டாகும்.
- ❖ மலம் கட்டும்.
- ❖ கை, கால் அசைக்கவொட்டாமல் போட்டபடி கிடக்கும்.
- ❖ உயிர் பிரியும்.

25. அங்குலி வாதம்

கை விரல் சுருங்கி, நரம்பு இழுத்து, உடலில் வலி உண்டாகும். மெதுவாக வாழ்நாள் குறையும்.

26. பிரம வாதம்

- ❖ உடல் சுழலுவது போல் தோன்றல்
- ❖ மூர்ச்சை உண்டாதல்

- சோர்வுடன் வீழ்தல்
- தாகம், தளர்ச்சி
- மனம் சோர்ந்து விகாரமாதல் ஆகியன தோன்றும்.

27. மலபந்த வாதம்

மலம், மூத்திரம், அபானவாயு கட்டுப்படும்.

28. மூத்திர வாதம்

சிறுநீர் போக முடியாமல் கட்டுப்படும். இருமல் உண்டாகும்.

29. குன்ம வாதம்

- வயிற்றில் குத்துவதுபோல் வலி
- மந்தம்
- அசீரணம்
- விக்கல்
- வாந்தி
- தேகம் இளைத்தல்
- தலைவலி
- சோகத்துடன் காணப்படல் ஆகியன இதன் குறிகுணங்களாகும்.

30. பாகு வாதம்

- இருதோள்களிலும் கடுப்பு
- இரவும் பகலும் அரற்றல் ஏற்படும்.

31. பாரிசபாகு வாதம்

தூங்காமல், தோள் ஒன்றில் வலிக்கும். வாதம் மிகுந்து காணும்.

32. பாத வாதம்

காலில் விடாது குடைச்சல் காண்பதே பாத வாதமாம்.

33. விசூசை வாதம்

அதிசாரம், சுரம், வாந்தி, அனல், தாகம், பிரம்மை, விகாரம், மூர்ச்சை முதலியன காணும்.

34. தூரம வாதம்

- ❖ ஏப்பம் மிகும்.
- ❖ உணவு செரியாது.
- ❖ வயிற்றில் வலி உண்டாகும்.

35. விதூரம வாதம்

- ❖ மிகுந்த புளித்தேப்பம் காணும்.
- ❖ வயிறு பொருமலாகக் காணும்.

36. விச்சுவட்ட வாதம்

உடல் முழுவதும் வலித்துக் கொண்டு இருப்பதுவே இவ்வாதத்தின் குணமாகும்.

37. இரசசேட வாதம்

- ❖ தலைவலிக்கும்.
- ❖ உடல் புண்ணாய் நோகும்.

38. சுர வாதம்

- ❖ காதிரைச்சல்
- ❖ தும்மல்
- ❖ சுரம்
- ❖ உடல் நடுக்கம்
- ❖ வாந்தி
- ❖ தலை, உடல் வலி
- ❖ கழிச்சல்
- ❖ கொட்டாவி

என்பன இதன் குறிகுணங்களாம்.

39. சோப வாதம்

- ❖ சுரம் மிகுந்து காணும்.
- ❖ புத்தி தடுமாற்றம் அடையும்.
- ❖ உடல் வலி உண்டாகும்.

40. கோபச் சல வாதம்

- ❖ நரம்புகளில் ஓடி வலிக்கும்.
- ❖ வாய் விறுவிறுப்பாகும்.

41. அசீரண வாதம்

- ❖ உணவு செரியாது
- ❖ வயிறு மந்தம்
- ❖ வயிற்றில் வலி
- ❖ சுவையின்மை
- ❖ காதிரைச்சல்
- ❖ கண் கலங்கல் முதலியன தோன்றும்.

42. சடை வாதம்

- ❖ உடல் இளைக்கும்.
- ❖ தாகம், சுரம், மந்தம்.
- ❖ உடல் பலம் குறைதல்.
- ❖ உடல் வலி உண்டாகும்.

43. சுட்க வாதம்

- ❖ உடலில் வியர்வை தோன்றாது.
- ❖ கண் ஒளி மங்கும்.
- ❖ மந்தம் உண்டாகும்.
- ❖ உடல் இளைக்கும்.

44. திவா வாதம்

பகலில் உடலில் சூலை போல் வலி உண்டாகும். இரவில் சாதாரண நிலையில் இருக்கும். எப்போதும் தூங்கிக் கொண்டே இருக்கும் நிலையில் காணப்படுவர்.

45. சல வாதம்

- ❖ கானல் நீர், குளம், ஆறு, கடல், கழிமுகம் இவற்றில் ஒன்றைப் பார்க்க மூர்ச்சை உண்டாகும்.

- தாகம்.
- உடல் நடுக்கம்.
- வியர்வை.
- காது செவிடாகும்.

46. ஆதித்த வாதம்

- கோடையில் சூரியனைப் பார்க்க கண் வலித்துச் சுழன்று விழுதல்
- காதில் இரைச்சல்
- உடல் அவத்தையும் விகாரமும் கொள்ளல் என்பன இதன் குறிகுணங்களாகும்.

47. அக்கினி வாதம்

- அனலின் ஒளியைக் கண்டவுடன் துக்கம் உண்டாகி உடல் நடுங்கி சோர்ந்து விழுதல்
- விக்கி விக்கி அழுதல்
- விகாரமுறுதல்
- கண்ணீர் சொரியக் கலங்குதல் என்னும் குறிகுணங்கள் தோன்றும்.

48. திதி வாதம்

- தயிர் உட்கொண்டால் வளி மீறல் ஏற்பட்டு மூர்ச்சை உண்டாகும்.
- வாந்தி.
- தாகம்.
- மலக்கட்டு.
- உடல் வற்றல், ஒளி கெடல்.
- கோபமுறுதல் உண்டாகும்.

49. மது வாதம்

- தேன் உட்கொள்ளுவதால் வளி அதிகரிக்கும்.
- உடல் விறுவிறுக்கும்.
- தாகம் உண்டாகும்.
- உடல் விகாரமடையும்.

50. ஸ்நாந வாதம்

தலை நனையும்படியாகத் தண்ணீரில் குளிக்கும்போதெல்லாம் தலைவலி உண்டாகும்.

51. உன்மாத வாதம்

- ❖ தன்னை மறந்து பிதற்றுதல்.
- ❖ பேய் பிடித்தது போல் பேசுதல் முதலியன.

52. கடி வாதம்

பின் இடுப்பில் கல்லைக் கட்டியது போல் பாரம் உண்டாகி வலிக்கும்.

53. வாயு வாதம்

அதிகமாகக் காற்றடிக்கும் நிலையில் அதனூடே வந்தால் உடல் அவயங்கள் யாவும் வலிக்கும்.

54. சுக்கில வாதம்

சுக்கிலம் அடிக்கடியும் துரிதமாயும் வெளியாகி, அதனால் உடல் தாது கேடடையும்.

55. சம்போக வாதம்

- ❖ இந்நோய் பெண் சேர்க்கையின் போது ஏற்படும்.
- ❖ குறி தளரும்.
- ❖ மூர்ச்சை உண்டாகும்.
- ❖ தாகம் ஏற்படும்.
- ❖ பலம் குறையும்.

56. கந்த வாதம்

மிகவும் மணம் கொண்ட பொருளை நுகரும்பொழுது கடும் சூலை உண்டாகும்.

57. கீர வாதம்

பால் அருந்தும் பொழுது வாந்தி செய்விக்கும். உடல் முழுதும் சூலைபோல் வலிக்கும்.

58. தாம்பூல வாதம்

- தாம்பூலம் கொண்டவுடன் மூர்ச்சை
- காது கேளாமை
- கழுத்தில் வியர்வை
- கலக்கம்
- பிரம்மை
- உண்ட உணவை வாந்தி செய்தல் முதலியன தோன்றும்.

59. சீரான்ன வாதம்

- பால் சோறு உண்டவுடன் வாந்தியாகி, மூர்ச்சை உண்டாகும்.
- காதிரைச்சல்.
- வயிற்று வலி.
- வாய் புலம்பிக் கொண்டிருத்தல் என்பன இதன் குறிகுணங்களாகும்.

60. பூத வாதம்

- ஓரிடத்திற்குச் செல்வதற்கு ஐயம் கொண்டு வேறொருவரின் துணையைத் தேடுவர்.
- மிக்க பயம் கொண்டவராயிருத்தல்.
- பேய் பிடித்தது போல் ஓடுதல்.
- பிதற்றுதல்.
- மூர்ச்சையாகி வீழ்தல் முதலியன ஏற்படும்.

61. மோகன வாதம்

மனதில் தோன்றும் பொருள்களிடத்தில் மோகம் கொள்ளுதல், அப்பொருளைப் பெறுவதற்கு முயற்சித்தல் அல்லது யாசித்தல், அப்பொருள் கிடைக்காது போனால் காய்ச்சல் தோன்றுதல், விகாரம் கொள்ளுதல் என்னும் குறிகளைக் காட்டும்.

62. பவன வாதம்

- குய்யத்தைப் பிடித்திழுத்து மலச்சிக்கல் தோன்றும்.
- மயக்கம்.
- உடலில் வளி அதிகரிக்கும்.

63. துக்க வாதம்

- ❖ மார்பில் அடித்துக் கொண்டு துன்புறும்.
- ❖ வாய் அரற்றும்.
- ❖ வளி மீறி நோய் உண்டாகும்.
- ❖ தலை நடுக்கல் எற்படும்.
- ❖ உடல் குளிர்ந்து காணும்.
- ❖ தலை வலிக்கும்.
- ❖ மூர்ச்சையாகும்.
- ❖ காதிரைச்சல் காணும்.

64. கலக வாதம்

- ❖ கோபித்துக் கண்டித்தால் வளி அதிகரித்து நோய் உண்டாகும்.
- ❖ நிலை தளரும்.
- ❖ உடல் இளைக்கும்.
- ❖ மூர்ச்சை உண்டாகும்.
- ❖ விகாரமும் பலமும் உண்டாகும்.

65. மேக வாதம்

கார் காலத்தில் மின்னல், மழையைப் பார்த்தாலும், மேக மந்தாரத்தைப் பார்த்தாலும் வளி அதிகரித்து உடலில் சூலை தோன்றும். மழைக்காலம் நீங்க நோய் தீரும்.

66 சூலை வாதம்

- ❖ உணவு உண்டவுடன் சூலை போல் வலி உண்டாகும்.
- ❖ கோபம் கொள்ளச் செய்யும்.
- ❖ இரவு முதல் காலை வரை அரற்றிக் கொண்டே இருப்பர்.
- ❖ அசீர்ணம் உண்டாகும்.
- ❖ தேகம் வியர்க்கும்.

67. கட்க வாதம்

கத்தியால் வெட்டுவதைக் கண்டால் வளி அதிகரித்து, தலை சுற்றிக் கீழே சாய்வர். பேய் பிடித்தது போல் அரற்றுவர்.

68. இரண வாதம்

- யாரேனும் சண்டையிட்டு வெட்டிக் கொள்வதைக் கண்டால்:
- விகாரம்
- மூர்ச்சை
- வியர்வை
- பிரம்மை ஆகியன ஏற்படும்.

69. சாக்கிர வாதம்

தூங்கும்போது உடல் வலிக்கும். அசீரணம் உண்டாகி உணவு செரிக்காது. வன்னி (சூடு) கெடும்.

70. ஆத்மரிய வாதம்

- மிகு தாகம்
- உடல் நோதல்
- மிகு காய்ச்சல்
- விந்து விடல்
- உடல் நடுக்கம் என்னும் குறிகுணங்கள் ஏற்படும்.

71. கன்ம வாதம்

பாதகமான செயல்களைப் புரிவதால் ஏற்படும் வளி மீறல் கன்ம வாதமாம்.

72. நாட்டிய வாதம்

கொட்டு ஒலியினாலும், பாடுவதாலும் ஆடுவதாலும் வாதம் மீறும்.

73. தூம்பிர வாதம்

குதிரை ஓட்டத்தைக் காண்பதாலும் பசுக்கள் கூட்டமாய் வருவதைப் பார்த்தாலும் வளிமீறல் ஏற்பட்டு இந்நோய் உண்டாகும்.

74. கபால வாதம்

- ஆயுதத்தால் தலையை வெட்டுதல் போல் தோன்றும்.
- இரவும் பகலும் தூக்கம் வாராதிருக்கும்.
- மிகுந்த வலி ஏற்படும்.

- ❖ சொல்லொணாத் துயரம் உண்டாகும்.

75. நித்திரை வாதம்

- ❖ உடலில் அதிகச் சூடு உண்டாகும்.
- ❖ பசிமந்தம் ஏற்படும்.
- ❖ தூங்குவதற்காகக் கண்ணை மூடினால் உடல் பதைக்கும்.
- ❖ உடல் விகாரம் ஏற்படும்.

III. ஆத்மரட்சாமிர்தம் வகைப்பாடு

"ஆத்மரட்சாமிர்தம்" என்னும் "வைத்திய சார சங்கிரகம்" வளி நோய்களை வாதரோகப் படலம், என்ற தலைப்பில் விளக்குகின்றது. நரம்பு துவாரங்களில் கெட்டநீர் தங்கி, தசையில் ஊறி வாயு அதிகரித்து வலி, அசதி முதலியவற்றை உடல் முழுதும் உண்டு பண்ணுதலே வளி நோயின் பொது இயல்பு என்பது இந்நூலின் கொள்கை. இந்நூல் குறிப்பிடும் வளி நோய் வகைகளின் குறிகுணங்களைக் காணலாம்:

1. வாதம்

உடல், கை, கால் நொந்து கடுத்து உளைந்து பலம் கெட்டு, அதிசோம்பல், தூக்கம் முதலிய குறி குணங்கள் காணும்.

2. துடி வாதம்

தேகத்தின் பல இடங்களில் துடித்து அடங்கும்.

3. நடுக்கு வாதம்

தேகம் வெதும்பி, உளைந்து, கிறுகிறுத்து நடுங்கும்.

4. அண்ட வாதம்

ஒரு பீசம் (விரை) வீங்கி வலித்து, மேல் நோக்கி ஏறி நிற்கும்.

5. சந்து வாதம்

மூட்டுகளில் பிடிப்பு ஏற்பட்டு, விடாமல் உளைச்சலுடன் வலித்து, காலை நேரங்களில் இக்குறிகுணங்கள் அதிகரித்துக் காணப்படும். உடல் நாளுக்குநாள் மெலிந்து கொண்டே வருவதும் இந்நோயின் குறிகுணங்களாகும்.

6. ஓடு வாதம்

தேகம் மெலிந்து உளைந்து, வளியின் மீறிய செயலால் ஏற்பட்ட வாயு உடல் முழுதும் ஓடிக் குத்தி உடலின் பலம் குறையும். நாவும் பல்லும் வறட்சி ஏற்பட்டுக் காணும்.

7. தோள் வாதம்

தோள் வீங்கி, கண்டம், பிடறி வலித்துக் கடுக்கும்.

8. பக்க வாதம்

ஒரு பக்கத்தில் கையும் காலும் செயல்படாதிருக்கும் நிலை ஏற்படும்.

9. கழுத்து வாதம்

கழுத்தைத் திருப்பிப் பார்க்க முடியாமல் செய்யும்.

10. சிரசு வாதம்

இரவும் பகலும் விடாமல் தலையில் வலித்துக் கொண்டே இருக்கும்.

11. தம்பண வாதம்

திருத்தமாகப் பேச முடியாமல் இருப்பதுடன், காலை இழுத்துக் கொண்டு நடக்க முடியாமல் செய்யும்.

12. தந்த வாதம்

வளி மீறலால் ஏற்படும் மற்ற குறிகுணங்களுடன் பல்லும் அசைந்து கொண்டு வலித்தால் அது தந்தவாதம் எனப்படும்.

13. கரணி வாதம்

வளி மீறுவதன் காரணமாக இருகாதுகளிலும் கேட்கும் திறன் குறையும்.

14. அங்குலி வாதம்

விரல்கள் விரைத்துக் கொண்டு எதையும் பிடிக்க முடியால் இருக்கும்.

15. முன்கை வாதம்

முன்னங்கைகள் இரண்டும் வீங்கி, வலியும் ஏற்படும்.

16. வதன வாதம்

முகம் ஊதிக் கடுக்கும்.

17. இடுப்பு வாதம்

இடுப்பு, தொடை ஆகிய இடங்களில் கடுத்து, குனிந்து நிமிர முடியாது.

18. வருனை வாதம்

ஆசனத் துளை நொந்து கடுக்கும்.

19. தொடை வாதம்

தொடை கடுத்து நடக்க முடியாது.

20. முழங்கால் வாதம்

முழங்கால் வீங்கிக் கடுக்கும்.

21. கெண்டைக்கால் வாதம்

கெண்டைக்கால் வீங்கிக் கடுத்துக் காணப்படும்.

22. குதி வாதம்

குதிங்கால்கள் மட்டும் வீங்கிக் கொண்டு வலிக்கும்.

23. வாய் வாதம்

வாய் கடுத்து, அலகு கிட்டி வியர்த்துப் பேச முடியாதிருக்கும்.

24. தண்டு வாதம்

முதுகுத் தண்டு பொருமித் தடித்துக் காணப்படும்.

25. வாண வாதம்

கை கால்கள் சுருக்கிக் கொண்டு இழுத்துக் கடுக்கும்.

26. தனுர் வாதம்

அடிக்கடி தேகத்தை வில் போல வளைத்து, வியர்த்து, நாக்கு, பல் கிட்டிக் கொண்டு மேல்மூச்சு கனும்.

27. அசீரண வாதம்

தூரமான இடங்களுக்கு நடக்க முடியாமலும், உண்ட உணவு சரியாகச் சீரணமாகாமல் இருந்தாலும் ஏப்பம் அதிகமாக வந்து கொண்டிருந்தாலும் அது அசீரண வாதமாகும்.

28. சுரோணித வாதம்

இரு காதுகளிலும் இரத்தம் கட்டிக் காணப்படும்.

29. கப வாதம்

உதரத்தின் மேல் நரம்பு சுமையாய்த் தோன்றி, மூலாக்கினி மந்தித்து, உடல் வெளுக்கும்.

30. குடல் வாதம்

குடல் புரண்டு, குமுறி இரைந்து, மந்தித்துப் பரந்தோடி வலித்துக் கால் உளையும்.

3

உறுப்புகளைப் பற்றி வரும் வாத நோய்கள்

முன்னுரை

சித்த மருத்துவ நூல்கள் குறிகுணங்களின் அடிப்படையில் வளி (வாத) நோய்களைப் பொதுப்படையாக வகைப்படுத்தியுள்ளதோடு, உடலின் குறிப்பிட்ட பாகத்தில் வளித் தாது குற்றமுறுதலால் என்னென்ன உபாதைகளை உண்டாக்கும் என்பதையும் தெளிவுபடுத்தி உள்ளன. அவற்றை இவ்வத்தியாயத்தில் காணலாம்.

தலையைப் பற்றி வருவன

1. தலை நடுக்கல் நோய்: இந்நோய் வயது முதிர்ந்தவர்களுக்குப் பெரும்பான்மையும் வரும். இந்நோயில் ஐயம் (கபம்) மிகுந்து வளித் தாதுவைக் கேடடையச் செய்வதால் அதன் வன்மை குறைந்து நரம்புகளைச் சோர்வடையச் செய்யும். அதன் காரணமாகத் தலை நிலைத்து நிற்க ஒட்டாமல் இருபக்கத்தேனும் முன்னும் பின்னுமேனும் நடுக்கலுடன் அசையச் செய்யும்.

யோகிகளுக்கும் இந்நோய் வரலாம். அவர்கள் யோக நிலையில் படிப்படியாக ஒவ்வொரு நிலையைக் கடந்து கொண்டே வரும் பொழுதும் சில வேளைகளில் நிலைக்குத் தகுந்தவாறான நோய்களைத் தூண்டுவதுண்டு. கண்டத்தின் நிலையை அடைந்தபோது ஏற்படும் சில கேடுகளால் பிறக்கும் நோய்களுள் இதுவும் ஒன்று.

2. தலை வலித்தல் : இது சுரம், இருமல், மூக்கடைப்பு என்னும் குறிகள் எதுவுமில்லாமல் சூரியன் தோன்றும் போதும் மறையும் போதும் வரும். இந்த நோயினை சூரியாவர்த்தம், சந்திராவர்த்தம் என இயம்புவர். இவற்றுள் ஒன்று காலையில் தொடங்கி மாலை வரையில் வலி எடுத்து, மாலைப் பொழுதில் விட்டுவிடும். மற்றொன்று மாலைப் பொழுதில் தொடங்கிக் காலை வரையில்

இருந்து விட்டுவிடும். இவ்விரு பொழுதிலும் வரும் தலைவலி தாங்க முடியாததாகும். இத் தலைவலி குத்தல், குடைதலோடு கூடியதாகவும் காணப்பட்டு, கண்ணின் இமையை இடுங்கச் செய்யும். இத்தலைவலியின் காரணமாகச் சிலவேளை வாந்தி வரும் உணர்வும் உண்டாகும்.

3. தலை ஊறுதல்: இந்நோயில் தலையில் புழு ஊர்வது போன்றும், நமைச்சல் போலும் உணர்ச்சி தோன்றி, எப்பொழுதும் தலையைச் சொறிந்து கொண்டே இருக்கச் செய்யும். அன்றியும் வளித் தாது கேட்டினால் ஏற்பட்ட அழற்சியின் அளவாகத் தலையின் தோல் வறண்டு மீன் தோல் போல் உதிரும்.

நெற்றியில் வரும் பாதிப்பு

புருவம் நெளிதல்: வளித் தாதுவின் கேட்டினால் புருவத்தின் மெலிந்த நரம்பு சத்தற்ற நிலையில், புருவம் நெளிந்து ஒரு பக்கத்தே இழுத்துக் கொள்ளும். சில வேளைகளில் கண்ணும் புருவமும் கூட ஒரு புறம் சாய்ந்து விடும்.

கண்ணில் வரும் பாதிப்புகள்

1. கண் குழி விழுதல்: இது வளித் தாது ஒடுங்கி அதன் நடை அடங்கி வருவதாலும் சில நோய்களில் இயல்பாகவும் வருவது உண்டு. நெடுநாட்களாகப் படுக்கையில் இருத்தல், அளவு கடந்த வாந்தி, கழிச்சல், மிகுதியான குருதிப் போக்கு ஆகிய பிணிகளால் கண் குழி விழும். சூல் கொண்ட பெண்களுள் சிலருக்கும் கண் குழி விழும். உடல் மெலிந்தோர்க்கும், வளித்தாது பாதிக்கப்பட்ட உடம்பினோர்க்கும் கண் குழிவிழும்.

2. கண் சிவத்தல் : அழல் தாது பாதிப்பால் எழுந்த வளிப் பெருக்கால் கண் சிவந்து, சிறிது வெளிச்சத்தையும் பார்க்க முடியாது கண் கூசுதல், கண்ணீர் வடிதல் ஆகிய குறிகளைக் காட்டும்.

3. கண் சொருகல்: தனித்த வளி மீறுதலால் ஏற்படும் வலிப்பு அல்லது இசிவு நோய்களிலும் கண் சொருகல் உண்டாகும்.

4. கண்ணில் பீளை சாறுதல்: கண் சிவத்தலுக்குத் துணையாகப் பீளையை உண்டாக்கும்.

செவியில் வரும் பாதிப்புகள்

1. செவியடைப்பு: செவியினுள் வளித்தாது மிகுந்த நிலையில் ஐயம் மிகுவதால் தாபிதத்தை உண்டாக்கி, ஒலியை ஊடுருவிச் செல்லாது தடுத்துச் செவியடைப்பை உண்டாக்கும்.

2. செவிக்குத்தல், செவித் தினவு, குறும்பி சேர்தல் என்னும் இம்மூன்றும் மேற்கூறியவாறே எழுந்து செவியடைப்புக்குத் துணை நோயாக வரும். அன்றியும் காதில் சீழ் வடிதலும் உண்டு.

மூக்கில் வரும் பாதிப்புகள்

1. மூக்கடைத்தல்: வளித் தாது தன்னளவில் மிகுந்து மூக்குத் தண்டின் சதையை வீங்கச் செய்தாகிலும் அல்லது சதையிலிருந்து முளைபோல் வளர்ந்தாகிலும் மூச்சுவிடவும் வாங்கவும் முடியாமல் தடுக்கும்.

2. உளைவுடன் கூடிய தும்மல்: வளித் தாதுவுடன் ஐயம் மிகுந்து மூக்கில் நமை, உளைச்சல், எரிச்சல் ஆகியவற்றை உண்டாக்கி, மூக்குநீர்ப்பாய்ந்து, தும்மலை உண்டாக்கும். இது உளைவுடன் கூடிய தும்மல் நோய் எனப்படும்.

கன்னத்தில் வரும் பாதிப்புகள்

1. கன்னம் உள்வாங்குதல்: வளித் தாது மிகுதியடைவதோடு அழல் தாதுவும் கூடி க்கன்னப்பகுதியிலுள்ள நீரை வறளச்செய்து, சதையை வற்றச் செய்து, தோலைச் சுருக்கி, கன்னத்தை உள்வாங்கச் செய்யும்.

2. கன்னம் ஆழக் குழி விழுதல்: மேற்கூறிய பாதிப்புகள் மிகவும் அதிக அளவில் ஏற்படும் பொழுது கன்னத்தில் ஆழக் குழி விழும்.

3. கன்னம் கனத்தல்: வளித் தாதுவுடன் அழல் தாது சேர்ந்து பாதிப்பை ஏற்படுத்தி வீக்கத்தை உண்டாக்கிக் கன்னத்தைக் கனக்கச் செய்யும்.

4. கன்னத்தில் குத்தல் ஏற்படுதல் : வளித் தாதுவுடன் ஐயம் கூடிச் சீழ் உண்டாகி, கன்னத்தில் குத்தல், சிறு சுரம் முதலிய குறிகளைக் காட்டும்.

வாயில் ஏற்படும் பாதிப்புகள்

1. கொட்டாவி விடல்: வளி தனித்து மீறுதலால் உடல் வறண்டு, நீர் சுருங்கி, மேல்நோக்குக் காலை எழச் செய்து அடிக்கடி கொட்டாவி உண்டாகும். அதனுடன் உடல் சோம்பல், தூக்கம், உடல் அனலாக இருப்பது போன்ற உணர்ச்சி முதலிய குறிகள் தொடரும்.

2. வாய் வலித்து நுரைத்தல்: வளித் தாதுவுடன் சிறிது ஐயமும் பெருகுமாயின் வாய் மெல்ல முடியாமலும் அசைக்க முடியாமலும் வலித்து, வாயில் நீர்க் கோர்த்து நுரைத்துத் துப்பச் செய்யும்.

பல்லில் ஏற்படும் பாதிப்பு

பல் கூசுதல்: புளிப்பு வகைப் பொருள்களை மிகுதியாகக் கொள்வதாலும் மற்ற செயல்களாலும், மிகுந்தெழுந்த வளியின் அளவாகப் பொறுக்கும் அளவிலிருந்து தாங்க முடியாத அளவு பல் கூசும்.

வளியால் ஏற்படும் நா பாதிப்பு

மிகுந்த வளியின் அளவாக நாக்குத் தடிக்கும், சுவையறியாது, பேசும் போது வாய் குழறும்.

வளியினால் ஏற்படும் தாள் குத்தல்

வளியின் கேட்டால் தாள் (பாதம்) மூட்டுகள் பசையற்றுத் தாளை அசைக்கவும் ஆட்டவும் முடியாதபடிச் செய்யும்.

கழுத்தில் வரும் பாதிப்பு

கண்ட (தொண்டை) நரம்புகளில் தங்கிய வளியினால் அங்கு புடைத்தலோடு, கழுத்தின் புறத்தில் அசைக்க முடியாதவாறு நோயை உண்டாக்கும்.

குரல்வளை பாதிப்பு

1. வளித் தாதுவுடன் ஐயமும் (கபம்) சேர்ந்து வீக்கத்தை உண்டாக்கி, குரல்வளையைக் குறுகச் செய்து, குத்திக் குரல் கம்மலை உண்டாக்குவதுடன், இருமலையும் வருவிக்கும்.

2. வளித் தாதுவுடன் அழலும் (பித்தம்) கேடடைந்து அங்குள்ள நரம்புகளில் தாபிதத்தை உண்டாக்கி, நமை, எரிச்சல் முதலிய குறிகளைக் காட்டும்.

3. தனித்துத் தன்னளவில் மிகுந்த வளித் தாதுவின் அளவாகச் சிறு அளவில் குறட்டையும் அண்டைப் பக்கம் கேட்கும்படியான பெரு ஒலியோடும் கூடிய குறட்டையும் விடச் செய்யும்.

தோள் பட்டை பாதிப்பு

தோள் பட்டைகள் இரண்டுமாகிலும் அல்லது தோள் ஒன்றாகிலும் மேலுக்கு எழுந்து தானாகவே கீழ் இறங்கி இவ்வாறாக அடிக்கடி அடக்கமுடியாமல் தானாகவே மேலும் கீழுமாக அசைந்து கொண்டே இருக்கும்.

இதயம் பாதிப்பு

ஐயமும் வளியும் சேர்ந்து பித்தத்தைத் தன் வழியில் போக விடாமல் செய்து திடீரென்று இதயத்தில் வலியை ஏற்படுத்தும். இதயம் வீங்கியது போன்ற நிலையும் காணும். சில சமயங்களில் மரணத்தை ஏற்படுத்தும்.

மார்பகப் பாதிப்பு

வளி மிகுதியால் உடல் வறண்டு போவதுடன் மார்பகங்களும் வறண்டு சுருங்கி, மார்பகங்களைத் திருகி வைத்தது போல் உள்ளடங்கிக் காண்பதன்றிச் சரிந்தும் தொங்கும்.

விலாவின் பாதிப்பு

விலாப்புறம் இறங்கியது போல ஒருபுறத்தில் காணும். இது வளி, ஐயக் கூட்டினால் பிறப்பதாகும்.

முதுகின் பாதிப்பு

வளியின் கேட்டால் முதுகுத் தண்டு, முதுகின் தோல் ஆகியவைகள் வறண்டு வலித்து விறுவிறுக்கும்.

முள்ளந்தண்டின் பாதிப்பு

ஐயக்காலமாகிய முதுமையில் உடல் வன்மை மெலிந்து, நாடி நரம்பு தளர்ந்தபோது சிறிதுசிறிதாக அசையவும் முடியாமல் வலிக்கும். அன்றியும் சிறுவயதினருக்கும் மேற்கூறிய குற்றங்களின் அளவாக முள்ளந்தண்டு புண்ணாகி, இளகி, கூனை வருவிக்கும்.

முள்ளந்தண்டில் எற்படும் அதிர்ச்சிகளின் காரணமாக நரம்புகள் பாதிக்கப்பட்டு அல்லது நசுக்கப்பட்டுக் கழுத்து, தோள் பட்டை முதலியவற்றிலோ அல்லது கீழ்ப்பகுதியில் இடுப்பு, தொடை, கால் முதலியவற்றிலோ தாங்க முடியாத வலியை ஏற்படுத்தும்.

கை கால் எரிச்சல்

இதனை கரபாத சன்னி என்றும் கூறுவர். வளித் தாதுவுடன் மற்ற இரு தாதுக்களும் சேர்ந்து கேடடைவதால் உள்ளங்கை, உள்ளங்கால்களில் தாங்க முடியாத எரிச்சல் உண்டாகும். பெண்களுக்கு இந்நோய் பிள்ளை பெற்றபின் தோன்றி உடலை வருந்தச் செய்யும். நீரிழிவு முதலிய நோய்களிலும் உடல் தாதுக்கள் கேடடைவதால் இவ்வெரிச்சல் காண்பதுண்டு.

விரல்களின் பாதிப்பு

கை, கால் விரல்களில் தங்கிய வளித் தாதுவின் கேட்டினால் உளைதலும் அதன் நுனிகளில் உணர்ச்சியற்றுத் திமிர் உண்டாதலும் ஏற்படும்.

குடல் பாதிப்பு

உணவின் வேறுபாட்டாலும் உடல் வன்மைக்கு மிகுந்த உழைப்பாலும் வளித்தாது தன்னிலை மீறி உண்ட உணவு செரியாமலும், அது மேல் நோக்கி வாந்தியாகாமலும், கீழ் நோக்கிக் கழியாமலும், கீழ் நின்று குடல் தெரித்தல், குடல்புரட்டல், குடலேற்றம், குடலிறங்கல் ஆகிய இந்நான்கு நோய்களையும் தனித்தாகிலும் சேர்த்தாகிலும் பிறப்பிக்கும்.

கீழ்வாய் பாதிப்பு

வளித்தாதுவுடன் சேர்ந்த அழலின் கேட்டால் கீழ்வாய் (மல வாய்) கதித்தலும், வாயுப் பொருட்களை மிகுதியாக உட்கொண்டால் காற்றுப் பரிதலும் (குசு) காணும்.

சிறுநீர்ப்பை பாதிப்பு

வளியோடு அழல் கூடியதால் அங்கு வெப்பத்தை உண்டாக்கி, சிறுநீரை வெளியாகாமல் தடுக்கும். அவ்வாறு கழிந்தாலும் தாங்க முடியாத குத்தலையும், எரிச்சலையும் பிறப்பிக்கும்.

ஆண்குறி, பீசங்களின் பாதிப்பு

வளி மீறுவதால் ஆண்குறி அளவுக்கு மீறி கனத்துக் காணும்.

விரைப்பை (பீசம்) சுருங்கி உள் வாங்கி இருக்கும்.

இடுப்பின் பாதிப்பு

மிகுந்த வளியினால் சகனம் (பிருட்டம்) திமிர்தலும், இடுப்பு உளைதலுமான குறிகளைக் காட்டும்.

தொடையின் பாதிப்பு

வளியும் ஐயமும் கூடித் தொடையைக் கனக்கச் செய்து குத்தல், குடைச்சல் முதலியனவற்றை உண்டாக்கும். அன்றியும் மயிர்ச்சிலிர்த்தல், திமிர்தல் முதலியவற்றையும் ஏற்படுத்தும்.

முழங்கால் பாதிப்பு

வளி கூடுவதால் முழங்கால் வீக்கம், வலி, எரிச்சல், நடக்க முடியாத் தன்மை முதலியன ஏற்படும். இதன் விரிவு 'மூட்டுவாத நோய்கள்' என்ற அத்தியாயத்தில் தனியாக விளக்கப்பட்டுள்ளது.

கால்களின் பாதிப்பு

1. பட்டினி இருத்தல், மிகு உழைப்பு, மிகு கழிச்சல் முதலியவைகளால் வளித் தாது மிகுந்து உடல் நீரை வற்றச் செய்து, கெண்டைச் சதையை முறுக்குவதுபோல் வலித்து, குரங்குவலி வலிப்பது போல நோகச் செய்யும்.

2. மிகுந்த வளித்தாதுவுடன் ஐயங்கூடில் கால்சதை கனத்து வலியை உண்டாக்கி, அடி எடுத்து வைக்கும் போதெல்லாம் கெண்டைச் சதை நோகும்.

3. சில சமயங்களில் கால்களில் குத்தல் வலி காணும்.

4. புறவடி தடித்தல், உள்ளடி கனத்தல் ஆகிய குறிகளும் கால்களில் வாதம் மீறுவதால் ஏற்படும் குணங்களாகும். நீரிழிவு, கீல்வாயு, நரம்பின் வன்மை குறைவு இவற்றிலும் இக்குறிகுணங்கள் காணும்.

5. புறத் திருகல் என்னும் மற்றொரு குறி, சிறுபிள்ளைகளுக்குக் காணும் இளம்பிள்ளைவாத நோயில் தோன்றும்.

வளிப் பெருக்கால் உடலில் ஏற்படும் பொதுவான பாதிப்புகள்

- ❖ வளிப் பெருக்கால் உடல் மெலிந்து சோம்பலும் மனத்தளர்ச்சியும் ஏற்பட்டு, இயற்கையாய்ச் செய்யும் வேலைகளைச் செய்ய இயலாது, ஓரிடத்திலேயே இருக்கச் செய்யும்.
- ❖ சில சமயங்களில் வளியின் கேட்டால் மயக்கம், தெளிவின்மை ஆகியன உண்டாகி, மரம் போலப் படுத்த இடத்திலேயே கிடக்கச் செய்யும்.
- ❖ வளி நோய்களில் ஈடுபட்டு மெலிந்த நிலையில் உடல் முழுமையுமோ ஒரு பகுதியோ புண் போல நோகும்.
- ❖ உடல் சுரம் காணும். இது வளிசுரம் எனக் கூறப்படும்.
- ❖ வளியுடன் அழல் கூடின் உடல் முழுமையும் கனத்துத் தோன்றும்.
- ❖ வளி நோய்களில் பக்கவாதம், கரபாதசன்னி முதலியவற்றில் காணும் திமிர்தல் போல இடப்புறம் அல்லது வலப்புறம் திமிரை உண்டாக்கும்.
- ❖ வளி மீறுவதால் மந்த குணம் ஏற்படும். சத்துவ, இரசோ குணங்கள் குறைந்து வேலைகளில் மனம் சரியாக ஈடுபடாமல் சோம்பித் திரியச் செய்யும்.

- ❖ உடலின் நிறம் வளியின் மிகுதியால் கறுப்பு நிறமாகக் காணும்.
- ❖ நரம்புகளில் புடைத்தல், புடை நரம்பேறல், கடை நரம்பு உருகல் என்னும் மூன்று பாதிப்புகள் வளி மீறுதலால் ஏற்படும்.
- ❖ மன அச்சம், திடுக்கிடுதல் என்னும் இவைகளால் நெஞ்சில் ஒரு வித பாதிப்பு ஏற்படும்.

4

மூட்டு வாத நோய்கள்

முன்னுரை

வளி நோய்களில் மிக முக்கியத்துவம் வாய்ந்தது மூட்டு வாத நோய் என்பதால் பல நூலாசிரியர்களும் இதைத் தனித்து வகைப்படுத்தி ஒவ்வொன்றுக்கும் தனித்தனியாக குறிகுணங்களைக் கூறியுள்ளனர். கீல்களில் வளித்தாது மீறி நின்று நோயை உண்டாக்குவதால் 'கீல்வாயு' என்றும், மூட்டுகளில் நோயை உண்டாக்குவதால் 'மூட்டுவலி' என்றும், பெரும்பாலும் மேக நோய்க்குத் தொடர்பு நோயாக வருவதால், 'மேகசூலை' என்றும், பூட்டுகளை முடக்கி வைப்பதால், 'முடக்குவாயு' என்றும் வயிற்றில் மந்தம் உண்டாகி ஐயம் பெருகி இந்நோய் உண்டாவதால் 'ஆமவாதம்' என்றும் பெயர் பெற்றது.

வளி தன்னிலையில் அதிகரித்து நிற்கும் நிலையில் கை, கால் மூட்டுகள் யாவும் வலியுடன் காணும். குடல் புரட்டிக் கொண்டு, மலம் சிறுநீர் ஆகியவை சரியாக வெளியாகாமல் கட்டுப்படும். குளிர்காய்ச்சல், உடம்பெல்லாம் குத்துவதுபோல் வலி உண்டாகும். மலம் வெளியாகாததால் குதப் பகுதி இறுக்கமாகக் காணும். அதி வியர்வையும் காணும் என்று "காவிய நாடி" என்னும் நூல் வளி மீறினால் ஏற்படும் மூட்டுவலி நோயின் தன்மையை விளக்குகிறது.

"சபாபதி கையேடு" என்னும் நூலில் கூறியுள்ளபடி வளித்தாதுவும் ஐயத்தாதுவும் தன்னிலையில் கேடடைவதால் மூட்டுகள் எல்லாவற்றிலும் வலிப்பதும், பின் சுரம் காய்ந்து வீங்கிக் கொள்வதுமாக இருக்கும். மூட்டுகளில் நீர் சுரந்து வீங்கி, தாங்க முடியாத வலியை ஏற்படுத்தும் என்று அறிய முடிகிறது. வளியுடன் அழல் தாதுவும் மீறி நடக்கும் பொழுது மூட்டுகள் தோறும் வலி உண்டாகும் என்பதை அறிய முடிகிறது.

வளி தனித்தேனும், அழல், ஐயத் தாதுக்களுடன் இணைந்தேனும் கேடடைவதன் அளவாக இந்நோய் 10 வகையாகப் பிரிக்கப்பட்டுக் குறிகுணங்கள் விளக்கப்பட்டுள்ளன. அவற்றை இனிக் காண்போம்:

1. வளிக் கீல்வாயு

- இந்நோயில் வளியின் மீறல் காரணமாக மூட்டுகளில் குத்தல் வலியும் வீக்கமும் காணும்.
- வாய், தொண்டை, வறளும் .
- காய்ச்சல், தலைவலி முதலியன காணும்.
- மார்பு இயற்கைக்கு மாறாக அதிகத் துடிப்புடன் காணும்.
- வீக்கமும் வலியும் நாளுக்கு நாள் அதிகரித்து மிகவும் துன்புறுத்தும்.
- கால் கணு, தொடை முதல் முழங்கை தோள் வரையிலும் வலியும் வீக்கமும் காணும்.
- மலம் கட்டும்.
- வேர்வை அதிகமாகக் காணும்.

இந்நோயில் மூட்டுகள் பாதிப்பு அடைவதுடன் தமரகமும் பாதிக்கப்படுகிறது. அதனால் வலி ஏற்படுவதுமான குறிகுணங்கள் கூறப்பட்டுள்ளன.

2. அழல் கீல்வாயு

இது வளித்தாது தன்னிலையில் மிகுந்துள்ள போது, அழல் தாதுவை தூண்டக்கூடிய உணவு, செய்கை முதலியவற்றால் பிறக்கும் நோயாகும். இந்நோயில் மூட்டுகளில் உண்டாகும் வீக்கம் நாளுக்குநாள் பெருத்துக் கொண்டே வந்து, மருத்துவத்துவத்திற்கும் கட்டுப்படாமல் இருக்கும்.

அழல் குற்ற மிகுதியால் கீல்களிடையே உள்ள பசை வறண்டு, கீல் அசையும் போதெல்லாம் நட்டை உடைதலும், கலுக் கலுக் கென்ற ஓர் ஒலி உண்டாவதுமாய் இருக்கும். சில வேளைகளில் கீலுக்குக் கீல் கூடி ஒட்டிக் கொண்டு ஒரு கழிபோல மடக்க முடியாமலே நின்றுவிடுவதும் உண்டு. இந்நோயில் சிறு சுரமும் வரும்.

3. ஐயக் கீல்வாயு

இந்நோயில் வளி மீறல் இருக்குங்கால் ஐயத்தாது மிகுதியும் பாதிப்படைவதால் 'சேட்ப சீதமாய்த் துடைத்து' என்று "தேரன் மருத்துவ

பாரதத்தில்" கூறியவாறு உடலை இளைக்கச் செய்யும் குறிகுணங்களைக் கொண்டுள்ளது.

- உடல் இளைத்து உருவத்தை மெலிவாக்கும்.
- உணவு உட்கொள்வது சுருங்கும்.
- தூக்கமின்மை உண்டாகும்.
- மூட்டுகளில் தாங்கமுடியாத வலியை உண்டாக்கும். வீக்கம் காணப்படும்.
- இருமல், விக்கல், வாந்தி போன்ற குறிகுணங்களுடன் உடல் வெளுத்து, பாண்டு நோயையும் சோபை நோயையும் உண்டு பண்ணும்.

ஐயத்தைத் துணை கொண்டெழும் இந்நோயில் மாலைப் பொழுதாகிய ஐய வேளையில் உடல் குளிர்ந்து சுரம் உண்டாகி உடலை நாளுக்கு நாள் இளைக்கச் செய்து, கீல்கள் வீங்கி, அவ்வீக்கம் எளிதில் தீராமல் உள்ளுக்குள்ளே புண்பட்டு சீழ் சேர்ந்து எலும்பைத் துளைத்துக் கொண்டே அழுகச் செய்யும். அல்லது மூட்டுகள் வீங்கி நீர் கோர்த்து நரியின் தலைபோலக் காணும். முழங்கால் மூட்டு இதில் அதிகமாகப் பாதிக்கப்படும். இதனால் கால்களை நீட்டவும் மடக்கவும் முடியாமல் துன்புறுத்தும். முதுகுத் தண்டு, இடுப்பு, தொடைச் சந்திடுக்கு, முதலிய மூட்டுகளிலும் இந்நோய் உண்டாகும்.

4. வளி அழல் கீல்வாயு

இந்நோய் பெரும்பான்மையும் வளித் தாதுவையும் அழல் தாதுவையும் பெருக்கக் கூடியதான ஆட்டுக்கறி, மீன், முட்டை, உருளைக்கிழங்கு, சுறாமீன் முதலிய பண்டங்களை மிகுதியாகப் புசிப்பதாலும், கள், சாராயம் முதலியவற்றை அடிக்கடி அருந்துவதாலும், உண்ட உணவுக்குத் தகுந்த உழைப்பு இல்லாமையாலும் வரும் நோயாகும். இந்நோயில் முதலில் உண்ட உணவு செரியாமல் புளித்த ஏப்பம் உண்டாதல், வயிற்றுள் காற்றுக் கூடி அடிக்கடி காற்றுப் பரிதல் (குசு), மலக்கட்டு, உடல் பெருத்தல் ஆகிய குறிகளைக் காட்டி மணிக்கட்டு, கணுக்கால், விரல்கள் ஆகிய கீல்களில் சிவந்து எரிச்சலையும் வலியையும் உண்டாக்கும். இந்நோய் எளிதில் மருத்துவத்திற்கு அடங்கினும் மீண்டும் திரும்பி வருவதுமாயிருந்து, அக்கீல்கள் கரடுகட்டினது போல நன்றாய் நீட்டவும் மடக்கவும் முடியாத வண்ணம் நிலைத்துவிடச் செய்வதுமுண்டு. மேலும் இந்நோயில் தூக்கமின்மை, படுக்கையில் நிலையாமல் புரளல், சிறு சுரம் முதலிய குறிகளும் காணும்.

5. வளி ஐயக் கீல்வாயு

வளித் தாது மிகுந்த நிலையில் ஐயத்தைப் பெருக்கக் கூடிய உணவு முதலியவைகளாலும், குளிர்காற்று, மழை, பனி முதலியவைகளில் திரிதலாலும், ஓதம் உள்ள இடங்களில் படுத்துத் தூங்குவதாலும், உடல் வன்மைக்கு மிகுதியாக உழைத்தலாலோ, மனக்கவலையாலோ இந்நோய் பிறக்கும் என்பர்.

இந்நோயில் தன்னளவில் மிகுந்த உயிர்த் தாதுக்கள் கீல்களுள் தங்கி அங்கு இயற்கையாக உள்ள ஐயத்தின் நீர்த்துவத்தைப் பெருக்கி வீங்கச் செய்யும். வீங்கிய முட்டியில் தாங்க முடியாத வலி, குத்தல், குடைதல் உண்டாவதோடு, கை கால்களை நீட்டவும் மடக்கவும் ஒட்டாமை, தூக்கமின்மை, நாளுக்குநாள் உடல் இளைத்தல், அக்குள், தொடையிடுக்கு இவைகளில் கழலை போல நெரி கட்டிக் கொள்வதுமாகவிருந்து, வீக்கங்கண்ட கையோ காலோ சூம்பி மெலிவடைந்து செயலற்றுப் போகும்.

6. அழல் வளிக் கீல்வாயு

ஏற்கனவே வளித் தாது உடலில் கேடடைந்த நிலையில் இருக்கும்பொழுது அழலினைப் பெருக்கக் கூடிய செயல்களான வெயிலில் திரிதல், புளிப்பு, துவர்ப்பு உள்ள பொருள்களை மிகுதியாகப் புசித்தல் என்பவைகளாலும், மனக் கவலையாலும் வளியோடு அழலும் சேர்ந்து பாதித்து இவ்விரண்டிற்கும் துணையாகப் பரவுகால், மேல்நோக்குக்கால் கூடி வாய் கசப்பு, புளியேப்பம், மயக்கம், குருதிவாந்தி, ஈறுகளிலிருந்து குருதிவடிதல் அல்லது குருதிக் கழிச்சல் என்னும் குறிகுணங்களைக் காட்டிப் பின் கணுக்கால் வீங்கும். வீங்கிய கணுக்கால் சிவந்து மடக்கவும் நீட்டவும் முடியாமல் மிகுதியும் வலித்தல், குத்தல், நோதலுமாக இருக்கும். தக்க மருத்துவம் செய்யாவிடில் முட்டிகளில் கரடு கட்டிவிடும்.

7. அழல் ஐயக் கீல்வாயு

இந்நோய் அழல் தாது மிகுந்த காலத்தே குளிர்ச்சியைத் தரும் பொருள்களை உண்பதாலும், குளிர்காற்றில் ஈடுபடுவதாலும் ஐயம் பெருகி, அழலுடன் கூடி உண்டான நோய் எனக் குறிக்கப்படுகிறது. அன்றியும் இந்நோய் மிகு கலவியால் உண்டான மேகத்தின் தொடர்பாகவும் வரும் என அறிதல் வேண்டும்.

நோய் பிறக்கும்போதே தன்னுடன் தலைநோய், வாந்தி, வாய் குமட்டல், மயக்கம், உடல் முழுமையும் நோதல் என்னும் குறிகளைக் காட்டிப் பெருஞ்சுரம் உண்டாகி முழங்கால், முழங்கைகளின் கீல்களில் வீக்கம் காணும். அக்கீல்கள்

மடக்கவும் நீட்டவும் முடியாமல் குத்திக் குடைந்து, வலித்து நீண்ட நாள் வரையிலும் நோய் நீங்காமல் நிற்கும். நாள் செல்லச் செல்ல அக்கீல்கள் அளவில் பெருத்துக் கொண்டு, நரியின் தலையைப் போல அடி பெருத்தும் நுனி சிறுத்தும் நீண்டும் காணும்.

8. ஐய வளிக் கீல்வாயு

இந்நோயில் ஐயத் தாதுவைப் பெருக்கக்கூடிய உணவு வகையாலும், மிகுதியாய் கள் முதலியவற்றைக் குடிப்பதாலும், அடிக்கடி கலவியில் ஈடுபடுவதாலும் உண்டான ஐயம் கீல்களில், அதனிலும் பெருங்கீலாகிய முட்டியிலும் தங்கிப் பெருத்து நீர்கோர்த்து வரும் நோயாகும். நோய் பிறக்கும்போதே குளிர்சுரம், உடலெல்லாம் நோதல் முதலியன ஏற்பட்டு, முட்டி நொந்து சிவந்து வீங்கும். அவ்வீக்கம் எளிதில் நீங்காமல் நின்று கீலுக்கும் மேல் மூடித் தோலுக்கும் இடையில் உள்ள இடத்தே நீர்க்கோர்த்துப் பெருத்துக் கொண்டே வரும். அக்கீல் அசைக்கவும் மடக்கவும் நீட்டவும் முடியாமல் தாங்க முடியாத வலியைத் தரும்.

9. ஐய அழல் கீல்வாயு

குளிர்ச்சி தரும் உணவு, குளிர்காற்று முதலியவற்றால் ஐயக்குற்றம் மிகுந்து தன்னிலை திரிந்த அழல் தாதுவுடன் கூடி நோய்முகமாகத் திரும்பி மூக்கில் நீர்ப்பாய்தல், தொண்டைகட்டல், தும்மல், இருமல், வாந்தி, உடம்பெல்லாம் நோதல், அஞ்சக் கூடியவாறு சுரம் காய்தல் என்னும் முற்குறிகளைக் காட்டும். கீல்களில் குத்தல் முதலிய வலியை உண்டாக்கி வீங்கச் செய்யும். அன்றியும் கீல்களை நீட்டவும் மடக்கவும் முடியாமல் செய்யும். தக்க மருத்துவத்தில் எளிதில் தீரும்.

10. முக்குற்றக் கீல்வாயு

இது முத்தாதுக்களும் கேடடைந்து வரும் சன்னிநோயோடு கூடிய கீல்வாயு ஆதலால் இந்நோயில் முதலில் மூட்டுகள் வீங்கும். மற்றைய கீல் வாயுக்களைப் போல் சுரம் முதலிய குறிகுணங்களோடு நெடுநாள் வரை வாட்டி ஐயத்தைப் பிறப்பிக்கும். மூட்டு வீக்கத்தை நாளுக்கு நாள் பெருக்கச் செய்து, சீழ்கோர்த்து, அச்சீழ் மூட்டுக்கு மேலும் கீழுமாய்ப் பாய்வதோடு மீளா ஐயத்தையும் உண்டாக்கும். சன்னி குறிகள் அனைத்தும் முதிர்ந்து நின்ற காலத்தேயும் இந்நோய் காணக்கூடும். தக்க மருத்துவம் செய்யாவிடின் கொன்றுவிடும்.

கீல்வாயு நோயில் ஏற்படும் வாயுக்களின் பாதிப்பு

தன் செயல், புறச்செயல், நிலத்தில் எழும் தட்பவெப்பங்கள் ஆகியவற்றால் வளித் தாது மிகுந்து ஐயத்தைத் தனக்குத் துணையாகக் கொண்டு, வளியின் தொழில் செய்யும் வாயுக்கள் அல்லது கால்கள் ஆகிய ஐந்தில் பரவுகால் என்ற வியானவாயு, கீழ்நோக்குக்கால் என்னும் அபானவாயு ஆகியவற்றைத் தூண்டி வீங்கி, நீர் கோர்த்தலையும், அசைய ஒட்டாமையையும் செய்யும். ஓரிடத்திலுள்ள வீக்கத்தை மற்றோரிடத்திற்கு மாற்றுதலும் செய்யும். பரவுகாலின் பாதிப்பால் கீழ்நோக்குக்கால் பாதிப்படைவதால் மலமும் சிறுநீரும் கட்டுப்படும்.

மூட்டு வாத நோய்கள் - பிற நூலோர் கருத்து

"ஆத்மரட்சாமிர்தம்" என்னும் "வைத்திய சார சங்கிரக" நூலில் சூலை நோய்ப் படலம் என்ற தலைப்பில் மூட்டு வாத நோய்க் குறிகுணங்கள் வகைப் படுத்தப்பட்டுள்ளன. அவை பின்வருமாறு:

1. வளி சூலை

உடல் கனத்துத் திமிராய் விறுவிறுத்துப் பிடரியையும் பாதத்தையும் பற்றி இழுத்து, கை, கால் விரல்கள், மொளி முதலான பொருத்துகள் வீங்கி, கறுத்துளைந்து, நடக்கவொட்டாமல் முடங்கி மலம் சிக்கும். குளிர் காலத்தில் அதிகரிக்கும்.

2. வளி வாயு சூலை

பிடரி, கழுத்து, மூட்டுகள், முள்ளந்தண்டு, நெஞ்சு, விலா மூட்டுகள் உளைந்து குத்தி வலித்து, காலை நேரத்தில் வயிறு கடலிரைச்சல் போல் இரையும்.

3. வளி நீர் சூலை

உடல் புண் போல் உளைந்து, கைகால் விரல்கள் வீங்கித் திமிராய் விறுவிறுத்து, மெய் வியர்த்துக் குளிர்ந்து, முகம் தலை வெதும்பி ஐயமும் பித்தமும் மீறி ஓடும்.

4. வளி சுரோணிதச் சூலை

நரம்பு வழி நீர் சென்று உடலில் பாய்ந்து அசைவுகள் வீங்கி வலிக்கும்.

5. வளி பித்தச் சூலை

கை, கால் பொருத்துகளில் கரடு கட்டி, மேனியெல்லாம் துடித்துப் புண்ணாகும்.

6. சன்னி வளி சூலை

கை, கால் மூட்டுகளில் மோது (கரடு) கட்டி, மேனி வீங்கி, அயர்ந்து நரம்பு தோன்றி, நா குழறி, செவி மந்தித்துக் காணும்.

7. அழல் சூலை

உடம்பு உஷ்ணத்தால் வறண்டு கடுத்து, அசதியால் நடுங்கித் தலை வலித்து, வாய் கசந்து, கண், மூக்கு நீர் மஞ்சளாகி, கைகால் பொருத்துகள் உளைந்து விறுவிறுத்து மோது கட்டும்.

8. ஐயச் சூலை

கை, கால், நெஞ்சு இவைகளில் குத்தி, நெஞ்சு வறண்டு இருமிக் கபம் கட்டும்.

9. சுக்கிலப் பிரமேகச் சூலை

தேகத்தில் அக்கினி அதிகரித்து, நீர்த் தாரையில் சுக்கிலம் சீழ், இரத்தம் போலிறங்கித் தேகத்தில் குத்தலும் வலியும், கை கால் மூட்டுகளில் வீக்கமும் காணும்.

10. கிரந்தி சூலை

கிரந்தி நோயால் கை, கால் பொருத்துகளில் நீர் கட்டி வீங்கிக் கடுத்து, கரடுகட்டி வெடித்துச் சீயும் சலமும் வடிந்து, இந்திரியம் முரிந்து, நீர் கடுத்து இறங்கும்.

11. மாங்கிசச் சூலை

மூட்டு முதலான அசைவு உண்டாகும் இடங்களில் வீக்கம் ஏற்பட்டு, வெடித்து நொந்து, புலால் நாறி, தேகம் வற்றும்.

12. நீர்ச் சூலை

புறங்காலில் தினவுண்டாகி வீங்கிப் பொருத்துகள் உளைந்து குத்தி, வாயில் கொப்புளம் போல் திரண்டு உடையும்.

13. விடநீர்ச் சூலை

கிரந்தி நோயால் விடநீர் நரம்பு வழியாக தேகத்தில் பரவி, அக்கினி போலெரிதலும் குத்தலும் கண்டு, விரல் முதலான அவயங்கள் வீங்கி, மூட்டுகளில் மோது கட்டி வெடித்து, எலும்புகள் தெரித்து விழும்.

14. என்பு சூலை

முழங்கால், முழங்கை முதலான மூட்டுகளில் மோது கட்டிக் குத்தி உளைந்துக் கடுத்து வெடித்துச் சீயும் சலமும் சிந்தி, எலும்பு தெறித்து விழுந்து, கை கால் முடங்கித் தாது கெடும்.

15. விடப்பித்தச் சூலை

இருவிழி, உதடு, நா, பல் கறுத்து, தேகம் வீங்கி, பொருத்துகள் உளைந்து நொந்து மோது கட்டும்.

16. பாண்டு சூலை

தேகம் வற்றி, நரம்பெல்லாம் வாயு மிகுந்து, நெஞ்சில் குத்திச் சுரம் மாறாமலிருந்து கை, கால் கனத்து மூட்டுகளில் கரடு கட்டி இருமலெடுத்தால் பாண்டு சூலை எனப்படும்.

17. வாதப் பாண்டு சூலை

முகம், வயிறு, அரை, தொடை, புறங்கால் முதலியன அதைத்து அயர்ந்து விறுவிறுத்து, அசைவுகளில் மோது கட்டி இருக்கும்.

18. பித்தப் பாண்டு சூலை

வயிறும் தொடையும் வீங்கிப் பொருத்துகளில் குத்தெடுத்துக் கிறுகிறுத்துக் கண், முகம், நீர், மலம் முதலியன கறுக்கும் அல்லது மஞ்சளிக்கும்.

19. விடப் பாண்டு சூலை

உடலின் ஒரு பக்கம் வீங்கி உளைந்து கடுப்பெடுத்து, கண் வெளுத்துத் தாகம் மிகுந்து, சோம்பலும் பெருமூச்சும் உண்டாகும்.

20. சுரச் சூலை

தேகத்தில் சுரம் மிகுந்து, கால் கை ஓய்ந்து, இடுப்பிலும் மூட்டுகளிலும் குத்தலுண்டாகி, விரல்களெல்லாம் விறுவிறுத்து வலிக்கும்.

21. அத்தி சுரச் சூலை

தேகம் மிகக் கொதித்துப் பாவை போல் வற்றி, நகக்கண்ணில் குத்து எடுத்து, புத்தி மயக்கமாகிப் பொருத்துகள் வீங்கிக் கட்டும்.

22. சுரமுறு சூலை

சுரம், தலை வலி, தேகத்தில் வீக்கம், பலவீனம் உண்டாகி, மூட்டுகள் வீங்கி மோது கட்டும்.

23. அண்ட வாயு சூலை

முகம், வயிறு, முதுகு, இடுப்பு, தொடை, புறங்கால் முதலியன நொந்து அயர்ந்து விறுவிறுத்து, அசைவுகளில் மோது கட்டும்.

24. மூலப்பாண்டு சூலை

தேகம் வறண்டு வெளுத்துத் திமிர் ஏறி வீங்கி, கை கால் உளைந்து, பொருத்துகளில் மோது கட்டி, மலம் சிறுத்து, தூக்கம், அசதி, ஆயாசம் காணும்.

25. வளிப் பாண்டு சூலை

முகம், வயிறு, முதுகு, இடுப்பு, தொடை, புறங்கால் முதலியன நொந்து அயர்ந்து விறுவிறுத்து, அசைவுகளில் மோது கட்டும்.

26. அந்தரவாயு சூலை

குறுக்கு, பிடரி நொந்து, சுரம் காய்ந்து, ஒரு பக்கத்து விரையில் வாயு இறங்கி மேல் நோக்கி ஏறும்.

"அகத்தியர் குணவாகடத் திரட்டு" மற்றும் "திருமூலர் கருக்கிடை வைத்தியம் 600" என்னும் இரு நூல்களிலும் மூட்டு வாத நோய்கள் சூலை நோய்ப் பிரிவுகளிலேயே கூறப்பட்டுள்ளன. இரு நூல்களிலும் ஒரே விதமாகவே இந்நோய்கள் கூறப்பட்டுள்ளன. அவை வருமாறு:

1. வளி சூலை

இந்நோயில் கை, கால் மூட்டுகள் எல்லாம் புண் போல வலித்து நோவும். மூட்டுகள் வீங்கிக் காணும். உடல் நாளுக்குநாள் மெலிந்து கொண்டே வரும்.

2. அழல் சூலை

இந்நோயில் உணவில் உருசி கேடுற்று, உண்ட உணவும் வாந்தியாகும். கை, கால் மூட்டுகள், முள்ளந்தண்டு ஆகியவைகள் மிகுதியும் வலிப்பதுடன், அவற்றில் எரிச்சலும் நிலையாகக் காணும்.

3. ஐயச் சூலை

இந்நோயில் உடல் இளைத்துக் காணப்படுவதுடன், வறட்டிருமல் அதிகமாகக் காணும். கை, கால் முழுதும் குத்துவது போன்று மிக்க வலியை உண்டாக்கும். ஐயக் குற்றம் மேலும் மிகுவதால் நெஞ்சில் கோழையைத் தோற்றுவிக்கும்.

4. வாதப் பித்தச் சூலை

வளி, அழல் தாதுக்கள் கேடடைந்து வரும் இச்சூலை நோயில் கை, கால் மூட்டுகளில் கரடு கட்டும். உடம்பு முழுதும் வெடித்துப் புண்ணாகும் இந்நோய் மிகவும் துன்புறுத்திக் கொல்லும் தன்மையுடையதாம்.

5. கப வாதச் சூலை

இந்நோயில் கபாலத்தில் ஆங்காங்கு புண்கள் ஏற்படும். கபாலம் புடைத்துக் காணும். காலில் ஆணி போன்றன ஏற்படும். மிகுதியும் தாங்க முடியாத குளிர்சுரம் ஏற்படும். எலும்புகள் எல்லாம் வன்மை குன்றிக் காணும்.

"அகத்தியர் வைத்திய காவியம் 1500" என்ற நூலிலும் மூட்டு வாத நோய்க் குறிகுணங்கள் சூலை நோய் என்ற தலைப்பிலேயே தரப்பட்டுள்ளன. அவை பின்வருமாறு:

1. வளி சூலை

இந்நோயில் கை, கால் மூட்டுகள் யாவும் மிகவும் கடுப்புடன் வலியைக் கொண்டிருக்கும். அடிக்கடி சுரமும் காணும். மூட்டுகள் வீக்கமாக இருப்பதுடன் நீர் சுரந்தும் காணும். தேகம் முழுதும் இளைத்திருக்கும்.

2. அழல் சூலை

இந்நோயில் உணவு செல்லாது. உருசியின்மை காணும். உண்ட உணவும் வாந்தியாகும். கை, கால், உடல் முழுமையும் வலிப்பதுடன், எரிச்சலும் காணும்.

3. மார்பு சூலை

இந்நோயில் கை, கால், நெஞ்சு ஆகியவற்றில் குத்தி வலிப்பதுடன், வறட்சியுடன் கூடிய இருமலும் காணும். வளியானது மார்பில் சென்று தாக்கி, அங்கு மீறி நின்று உதானத்தின் தூண்டுதலால் கோழை வெளியாகும்.

4. வளி அழல் சூலை

இந்நோயில் கை, கால் மூட்டுகள் கரடு கட்டிக் காணப்படும். உடல் முழுதும் வெடித்துப் புண்கள் தோன்றும். இது அரிதில் தீரும்.

5. சமவளி சூலை

இந்நோயில் உருசியின்மை காணும். கபாலத்தில் புண்ணாகும். காலில் ஆணி, எலும்பு முழுதும் கறுத்தல், கழிச்சல், மிக்க தாகம், குளிர் சுரம் முதலியன உண்டாகும்.

மூட்டு வாத நோயில் கட்டு வகை மருத்துவம்

- ❖ கீல்வாயு நோயில் சில மூலிகை வகைகளைத் தனித்தோ, சேர்த்தோ, அவைகளை அரைத்தோ, வதக்கியோ கீல்களில் கட்டலாம், பிரம்மி இலை, வேளை இலை, முருங்கைக் கீரை, தராக் கீரை ஆகியவைகளைக் கட்டு மூலிகைகளாகப் பயன்படுத்தலாம்.
- ❖ அண்டவாத நோயில் விரை வலிக்குப் புங்கம் கொழுந்தை எருக்கம்பால் விட்டுக் குழைத்து வலியுள்ள விரையின் மேல் தடவ, வலி நீங்கும்.

ஒற்றடம்

- ❖ கீல்வாயு நோயில் வாதகேசரி எண்ணெய், எட்டித் தைலம், குக்கில் தைலம், சடாமாஞ்சில் எண்ணெய், உளுந்து எண்ணெய் முதலியவற்றைத் தடவி, நோயில் பாதிக்கப்பட்ட தாதுக்களுக்குத் தகுந்தாற்போல நொச்சி, தழுதாழை, வாதநாராயணன், ஆமணக்கு, முடக்கறுத்தான், வல்லாரை, தரா ஆகியவற்றின் இலைகளில் ஏதேனும் ஒன்றையாவது கோதுமைத் தவிடு, செங்கல் மா, மணல் இவைகளில் ஒன்றையாவது வறுத்துக் கிழிகட்டி ஒற்றடமிடச் செய்யலாம். மெழுகுத் தைலம் தடவியிருந்தால் ஒற்றடமிடக்கூடாது. கம்பளப்பட்டியைச் சுற்றி வைத்தால் போதுமானது.
- ❖ புளியிலை, நொச்சியிலை, பொடுதலை இலை, குதிரை வாலிக் கொடி, நரிப்பயற்றம் கொடி இவ்வைந்தையும் தண்ணீர் விட்டுக் காய்ச்சி முழங்காலில் ஒற்றடமிட்டு, அந்த நீரை விட்டுக் கழுவி, பின் இவ்விலைகளை வைத்துக் கட்டி வரலாம்.

மூட்டு வாத நோயில் சிறப்பு மருத்துவ முறைகள்

மரு.க.நா. குப்புசாமி முதலியார் அவர்களால் இயற்றப்பட்ட "சித்த மருத்துவம்" என்னும் நூலில் பத்து வகையான கீல்வாயு நோய்களுக்கும் அவர்களால் கையாளப்பட்டு வந்த மருத்துவ முறைகள் கீழ்க்கண்டவாறு கூறப்பட்டுள்ளன:

1. வளிக் கீல்வாயு

இந்நோயில் பரவுகால் மற்ற கால்களைக் காட்டிலும் மிகுதியாகச் செயலில் பெருகுமாதலால் அதனைத் தன்னிலைப் படுத்தும் பொருட்டு, ஒன்று அல்லது இரண்டு மூன்று முறை கழிச்சல் ஆகும்படி, இரண்டு அல்லது மூன்று அட்டபைரவ மாத்திரைகளைச் சிற்றரத்தை ஒரு பலத்தை நன்றாக இடித்து, நன்றாய்க் கொதித்த நீரிலிட்டு அரைமணி நேரம் ஊறிய பின்னர் வடித்த குடிநீருடன் கொடுக்க வயிறு கழியும். நோயில் சுரம் தொடர்ந்து வருமட்டும், வாரத்துக்கு ஒரு முறையாய் நோய் தீரும் வரை இக்குடிநீரைக் கொடுத்து வருவது நல்லது.

சுரம் இல்லாவிடின் சிவதை, நிலாவாரை, காக்கட்டான் வேர் வகைக்கு 1/2 பலம். சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சிற்றரத்தை, பேரரத்தை, கண்டுபாரங்கி வகைக்கு அரைக்கால் பலம் கூட்டி இடித்ததை நான்கு பங்குகளாக்கி, ஒரு பங்கைக் குடிநீரிட்டு மாத்திரையுடன் வழங்கலாம்.

சுரம் அல்லது நோய் வன்மை குறைந்து வரும்பொழுது மேகநாதத் தைலத்தில் கால் முதல் அரை அவுன்சு வரையில் கொடுத்து, வாரத்திற்கு ஒருமுறை கழிச்சலுக்குக் கொடுக்கலாம்.

உள் மருந்து

- கழிச்சலுக்குக் கொடுத்த மறுநாள் வங்கச் சுண்ணம் ஒரு துவரை அளவும் பூரண சந்திரோதயச் செந்தூரம் ஒரு உளுந்தளவும் கூட்டித் தேனில் குழைத்துக் கொடுத்து, சிற்றரத்தை ஊறல் குடிநீர் கொடுக்கவும்.
- சுரம் மிகுதியாகக் காய்ந்தால் மேற்படி மருந்துடன் ஒரு வசந்த குசுமாகர மாத்திரை வைத்துத் தேனில் இழைத்துக் கொடுத்தபின் நிலவேம்புக் குடிநீர் கொடுக்கவும்.
- இந்நோயில் தமரக வாயு மிகுந்து, நாடி படபடத்து, மார்பு துடிக்குமாயின் உணவு போல் தமரகக் குடிநீரைக் கொடுக்கலாம்.

வெளி மருந்து

சுரமுடன் மூட்டுகள் சிவந்து காணும் வேளையில் ஒற்றடம் இடுவது நன்றன்று. ஆதலின் மெழுகுத் தைலம், குக்கில் தைலம், உளுந்துத் தைலம் போன்றவற்றைக் கொண்டு மெலிதாகப் பூசிப் பட்டிகட்டி வைத்தால் போதும். கீல்களின் சிவப்பு நீங்கிய பின், வாதகேசரித் தைலத்தைப் பூசி, நொச்சியிலையை வதக்கிக் கட்டி ஒற்றடமிடலாம்.

2. வளி அழல் கீல்வாயு

இந்நோயில் தன்னிலை திரிந்த வளி, அழலுடன் சேர்வதால், அவற்றைப் போக்கும் பொருட்டு வாந்தி செய்வித்து, கழியச் செய்வது நன்று. கழிச்சலையும் வாந்தியையும் உண்டாக்கக் கூடியதான கோடாசூரி அல்லது சஞ்சீவி மாத்திரைகளில் ஏதேனும் ஒன்றில் இரண்டு மாத்திரைகளை உத்தாமணிச் சாற்றில் ஒரு உச்சிக்கரண்டி அளவில் குழைத்துக் கொடுத்து ஒன்று அல்லது இரண்டு முறை வாந்தியை உண்டாக்கிக் கழியச் செய்வது நல்லது. அல்லது மாந்த எண்ணெயில் அரை அல்லது ஒரு உச்சிக்கரண்டி கொடுக்கலாம்.

உள் மருந்து

- ❖ வங்கச் சுண்ணம், பவழப் பற்பம் ஓர் உளுந்தளவு கூட்டி, பசும்பாலில் கொடுக்கவும்.
- ❖ வங்கச் சுண்ணம், முத்துப் பற்பம், தங்கப் பற்பம் இவற்றை வகைக்கு ஒரு அரிசி எடை கூட்டிப் பசும் பாலில் கொடுக்கலாம்.

வெளி மருந்து

குக்கில் வெண்ணெய், கழற்சி வெண்ணெய், உளுந்துத் தைலம் முதலியவைகளைப் பூசிப் பட்டி கட்டவும். ஒற்றடமிடலாகாது.

3. வளி ஐயக் கீல்வாயு

வளியுடன் ஐயமும் மிகுந்தெழும் நோயாதலால் இதன் மருத்துவம் மிகவும் அறிந்து செய்தல் வேண்டும். உணவும் அதற்குத் தக்கவாறு இருத்தல் வேண்டும்.

இந்நோயில் கழிச்சலுக்குக் கோடாசூரி, மேகநாதக் குளிகை முதலியவைகளில் ஏதேனும் ஒன்றைச் சிற்றரத்தை ஊறல் குடிநீரில் கொடுக்கலாம். அல்லது

வாத நாசத் தைலம், மேகநாதத் தைலங்களில் ஏதேனும் ஒன்றை ஒரு அவுன்சு கொடுக்கலாம். அல்லதுகழற்சித் தைலத்தில் ஒரு தேக்கரண்டி கொடுக்கலாம்.

இவ்வாறு வாரத்திற்கு ஒன்று அல்லது இரண்டு முறை நோயின் வன்மைக்குத் தக்கவாறு கொடுத்தல் வேண்டும். கழிச்சலுக்கு மருந்து கொடுக்கும் நாளில் உள் மருந்துகள் கொடுத்தல் கூடாது.

உள் மருந்து

- காளமேக நாராயணச் செந்தூரம் ஓர் உளுந்தளவு, வங்கச் சுண்ணம் 2 உளுந்தளவு, தங்கப்பற்பம் ஓர் அரிசி எடை இவற்றைக் கூட்டித் தேனில் கொடுக்கவும்.
- சண்டமாருதம் ஒன்று, வங்கச் சுண்ணம் 2, பூரண சந்திரோதயம் ஒன்று உளுந்து எடைகளாகக் கூட்டித் தேனில் கொடுக்கலாம்.

வெளி மருந்து

- வாதகேசரி எண்ணெயை மெதுவாகத் தேய்த்துத் தடவி, தழுதாழையைக் கிழியாகக் கட்டி, கடுகு எண்ணெயைச் சட்டியில் இட்டுக் காப்பணம் கொடுப்பது போலத் தொட்டுத்தொட்டு ஒற்றடம் கொடுக்கவும்.
- விடமுட்டி எண்ணெயை முன்கூறியது போலப் பூசி, வால் கோதுமையை இரண்டு மூன்று கிழிகளாகக் கட்டி நீரிலிட்டு வேகவைத்துத் தாளியில் வைத்துக் கொண்டு ஒன்றன்பின் ஒன்றாக ஒற்றடங் கொடுத்துக் கொண்டே, மெதுவாய்த் தேய்த்துத் தேய்த்து எண்ணெய் போகும்படி செய்து வரவும்.
- கீல் வீங்கி நீர் கோர்த்தது போலக் காணப்படின், முசாம்பரத்தை முட்டை வெண் கரு விட்டு அரைத்துக் கனக்கப் பூசி அதன்மேல் பஞ்சு ஒட்டி அதற்கு மேல் மெல்லிய சீலையை இரண்டு மூன்று முறை சுற்றி, அதன்மேல் கிளிஞ்சல் சுண்ணமும் முட்டை வெண்கருவும் கூட்டிக் குழைத்துப் பூசிவிடவும். அது கல்போல இறுகிக் கொள்ளும். மூன்று அல்லது நான்கு நாட்கள் வரை அவ்வாறு இருக்கச் செய்து, ஐந்தாம்நாள் பற்றிட்டதைக் கத்தரித்து எடுத்துத் தேங்காய் எண்ணெயைத் தடவிவிடவும். வீக்கம் குறைந்து நீர் வற்றும். தேவையானால் மேற்கூறியவாறு மீண்டும் இரண்டு மூன்று பற்றுகள் இடலாம்.

- ❖ இதனால் நோய் நீங்காவிடின் இரண்டு மூன்று அட்டைகளை வீக்கத்தின் மீது கடிக்கவிட்டு, நீரை வாங்கும் வரையில் ஈரத்துணியிட, அவை நீரைக் குடித்துத் தானாகவே விழுந்து விடும். வீக்கம் கரையும்.
- ❖ பிரம்மி வழுக்கை இலையைச் சிற்றாமணக்கு நெய்யில் வதக்கியேனும் பச்சையாகவேனும் வீக்கத்தின் மீது வைத்துக் கட்ட, வீக்கம் கரையும்.

4. அழல் கீல்வாயு

அழல் குற்றம் தன்னளவில் மிகுதி அடைந்தமையால், இயற்கையாகக் கீல்களின் இடையில் உள்ள நீர்ப்பசை குறைந்து உலர்ந்து, கீழும் மேலும் உள்ள என்புகள் ஒன்றோடொன்று அசையும்போது தேய்ந்து பசை உலர உலர ஒன்றோடொன்று இணைந்து ஒட்டிக் கொள்ளும். அக்கீலை நீட்டவும் மடக்கவும் முடியாது. நாள் செல்லச் செல்லக் கீலும், கீலுக்குக் கீழ் உள்ள பாகமும் இளைத்துச் சூம்பிப்போகும். அதனால் தொழிலற்றுப் போகும்.

இந்நோயில் முதலில் கேடடைந்த அழல் தாதுவைத் தன்னிலைப் படுத்த பன்னீர்ப்பூ, திராட்சை, சரக்கொன்றை, நிலாவாரை இவற்றை ஓர் அளவாகக் கூட்டி முறைப்படி குடிநீராக்கி அரை முதல் ஓர் ஆழாக்கு கொடுக்க, இரண்டு மூன்று முறை வயிறு கழியும். இவ்வாறு வாரத்திற்கு இரண்டு மூன்று முறை கொடுத்து அழல் குறைந்தபின், வேண்டுமாயின் இந்நோய்க்கு முதன்மையான வளித்தாது பாதிப்பைப் போக்கும் பொருட்டு வாதகேசரி அல்லது கழற்சி எண்ணெய் முதலியவற்றைச் சிறு அளவில் கொடுக்கலாம்.

உள் மருந்து

- ❖ வங்கச் சுண்ணம் ஒரு உளுந்தெடை, மான்கொம்பு பற்பம் ஒரு உளுந்து எடை, பவழப் பற்பம் ஒரு உளுந்தெடை கலந்து நெய்யில் கொடுக்கவும்.
- ❖ காளமேக நாராயணச் செந்தூரம், பவழப்பற்பம், முத்துப்பற்பம் வகைக்கு ஒரு உளுந்தளவு நெய்யில் கொடுக்கவும்.
- ❖ பூரண சந்திரோதயம், முத்துப்பற்பம், மான்கொம்பு பற்பம் வகைக்கு ஒரு உளுந்தளவு கொடுக்கவும்.

வெளிமருந்து

- ❖ உளுந்து எண்ணெயைத் தளரப்பூசி, துணிசுற்றி வைத்து உலர்ந்துபோகப் போகக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அவ்வெண்ணெயை அதன்மேல் தெளித்துக் கொண்டே வரவும்.

- வல்லாரை நெய், குக்கில் வெண்ணெய் போன்றவைகளைப் பூசி வைக்கவும்.

5. அழல் வளிக் கீல்வாயு

இந்நோயில் வளிக் குற்றமும் அழல் குற்றமும் கேடடைவதன்றி அவைகளுக்குத் துணையாகப் பரவுகால், மேல்நோக்குக் கால் ஆகிய இரண்டும் கூடி வருமாதலால் இவைகள் யாவற்றையும் தன்னிலைப்படுத்தக் கூடிய முறையில் முதன்மையாக அழல் தாது மிகுதியைக் குறைக்கும் பொருட்டுக் குளிர்ச்சி தரத்தக்க குடிநீர் வகைகளைக் கொண்டு கழிச்சல் உண்டாக்கிய பின் மற்றவைகளைக் கவனிக்க வேண்டும். கழிச்சலுக்கு ரோசாப்பூக் குடிநீர் வழங்க வேண்டும்.

உள் மருந்து

- காளமேக நாராயணச் செந்தூரம், வங்கச் சுண்ணம், வெள்ளிப் பற்பம் வகைக்கு உளுந்தளவு எடுத்துத் தேனில் கொடுக்கவும்.
- பூரண சந்திரோதயம், முத்துவங்கச் சுண்ணம் ஆகியவற்றில் வகைக்கு ஒரு குன்றி அளவு தேனில் தரலாம்.

வெளி மருந்து

- குக்கில் வெண்ணெயைக் கனக்கப் பூசி, பட்டுத் துணியைக் கொண்டு பட்டி கட்டுவதுபோலக் கட்டி வைக்கவும். வீக்கத்தின் சிவப்பு மாறியபின் உளுந்து எண்ணெய் பூசி, இலந்தை இலையைச் சிதைத்துக் கிழிகட்டி, குறுவை அரிசி மாக்கஞ்சியைக் கொண்டு பிழிச்சல் கொடுக்கவும்.
- கீல்கள் மிகச் சிவந்து வலி கொடுக்குமாயின் காவிக்கல், காந்தக்கல், கழற்சிப் பருப்பு இவைகளை ஓர் அளவாகக் கொண்டு முட்டை வெண் கருவால் மைபோல் அரைத்து முட்டிக்குப் பற்றிட்டுச் சீலை சுற்றி வைக்கவும். இரண்டு மூன்று நாள் சென்றபின் அடிக்கடிப் பற்றிடவும்.

6. அழல் ஐயக் கீல்வாயு

இந்நோய் மேகநோயைத் துணை கொண்டு வருவதால், அதனைப் போக்கக் கூடியதான கழிச்சல் மருந்துகளையும் உள் மருந்துகளையும் கையாளுதல் வேண்டும். கழிச்சலுக்கு மேகநாதத் தைலம். இரசத் தைலம், கழற்சித் தைலம் போன்றவைகளுள் ஒன்றைத் தக்க அளவில் கொடுத்தல் நன்று.

உள் மருந்து

- ❖ இரசச் சுண்ணம் ஒரு கடுகளவு, வங்கச் சுண்ணம் ஒரு குன்றியளவு. இரண்டையும் கூட்டி வெண்ணெயில கொடுக்கலாம்.
- ❖ காளமேகம், தாளகச் செந்தூரம் அயவீரச் செந்தூரம். இவற்றில் ஒரு குன்றியளவு சேர்த்துத் தேனில் கொடுக்கவும்.
- ❖ வெள்ளிப் பற்பம், கந்தகப் பற்பம், காரீயப் பற்பம். ஒரு உளுந்தெடை சேர்த்துத் தேனில் கொடுக்கவும்.

வெளி மருந்து

- ❖ முதலில் எண்ணெய் வகைகளில் நொச்சி, வாதகேசரி, விடமுட்டி ஆகியவைகளில் ஏதேனும் ஒன்றைப் பூசி ஒற்றடமிட வீக்கம் கரையும். இவைகளில் தீராவிட்டால் மூசாம்பரப் பற்றிடவும். இதிலும் தீராவிடின் அட்டை விடுதல் நன்மை பயக்கும்.

7. ஐயக் கீல்வாயு

கீல்வாயுக்களில் ஐயத்தையே முதன்மையாகக் கொண்டு வரும் இந்நோயினைத் தீர்க்கும் பொருட்டு, ஐயத்தைப் போக்கும் தன்மை பொருந்திய அகத்தியர் குழம்பு, கௌசிகர் குழம்பு, சஞ்சீவி மாத்திரை இவை போன்றவைகளுள் ஏதாவது ஒன்றை நோய் வன்மைக்குத் தக்கவாறு, அளவிட்டுக் கொடுக்கக் கழியச் செய்து ஐயத்தின் வன்மையைக் குறைக்கும்.

உள் மருந்து

- ❖ கஸ்தூரிக் கருப்பு 1 குன்றி, சண்டமாருதம் 1 குன்றி, வங்கச் சுண்ணம் 1 குன்றி. இம்மூன்றையும் கூட்டித் தேனில் கொடுக்கவும்.
- ❖ வங்கச் சுண்ணம், வெள்ளிப் பற்பம் வகைக்கு 1 குன்றியுடன் இரசச் சுண்ணம் ஓர் அரிசி அளவு கூட்டி வெண்ணெயில் கொடுக்கவும்.
- ❖ இந்நோய்க்கு வான்மெழுகு, நந்தி மை போன்றனவும் நன்மையைத் தரும்.

வெளி மருந்து

- ❖ வாதகேசரித் தைலம், சடாமாஞ்சில் தைலம், குக்கில் தைலம் இவைகளை மேலுக்குப் பூசி, நொச்சித் தழையை இடித்துக் கிழிகட்டி ஒற்றடமிடவும். வீக்கம் சற்றும் நீங்காது நீர் கோர்த்திருந்தால் மூசாம்பரப் பற்றிடலாம். அல்லது அட்டை விடலாம்.

8. ஐய வளிக் கீல்வாயு

இந்நோய் ஐயம், வளி என்னும் இரு தாதுக்களும் கூடி வருவதல்லாமல் மேகத்தையும் துணை கொண்டு வருதலால் கேடடைந்த தாதுக்களையும் மேகத்தையும் சரி செய்யக் கூடிய கழிச்சல் மருந்துகளில் காக்கட்டான் மாத்திரை, மேகநாதத்தைலம், கழற்சித் தைலம், போன்றவற்றை அளவிட்டுக் கொடுத்தல் வேண்டும்.

உள் மருந்து

- ❖ வங்கச் சுண்ணம், காளமேக நாராயணச் செந்தூரம் வகைக்கு ஒரு குன்றியுடன் சிற்றரத்தைப் பொடி 10 குன்றி தேனில் கூட்டிக் கொடுக்கவும்.
- ❖ இரசச் செந்தூரம், கந்தகப்பற்பம், வங்கச் சுண்ணம் ஆகியவற்றில் ஒவ்வொரு குன்றி தேனில் கொடுத்தல் வேண்டும்.

வெளி மருந்து

- ❖ மெழுகுத்தைலம், சடாமாஞ்சில் தைலம், வாதகேசரித் தைலம் இவைகளில் ஒன்றைப் பூசிப் பட்டி கட்டவும்.

9. ஐய அழல் கீல்வாயு

இந்நோயில் அழலின் கேட்டால் பரவுகால் கேடடைவதால் கீல்களின் வலி அம்மட்டோடு நில்லாது, உடல் முழுமையும் பரவித் தலை முதல் கால் வரையிலும் நோவு எடுக்கும். ஆதலின் அடிக்கடி கழியச் செய்யும் மருந்துகளை வழங்குதல் வேண்டும். அண்டத் தைலத்தை வயதுக்கேற்றவாறு 2 முதல் 15 துளி வரை கொடுக்கலாம். உத்தமருணித் தைலம், வாதநாசத் தைலம், சித்தாதித் தைலம், குமட்டி மெழுகு போன்றவைகளில் ஒன்றை அளவிட்டுக் கொடுக்கவும்.

உள் மருந்து

வான்மெழுகு, நந்தி மை, சண்டமாருதக் குழம்பு இவைகளில் ஒன்றை ஓர் உளுந்தளவு முதல் ஒரு கடலையளவு வரை பனை வெல்லத்தில் வைத்துக் கொடுக்கலாம். அல்லது இரசப்பற்பம் அரை உளுத்தளவு, சண்டமாருதம் மூன்று உளுந்தளவு வைத்துத் தேனில் கொடுக்கலாம்.

வெளி மருந்து

உளுந்துத் தைலம், குக்கில் தைலம், வாதகேசரித் தைலம் இவைகளைக் கொண்டு நோகுமிடமெல்லாம் பூசி, கோதுமைத் தவிடு அல்லது நொச்சித் தழை கொண்டு ஒற்றடம் இடவும்.

10. முக்குற்றக் கீல்வாயு

முக்குற்றங்கள் யாவும் ஒன்றுகூடி ஒரே பொழுதில் உடலில் சேர்ந்து உடல்கட்டுகள் அனைத்தையும் கேடு அடையச் செய்யுமாதலால் இந்நோய்க்குத் துணையாக முப்பிணி சுரம், மயக்கம், வாந்தி முதலிய பல பிணிகளும் தோன்றும். எனவே பெரிய மருந்துகளை வழங்கிக் கூர்ந்த அறிவோடு மருத்துவம் செய்தல் வேண்டும்.

சித்தாதி எண்ணெய், குமட்டி மெழுகு, அகத்தியர் குழம்பு இவைகளில் நோய் வன்மைக்குத் தக்கவாறு அளவிட்டுக் கொடுத்துக் கழிச்சலை உண்டாக்க வேண்டும். வேண்டுமாயின் இலைக்கள்ளியை வதக்கிப் பிழிந்தெடுத்த சாற்றில் ஒன்றிரண்டு உச்சிக்கரண்டி எடுத்து அதில் சஞ்சீவி மாத்திரை இரண்டு சேர்த்துக் கொடுத்தால் வாந்தியுடன் கழிச்சலையும் உண்டாக்கும். அல்லது கோரோசனைக் கருப்பை இரண்டு அல்லது மூன்று குன்றி எடை உத்தாமணிச் சாற்றில் கொடுக்கலாம்.

உள் மருந்து

முதலில் சுரம், சன்னி இவைகளைப் போக்கக் கூடிய இராச இராசேசுவரக் குளிகை, சன்னிபாத வயிரவம், இரசச்சுண்ணம் இவை போன்றவைகளைத் தக்க அளவில் கொடுத்து, அத்துடன் குடிநீர் வகைகளில் ஒன்றை வழங்கிச் சுரமும் முப்பிணியும் நீங்கியபின், கீல்வாயுக்கான உள் மருந்துகள் வழங்க வேண்டும். அவைகள்:

- ❖ இரசச் சுண்ணம், வங்கச்சுண்ணம், முட்டை ஓட்டுப் பற்பம் வகைக்கு ஒரு உளுந்தெடை உத்தாமணிச் சாற்றில் கொடுக்கலாம்.
- ❖ காளமேக நாராயணச் செந்தூரம் 1 குன்றி எடை, கறுவங்கப்பற்பம் ஒரு குன்றி எடை சேர்த்துத் தேனில் கொடுக்கலாம்.

வெளி மருந்து

மெழுகுத் தைலம், சடாமாஞ்சில் போன்றவற்றைப் பூசிப் பட்டி கட்டவும். சுரம் முதலிய கொடுமையான குறிகள் நீங்கியபின் வாதகேசரித் தைலம் முதலியவற்றைப் பூசி ஒற்றடம் கொடுக்கலாம்.

உணவு

சுரம் உள்ள போது நீர் வடிவான கஞ்சி வகைகள் மட்டும் கொடுத்தல் வேண்டும். சுரம் நீங்கியபின்னர் எளிதில் செரிக்கக் கூடியதான இருமுறை வடித்த சோறு, கத்தரிப் பிஞ்சு, அவரைப் பிஞ்சு, முருங்கைப் பிஞ்சு போன்றவைகளின் பொரியல், துவரம் பருப்பு இரசம் கொடுக்கலாம். நோய் குறைந்து வரும்பொழுது சிறிது சிறிதாகச் செரிக்கக் கூடிய உணவுகளைப் பெருக்கிக் கொண்டே வரவேண்டும். அன்னிய பதார்த்தம் கொள்ளுவோர்க்கும், மார்க்கண்டம், முட்டி என்பு இவைகளாலான இரசம் (சூப்) இவற்றைச் சில நாட்கள் வரை கொடுத்துப் பின்பு ஆட்டிறைச்சி, காடை, கவுதாரி முதலியவற்றைக் கொடுக்கலாம். மருந்து உண்ணும் வரை மீன் வகையை நீக்குதல் வேண்டும். வேண்டுமாயின் சிறு இராலைக் கத்தரிக்காய், அவரைக்காய் முதலிய பொருட்களோடு கூட்டிச் செய்து தரலாம்.

இந்நோயில் தமரகவாயு உண்டாவது இயல்பே என்று கூறியதால், தமரகக் குடிநீரை ஒன்று அல்லது இரண்டு ஆண்டு வரையில் கொள்ளுதல் நன்மை தரும்.

பக்கவாத நோயின் மருத்துவ முறை

இந்நோயில் தன்னிலை மிகுந்த வளித் தாதுவைத் தன்னிலைப்படுத்த முதலில் கழிச்சல் மருந்துகளை வழங்குதல் வேண்டும்.

வெள்ளை எண்ணெய்	30 மிலி
மேகநாதத் தைலம்	30 மிலி
வாதநாசத் தைலம்	30 மிலி
மெருகுள்ளித் தைலம்	5 மிலி
கழற்சித் தைலம்	10 மிலி
சித்தாதி எண்ணெய்	5 துளிகள்

மேற்கண்டவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றை நோயின் வன்மைக்கும் உடல் வன்மைக்கும் ஏற்றவாறு வழங்க வேண்டும்.

உள் மருந்து

1 மெழுகு

வான் மெழுகு	200 மிகி
இரசகந்தி மெழுகு	300 மிகி

இடிவல்லாதி மெழுகு	300 மிகி
நந்தி மெழுகு	300 மிகி
வீர மெழுகு	200 மிகி
பஞ்ச சூத மெழுகு	200 மிகி

மேற்கண்டவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றை நாளுக்கு 2 வேளையாகத் தக்க அனுபானத்தில் வழங்க வேண்டும். உப்பு, புளி நீக்கிப் பத்தியம் மேற்கொள்வது நன்று.

2. செந்தூரம்

சண்டமாருதச் செந்தூரம்

அயவீரச் செந்தூரம்

ஆறுமுகச் செந்தூரம்

காளமேக நாராயணச் செந்தூரம்

பூரண சந்திரோதயம்

இவற்றில் தேவையானவற்றை 60 முதல் 120 மிகி அளவில் தேனுடன் கலந்து, நாளுக்கு 2 வேளை வழங்கலாம்.

3. பற்பம்

வெள்ளிப் பற்பம்

சிருங்கிப் பற்பம்

பாலில் 120 முதல் 180 மிகி வரை வழங்கலாம்.

4. குளிகை முதலியன

எமதண்டக் குளிகையைத் தேனில் வழங்கலாம். குருதியழல் நோயினைத் தொடர்ந்து பக்க வாதம் வந்தால் அழலின் மீறலைத் தன்னிலைப் படுத்த வேண்டும்.

- ❖ இதற்குப் பற்பங்களில் குக்கில் பற்பம், சிலாசத்துப் பற்பம் பவழப்பற்பம், சிருங்கிப்பற்பம் ஆகியவற்றை 120 முதல் 180 மிகி வரை எடுத்துக் கலந்து பாலில் வழங்க வேண்டும்.
- ❖ சூரணங்களில் ஏலாதிச் சூரணம், அசைச் சூரணம் இவற்றை 500 மிகி அளவில் தேனில் வழங்கலாம்.
- ❖ இளகங்களில் கேசரி இளகம் 5 கிராம், 2 வேளை வழங்கலாம்.
- ❖ குடிநீரில் நீர்முள்ளிக் குடிநீர் 60 மிலி, 2 வேளை வழங்கலாம்.

- ❖ மாத்திரைகளில் சர்ப்பகந்தி மாத்திரை வழங்கலாம்.
- ❖ மதுமேகநோய் தொடர்பாக இந்நோய் வரின் அப்பிரகப்பற்பம் 120 முதல் 180 மிகி அளவில், 2 வேளை பாலுடன் வழங்கலாம். அல்லது அப்பிரகச் செந்தூரம், காந்தச் செந்தூரம், ஆறுமுகச் செந்தூரம், திரிலோகச் செந்தூரம் ஆகியவற்றை 60 முதல் 120 மிகி வரை தனித்தோ, கலந்தோ தேனுடன் 2 வேளை வழங்கலாம்.
- ❖ இருநெல்லி கற்பம் 200 மிகி அளவில் வழங்கலாம்.
- ❖ குடிநீர் வகைகளில் அமுக்கராக் குடிநீர், ஆவாரைக் குடிநீர் இவற்றை 60 மிலி அளவில் வழங்கலாம்.
- ❖ சீந்தில் சர்க்கரை 50 மிகி நீரில் கலந்து வழங்கலாம்.

மேக நோய் தொடர்பாக பக்கவாத நோய் வருமாயின்

- ❖ பறங்கிப்பட்டை பதங்கம் 60 முதல் 120 மிகி வரை, 2 வேளை பனை வெல்லத்தில் வழங்கலாம்.
- ❖ கந்தக இரசாயனம் 500 மிகி பனை வெல்லத்தில் வழங்கலாம்.
- ❖ பற்பங்களில் கந்தகப்பற்பம், குங்கிலியப் பற்பம், சிலாசத்துப் பற்பம் இவைகளை 60 முதல் 120 மிகி வரை, 3 வேளை பாலுடன் வழங்கலாம்.
- ❖ பறங்கிப்பட்டைச் சூரணம் 500 மிகி அளவில் 3 வேளை வழங்கலாம்.
- ❖ குடிநீர்களில் பறங்கிப்பட்டைக் குடிநீர், நீர்முள்ளிக் குடிநீர் 60 மிலி அளவில் கொடுக்கலாம்.
- ❖ இரசகந்தி மெழுகு, இடிவல்லாதி மெழுகு இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றை 300 முதல் 500 மிகி இருவேளை பனை வெல்லத்தில் வழங்கலாம்.

வெளி மருந்து

நோய்க்குத் தக்கபடி கேடடைந்த உறுப்புகளுக்கு வன்மை தந்து வலி, குத்தல், குடைச்சல், இசிவு, பிடிப்பு, வீக்கம், விறைப்பு ஆகியவைகளைப் போக்கக் கூடிய தைலங்களைக் கொண்டு கிழி, ஒற்றடம் பிடித்தல், தட்டுதல் போன்ற தொக்கண முறைகளைச் செய்யலாம்.

வாதகேசரித் தைலம், அர்க்கச்சீரகாதி தைலம், விடமுட்டித் தைலம், உளுந்துத் தைலம், சிவப்பு குக்கில் தைலம், மெழுகுத் தைலம் ஆகியவற்றில் தேவையானவற்றைத் தடவி நொச்சி, தழுதாழை, வாதநாராயணன், கழற்சிக் கொழுந்து இவைகளில் ஒன்றை நோய்க்குத் தக்கபடி குறுக அரிந்து சிறிது

தைலமிட்டுப் பிசிறி, கிழி கட்டி அகன்ற மட்பாண்டத்தில் தைலத்தை இட்டுச் சூடேற்றி மாற்றி மாற்றி ஒற்றடமிட்டுச் சிறிது நேரம் ஊறிய பின்பு கொள்ளு, உளுந்து, கறுப்பரிசி இவைகளின் மாவு கொண்டு எண்ணெய் போகத் தேய்த்துக் கழுவலாம்.

உணவு

வளித் தாதுவை மிகுதி படுத்தக்கூடிய கிழங்கு வகைகள், காராமணி, மொச்சை, கொள்ளு ஆகியவற்றையும், கடுகு முதலான ஆகாப் பொருட்களையும் சுரை, பூசணி, வெள்ளரி, பீர்க்கு, புடல் முதலிய நீர்மிகுந்த காய்கறி வகைகளையும் நீக்க வேண்டும்.

இரு முறை வடித்த சோறு, கத்தரிப் பிஞ்சு, அத்திப் பிஞ்சு, அவரைப் பிஞ்சு, வெள்ளாட்டுக் கறி, உடும்பு, காடை, கவுதாரி முதலியவைகளை உண்ணலாம்.

பொன்னாங்காணி, அறுகீரை, திராய், முடக்கற்றான், தூதுவளை, வேளை, மூக்கிரட்டை, வால்கோதுமை, கேழ்வரகு முதலியனவும் சேர்க்கலாம்.

வளியும் ஐயமும் கூடியிருப்பின் தும்பைக் கீரை, கரிசாலைக்கீரை வகைகளை வழங்கலாம்.

குருதியழல் நோயினால் இந்நோய் வந்திருப்பின் உப்பினைக் குறைக்க வேண்டும்.

மதுமேக நோயைத் தொடர்ந்து வந்திருப்பின் இனிப்புப் பொருட்களையும் இனிப்பாக மாறும் பொருட்களையும் நீக்க வேண்டும்.

ஈரமான தரை, குளிர்ந்த காற்று ஆகியன இந்நோய்க்கு ஆகாது.

படுக்கைப்புண் வராமல் பார்த்துக் கொள்வதும் நல்லது.

5

வாத நோய்களில் பயன்படும் மூலிகைகள்

முன்னுரை

வேர்பாரு தழை பாரு

மிஞ்சினக்கால் பற்ப செந்தூரம் பாரு

என்பதே சித்த மருத்துவ அணுகுமுறையின் அடிப்படைக் கோட்பாடு. அந்த வகையில் சித்த மருத்துவ நூல்களில் வாத நோய் நிவாரணிகளாகக் கூறப்பட்டுள்ள மூலிகைகளைத் தொகுத்து, அவற்றின் மருத்துவ குணங்களையும் பயன்பாடுகளையும் இவ்வத்தியாயத்தில் விரிவாகக் காணலாம்.

அக்கரகாரம் (Anacyclus pyrethrum)

அக்கரகாரம் அதன்பேர் உரைத்தக்கால்

உக்கிரக்கால் அத்தோடம் ஓடுங்காண்.

என்பது அகத்தியர் வாக்கு. இதன் மூலம் உக்கிரமான வாத நோய்களையும் குணமாக்கக் கூடிய வல்லமை கொண்டது இம்மூலிகை என்பதை அறியலாம்.

பல்வலி, உள்நாக்கு வளர்ச்சி, தொண்டைக் கம்மல், நா அசைவற்றுப் போதல், காய்ச்சலினால் உண்டாகும் வறட்சி, கீல்வாயு, முப்பிணி ஆகிய இவைகள் ஒரு சிறிய அக்கரகாரத் துண்டை வாயிலிட்டு மென்று வருவதாலும், அக்கரகாரத்தை ஊறல் நீர் செய்து வாய் கொப்புளித்து வருவதாலும் நீங்கும்.

இதன் தனித்தூளை மூக்கிலிட அதாவது நசியமாகக் கொள்ள காக்கைவலி நீங்கும்.

அக்கரகாரம், சுக்கு, திப்பிலி, செஞ்சந்தனம், கிராம்பு, சாதிக்காய், குங்குமப்பூ இவைகளின் பொடி வகைக்கு ஒரு பங்கு; அபின் அரை பங்கு, இவைகள் யாவும் சேர்ந்த எடைக்கு அரை பங்கு சர்க்கரை இவற்றை ஒன்றாகக் கலந்து அதில் 2 அல்லது 3 குன்றிஎடை காலை மாலை உட்கொள்ள நரம்புத் தளர்ச்சி நீங்கும்.

அதிமதுரம் (Glycyrrhiza glabra)

வளி மீறல் நோய்களில் வறட்சியகற்றி செய்கைக்காக அதிமதுரம் பயன்படுத்தப்படுகிறது. வாத சோணித நோயும் இதனால் தீரும்.

உடல் அனல் தணிய அதிமதுரம் 17 கிராம் எடுத்து வெந்நீரில் அரைத்துக் கலக்கி வடிகட்டி காலை, மாலை கொடுக்கலாம்.

அதிமதுரம், சோம்பு, சர்க்கரை வகைக்கு 35 கிராம்; கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை 17 கிராம். இவைகளைச் சூரணம் செய்து சித்திரை முதல் ஆடி வரை சாப்பிட்டு வர நோயணுகாது. தலைவலி, ஒற்றைத் தலைவலி, தீராத் தலைவலி, காய்ச்சல் முதலியன தீரும். கண்கள் ஒளி பெறும்.

அதிமதுரம் 35 கிராம், ஈயப்பற்பம் 4 கிராம் தேன் விட்டரைத்துக் கொம்புச் சிமிழில் அடக்கம் செய்து வைத்துக் கொண்டு, சிறிது எடுத்து நாக்கில் தடவி வர நாவறட்சி நீங்கும்.

வறட்சியால் உண்டாகும் இருமலுக்கு அதிமதுரத் துண்டு ஒன்றை வாயிலிட்டுச் சுவைத்து விழுங்கலாம்.

அத்தி (Ficus glomerata)

அத்திக் காயை சமைத்துண்ண வளி நோய்கள், சூலை ஆகியன நீங்கும்.

அத்திப் பாலை வெண்ணெய் அல்லது சீனியுடன் கூட்டிக் கொடுக்கலாம். இதனால் நீரிழிவு, தாதுக் குறைவு முதலியன நீங்கும்.

நீரிழிவில் பிறந்த பிளவை, கீல்வாயுவில் தோன்றும் மூட்டுவீக்கம், இவைகளுக்கு இப்பாலைப் பற்றிட்டு வர நாளுக்குநாள் நன்மை உண்டாகும்.

அமுக்கராக் கிழங்கு (Withania somnifera)

அமுக்கராக் கிழங்கைச் சூரணம், இலேகியம் முதலியனவாகச் செய்து சாப்பிட வளிமீறல் நோய்கள் நீங்கும். உடல் வன்மை உண்டாகும். தாதுக்கள் விருத்தி அடையும்

அமுக்கராக் கிழங்கை சூரணித்து வேளைக்கு 2 முதல் 4 கிராம் வரை தேனில் கலந்து கொடுக்க வளி, ஐய நோய்கள், பசியின்மை, உடல் பருமன்

ஆகியவை நீங்கும். இப்பொடியை நெய்யுடன் கலந்து கொடுக்கக் காய்ச்சல், பெருமூச்சு நீங்கும். உடல் வன்மை பெருகும். விந்துவைப் பெருக்கும்.

அமுக்கராக் கிழங்கு 1 பங்கும் கற்கண்டு 3 பங்கும் சேர்த்து வேளைக்கு 4 கிராம் காலை மாலை உட்கொண்டு, அரை அல்லது ஓர் ஆழாக்கு பசுவின்பால் சாப்பிட்டு வர நரம்புத் தளர்ச்சி நீங்கும். உடல் வன்மை பெறும். அழகுண்டாகும். உடலில் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரிக்கச் செய்யும்.

ஆமணக்கு (Ricinus communis)

சிற்றாமணக்கு (ஏரண்டம்) கழிச்சலை உண்டு பண்ணி வளித்தாதுவை மீற ஒட்டாமல் தடுக்கும்.

சிற்றாமணக்கின் இலைகளைச் சிறுக நறுக்கி, சிற்றாமணக்கு நெய்விட்டு வதக்கிச் சூட்டுடன், வலியோடு கூடிய கீல்வாயு நோய்களுக்கும், வீக்கங்களுக்கும் ஒற்றடமிடலாம்.

வளித்தாது மீறலைத் தன்னிலைப் படுத்தும் குடிநீர்களிலும் தைலங்களிலும் ஆமணக்கின் வேரைச் சேர்ப்பது வழக்கம். வாதாந்தத் தைலம், மூலயோக நிற்குண்டித்தைலம், பூதிகாதைலம், சிறிய விடமுட்டித்தைலம், சுக்குத்தைலம் ஆகியவற்றில் ஆமணக்கு வேர் சேர்க்கப்படுகிறது. இதன் செய்முறைகள் "தேரையர் தைல வர்க்கச் சுருக்கம்" என்னும் நூலில் விளக்கிக் கூறப்பட்டுள்ளன.

எண்ணெயைத் தனித்தேனும் அல்லது உப்பு சேர்ந்த நிசித்தண்ணீர், சுக்குக் குடிநீர், சோம்புத்தீநீர், ஓமத்தீநீர், எலுமிச்சம்பழ ரசமும் சர்க்கரையும் கலந்த நீர், பால், காப்பி போன்றவைகளில் கூட்டியேனும் கொடுக்கலாம். கடினமின்றி வயிறு கழியும். வளித்தாது தன்னிலை அடையும்.

எண்ணெயானது வளிநோய்களைப் போக்கும் வாத நாசத்தைலம், கழற்சித் தைலம், மெருகுள்ளித் தைலம் முதலிய தைலங்களில் சேருகின்றது.

ஆமணக்கு நெய் முக்கூட்டு நெய்களில் ஒன்று. எள் நெய், பசு நெய் ஆகியன மற்ற இரண்டு நெய்கள் ஆகும்.

ஆமணக்கு நெய் 3 பங்கு, எள் நெய் 2 பங்கு, பசுவின் நெய் ஒரு பங்கு கூட்டித் தலை மூழ்கிவர வளிப்பிணிகள் நீங்கும்.

ஆனைப்புளிய மரம் (Adansonia digitata)

ஆனைப்புளிய மரத்தின் இலைச்சாற்றில் சுக்கை அரைத்துக் கீல்வாயு, பறங்கிப்புண் முதலியவைகளுக்குப் பூசலாம்.

இலையை அவித்துக் கை, கால் வீக்கம், வலி முதலியவற்றுக்குச் சூட்டுடன் ஒற்றடமிட்டுப் பிறகு அதையே கட்டலாம்.

கடம்பு (Anthocephalus cadamba)

கடம்பு விதையை அரைத்து நீரில் கலக்கிக் கொடுக்கக் கடிவிடங்களின் நஞ்சு முறியும். கொட்டையை உரைத்துத் தலைக்குப் பற்றிட நீர்க்கோவையும் கைகால் மூட்டிலிட வாத வகைகளும் நீங்கும்.வளியால் உண்டாகும் பிடிப்புகளுக்கு மரப்பட்டையை இடித்துச் சலித்து வறுத்து ஒற்றடமிட்டுப் பின்பு அப்பட்டையையே கட்டி வைத்தலுமுண்டு.

கரியபோளம் (Socotrine aloe)

கரியபோளம் என்பது சிறு கற்றாழையின் உலர்ந்த பால். இது கறுப்பாகவும் சிவப்பாகவும் இருக்கும்.

மார்புவலி, வீக்கம், வயிற்றுவலி, பக்கநோய், மேகக்கட்டி, கை, கால்களில் உண்டாகி நிலைத்த சூலை என்னும் வளி நோய்கள் நீங்கும். கரியபோளத்தை மேலும் சில சரக்குகளுடன் சேர்த்து மாத்திரையாகச் செய்து மேற்கண்ட நோய்களுக்கு வழங்குவர்.

கரியபோள மாத்திரை செய்முறை

கரியபோள சூரணம்	56 கிராம்
சவுக்காரத் தூள்	58 கிராம்
சாதிக்காய் எண்ணெய்	4 கிராம்
குல்கந்து	28 கிராம்

இவற்றை ஒன்றுபட அரைத்து 325 மிகி முதல் 650 மிகி அளவில் மாத்திரைகள் செய்து, தினம் 2 வேளை கொடுக்க வேண்டும்.

கரியபோளத்தை முட்டையின் வெள்ளைக் கரு விட்டரைத்து, கீல்வாயு நோய்களில் நீர் கோர்த்து வீங்கியிருக்கும் மூட்டுக்களின் மேல் பற்றிட வீக்கம் குறையும்.

இரத்த போளம் எனப்படும் கற்றாழையின் (Aloe veera) பாலும் கரியபோளத்தின் குணத்தினை உடையதே. ஆனால் வீக்கங்களை மிகச் சீக்கிரத்தில் கரைக்கும். இதை நீரில் கரைத்து கொதிக்க வைத்து, விழுந்து அடிபட்டு வீங்கிய வீக்கம், நடக்க முடியாத வலி, பக்க சூலை நோய் ஆகியவைகளுக்குப் பற்றிடலாம்.

எட்டி (Strychnos nux-vomcia)

எட்டி வளித்தாது மீறலைத் தன்னிலைப்படுத்தும். நரம்புகளுக்கு வன்மை தரும்.

எட்டியின் இலைகளை நீரிலிட்டுக் காய்ச்சி வளி நோயினருக்கு நீராட்டலாம். எட்டி இலையின் இளந்தளிரைச் சீலையில் முடிந்து அடுப்புக் கும்பியில் சொருகி வெந்தபின் எடுத்து, அம்மியிலிட்டு அரைத்து அதனோடு குளிர் வெண்ணெய் கூட்டிக் குழைத்துக் கட்டிகளின் மீது தடவ, கட்டிகள் நாளுக்கு நாள் உள்ளழுந்தும்.

எட்டிப் பழங்களை வரகு வைக்கோலில் வதக்கி, ஓட்டையும் கொட்டைகளையும் நீக்கி உட்சதையை மாத்திரம் ஒரு மெல்லிய சீலையிலிட்டுப் பிழிந்து எடுத்த இரசத்துடன், அதே அளவு எண்ணெய் கலந்து காய்ச்சி வடிகட்டி கீல் வீக்கங்களுக்குப் போடலாம்.

எட்டி வித்து வாத வலியை நீக்கும் குணம் உடையதாகும். வாதவலி என்பது முள்ளந்தண்டு, நரம்பு ஆகியவைகளின் துர்ப்பலத்தை அனுசரித்து வரும் பக்கவாதம், நடுக்குவாதம், தனுஸ்தம்ப வாதம், காக்காய் வலிப்பு, போன்ற நோய்களாம்.

எட்டிக் கொட்டைத்தூள் 65 மிகி முதல் 650 கி. வரை படிப்படியாக உயர்த்தி நாள் ஒன்றுக்கு 2 அல்லது 3 முறை கொடுக்கப்படும். இதனால் மேற்சொன்ன நோய்கள் நீங்கும். உடலுக்கும் நரம்புகளுக்கும் வன்மை தரும் என்பர்.

எட்டிக் கொட்டை ஊறல் குடிநீர்: எட்டிக் கொட்டைத் தூள் 2கிராம், வெந்நீர் 150 மில்லி. 1 மணி நேரம் ஊறவைத்து இதில் 5 முதல் 10 மில்லி நாள் ஒன்றுக்கு 3 வேளை கொடுக்க நீரேற்றம், நரம்புகளைப் பற்றி உண்டாகும் நோய்கள் நீங்கும். உடலுக்கு ஊட்டம் தரும்.

எட்டிக் கொட்டை உப்பு: எட்டிக் கொட்டையிலிருந்து எடுக்கும் உப்புக்கு எட்டிக் கொட்டை உப்பு என்று பெயர். இது சிறுசிறு மணலைப் போலும் பழுப்பு நிறமாய் வாசனையற்றதாய் மிகவும் கைப்பாக இருக்கும். நீரில் கரையாது. இது கொடிய நஞ்சுப் பொருளாகும். எனவே அளவறிந்து கொடுத்தல் நலம். இது பக்கவாதம், போன்ற நோய்களை நீக்கும். அளவு: 1 மிகி. நாள் ஒன்றுக்கு 3 வேளை.

எட்டி வித்து சேர்த்து வளி நோய்களுக்குக் கீழ்க்கண்ட பெருமருந்துகள் செய்யப்படுகின்றன.

1. மகாவிடமுட்டித்தைலம்: இது குடித்தைலம், முடித்தைலம், பிடித்தைலம், துளைத் தைலமாக வழங்கப்படும்.

2. பிடித்தைலமாக வழங்கப்படும் சிறு விடமுட்டித் தைலம், இலகுவிட முட்டித்தைலம் என்பன.

3. இரசகந்தி மெழுகு

4. நந்தி மை

எட்டி வேர்ப்பட்டைச் சூரணம் வளிநோய்களை நீக்கும். எட்டி வேரின் மேல்தோலை எலுமிச்சம் பழச்சாறு விட்டு அரைத்துப் பொடியாக்கி அதை கடலையளவு சிவனார்வேம்பும் தும்பையும் சேர்ந்த குடிநீரில் கூட்டிக் கொடுக்க வளி நோய்களும் விடபேதி, காதடைப்பு, சன்னி, அதிவியர்வை ஆகியனவும் நீங்கும். இது "அகத்தியர் பரிபூரணம் 400"-இல் கூறப்பட்டுள்ளது.

எருக்கு (Calotropis gigantica)

எருக்கிலையினால் கீல் வீக்கம், வளிநோய், ஐவகை வலி முதலியனவும் எலிக்கடி நஞ்சு, பாம்பு நஞ்சு, பெருநோய், ஐயநோய் முதலிய நோய்களும் நீங்கும்.

இலைகளை ஒன்றன் மீது ஒன்றாக இருக்கும்படி அடுக்கிச் சுருட்டி ஒரு புறத்தை ஒழுங்குபட அறுத்துத் தள்ளி வேப்பெண்ணெயைக் காய வைத்துத் துவைத்து ஒற்றடமிட வளியால் பிறந்த நோய்களும் இசிவுகளும் நீங்கும். பல் நோய்களையும் போக்கும். ஐய நோய்களாகிய இருமல், இரைப்பு இவற்றையும் நீக்கும்.

வெள்ளெருக்கம்பால் வளி நோய்களுக்கும் பயன்படுகிறது. இப்பாலை வெட்டை நோயால் உண்டான கீல்வாயு, நரித்தலை வாயு ஆகியவைகளுக்குப் பற்றிடலாம்.

எருக்கம்பாலை முதன்மையாக வைத்துச் செய்யப்படுகின்ற அர்க்கட்சீரத்தைலம் மகா வாத நோய்களைக் கண்டிக்கும்.

எருக்கு வளி முதலான நோய்களுக்குக் கற்ப மருந்தாகப் பயன்படும் என்று "தேரன் யமகவெண்பா" உரைக்கிறது.

எருக்கஞ் செடி முழுமையும் அல்லது கட்டையை மட்டும் காயவைத்துப் பொடித்து நெல்லெடை எடுத்து அவ்வெடைக்குச் சமம் சுக்கு, திப்பிலி, மிளகு ஆகியவற்றில் தனித்தனியே 40 நாட்கள் கொள்ள முறையே வளி, அழல், ஐயக் கூட்டங்கள் நீங்கும்.

எருக்கம் வேர்ப்பட்டைக்கும் கூட வளி நோய்களை நீக்கும் தன்மை உள்ளது. வேர்ப்பட்டையைப் பொடியாகவோ குடிநீர் செய்தோ வழங்கலாம்.

எலியாமணக்கு (Jatropha kurkas)

எலியாமணக்கிற்கு ஏரிக்கரைக் காட்டாமணக்கு என்னும் மற்றொரு பெயரும் உண்டு. இது ஏரி, குளக்கரைகளில் வளர்ந்து கிடக்கும். இச் செடியின் விதையிலிருந்து எடுக்கப்படும் நெய் கழிச்சலை உண்டாக்கும். இதைப் பூச கீல் பிடிப்பு நீங்கும்.

எலுமிச்சம்பழம் (Citrus medica acida)

எலுமிச்சம் பழத்தை இரசமும், ஊறுகாயுமாக கற்பமுறைப்படி பத்தியத்துடனே 6 மாதம் உட்கொள்ள நரை, திரை மாறும். கீல் பிடிப்பும் நீங்கும்.

மந்திரிக்கு மந்திரியாய் மன்னனுக்கு மன்னனெனத்
தந்திரிக்கு மித்திரன் போற் சாருமே

என்று "தேரன் காப்பியம்" எலுமிச்சையின் குணத்தைக் கூறும். அதாவது மந்திரி என்னும் அழல் நோய்களுக்கும் மன்னன் என்னும் வளி நோய்களுக்கும் சிறந்தது என்றும் தந்திரி என்னும் ஐயநோய்களுக்கு நண்பன் போன்று நோயை வளர்க்கும் என்றும் கூறப்பட்டுள்ளது.

எலுமிச்சந் துளசி (Shrubby basil)

எலுமிச்சந் துளசியின் குடிநீரை உள்ளுக்கும், இதன் சாற்றை மேலுக்கும் பூசிவரக் கீல்வாயு முதலியன நீங்கும்

கஞ்சா (Cannabis indica)

கஞ்சா விதையுடன் ஒவ்வொரு நாளும் ஒவ்வொரு மிளகை அதிகப்படுத்தி 1 மண்டலம் புசித்தால் தனுர்வாயு நீங்கும். இது ஒ கற்பமுறையாகும்.

கடற்பாலை (Elephant creeper)

கடற்பாலைக் கொடியின் வேரை முறைப்படி குடி நீரிட்டு வாத வலிகளுக்குக் கொடுக்கலாம்.

வேரைப் பொடித்துத் தண்ணீர்விட்டான் கிழங்குச் சாற்றில் 7 நாள் (புதுப்புதுச் சாற்றில்) ஊறவைத்து எடுத்து உலர்த்தி, வேளை ஒன்றுக்கு 2 கிராம் முதல் 5 கிராம் எடை வீதம் பசுவெண்ணெயில் 40 நாட்கள் சாப்பிட்டுவர உடலுக்கு வன்மை

கொடுத்துப் புத்தியைத் தெளிவாக்கும். இதையே நெடுநாட்கள் சாப்பிட்டு வர நரை, திரை, மூப்பின்றி வாழலாம்.

கடுகு (Brassica juncea)

ஒவ்வொரு நாள் காலையிலும் கடுகு, மிளகு, உப்பு இம்மூன்றும் ஒரே அளவில் சேர்த்துச் சாப்பிட்டு உடனே வெந்நீர் குடிக்க வளி, அழல், ஐயம் இவைகளால் உண்டான துன்பங்கள் நீங்கும்.

கீல்வாயு, குருதி கட்டிக் கொண்ட இடம் இவைகளுக்கு வெள்ளைக் கடுகை அரைத்து மேலுக்குப் பற்றிடலாம்.

கடுகுத் தூள், அரிசிமா இவைகளை ஓரெடையாக எடுத்துப் போதுமான அளவு நீரில் இட்டுக் களிபோல் கிளறி துணியில் தடவி வயிற்றுவலி, குடைச்சல் இவற்றுக்கு அந்தந்த நோயுள்ள இடங்களிலும், இருமல், இரைப்பு இவைகளுக்கு மார்பின் மீதும், தலைவலி, வெறிநோய் இவற்றுக்குப் பிடரியின் மேலும், வாந்திபேதியில் காணும் கெண்டைச் சதைப் பிறழ்ச்சி இவைகளுக்குக் கால் கெண்டைச் சதையின் மேலும் போடக் குணம் உண்டாகும்.

கடுக்காய் (Terminalia chebula)

கடுக்காயில் 7 வகைகள் உண்டு. அவற்றில் விசயன் என்னும் கடுக்காய் பேய்ச் சுரை போன்றது. இது வளி நோயைப் போக்கும்.

பொதுவாக கடுக்காயில் உப்புச் சுவை நீங்கலாக மற்ற சுவைகள் யாவும் உண்டு. எனவே இது வளி அழல் தாதுக்களைத் தன்னிலைப் படுத்தும். முத்தாது மீறல்கள் உடலில் எங்கெல்லாம் உள்ளதோ அவைகளை வெளிப்படுத்தி சரி நிலைப்படுத்தும். குடலின் இயற்கை சக்தியைத் தூண்டி மலத்தை வெளிப்படுத்தும். கிழத்தன்மையைத் தடுக்கும் காயகற்பப் பொருளாகப் பயன்படும். கடுக்காயை நெய்யுடன் சேர்த்துக் காய கற்பமாகப் பயன்படுத்தினால் வளிப்பிணிகள் நீங்கும். வெல்லத்துடன் சேர்த்துண்ண முப்பிணி நோய்களும் நீங்கும். ஒவ்வொரு நாளும் காலை தோறும் கடுக்காயை ஓராண்டு சாப்பிட்டுவர நரை, திரை மாறும் என்றும் கூறுவர்.

கட்டுக்கொடி (Cocculus villosus)

கட்டுக்கொடியின் வேர் 1 பங்கு, நீர் 10 பங்கு எடுத்துக் குடிநீரிட்டு 30 மிலி. முதல் 60 மிலி. வரை கொடுத்துவர நாட்பட்ட வளி நோய்கள் நீங்கும்.

கண்டங்கத்தரி (Solanum xanthocarpum)

கண்டங்கத்தரியின் இலைச்சாற்றில் அல்லது இலைக் குடிநீருடன் எண்ணெய் கலந்து பூசிவர கீல்வாயு நீங்கும். தலைவலி, அக்குள் நாற்றமும் நீங்கும்.

கற்பூரப்புல் (Andropogon citratus)

கற்பூரப்புல்லை வாலையிலிட்டு வடித்தெடுக்கும்போது ஒருவகை எண்ணெய் இறங்கும். இதற்கு வாசனைப்புல் எண்ணெய் அல்லது புல்தைலம் எனப்பெயர். இது மிகத் தெளிவாகவும், மஞ்சள் கலந்த சிவப்பு நிறமாயும், காரமுடையதாகவும், எலுமிச்சம்பழத்தின் மணத்தையும் பெற்றிருக்கும். இவ்வெண்ணையுடன் சரிபங்கு தேங்காய் எண்ணெய் கலந்து வெளிப்பிரயோகமாகப் பயன்படுத்த வாதப்பிடிப்பு, கீல்வாத நரம்புக் குடைச்சல் முதலியன நீங்கும்.

கழற்சிக்கொடி (Caesalpinn bonducella)

கழற்சி இலையால் அண்டவாயு தீரும். ஏறண்டம், இறங்கண்டம், தசையண்டம் ஆகிய அண்ட வாத நோய்கள் தீரும். இலையுடன் தேங்காய்ப்பூ சேர்த்து, விளக்கெண்ணெய் விட்டு வதக்கி, வீக்கங்களில் வைத்துக் கட்ட விரை வீக்கம் நீங்கும்.

கழற்சி விதையினால் அண்டவாதம், சூட்டினால் பிறந்த பக்க சூலை, வயிற்றுவலி முதலியன நீங்கும்.

கழற்சிப் பருப்பு, சுக்கு, களிப்பாக்கு இவற்றை முறையே மூன்று, இரண்டு, ஒன்று என்ற எடையில் எடுத்து முட்டையின் வெள்ளைக்கரு விட்டு, கருங்கல்லில் மைபோலரைத்துப் பற்றிடுவதால் யானைக்கால் நோயில் நீர்கோர்த்து வரும் வீக்கம் முதலியன நீங்கும்.

கெச்சக்காய்ப் பருப்பு, வெள்ளுள்ளி, முருங்கைப்பட்டை, வசம்பு, சுக்கு முதலியவற்றைத் தண்ணீர் விட்டு எட்டில் ஒன்றாய் வற்றச் செய்து பயன்படுத்தக் குடல் வாதம் நீங்கும்.

பெருங்களர்வா (Salvadora indica)

பெருங்களர்வாவின் பழத்தை உள்ளுக்குக் கொடுக்க வளிநோய் நீங்கும்.

கள்ளி (Euphorbia calli)

திருகுக்கள்ளிப் பாலினால் வளிமுடக்குகள் நீங்கும். கள்ளி மரப்பட்டையினாலும் வளிநோய் நீங்கும்.

சதுரக்கள்ளியின் பாலை உலர்த்தி 35 மிகி. அளவில் கொடுக்கக் கழிச்சல் உண்டாகும். அப்பாலைப் புளியுடனும் சீரகத்துடனும் உறவுபட அரைத்து 65 மிகி. முதல் 130 மி. கிராம் வரை கொடுக்க வயிறு கழியும். மூட்டுவீக்கம் கரையும். மூட்டுவீக்கத்திற்கு இதன் பாலைத் தடவி வேர் மண்ணை அதன் மீது தூவுவது நாட்டுப் பழக்கம்.

கள்ளி முளையான் (Stapelia virgata)

இதைப் பச்சையாகவேனும் , துவையல் செய்தேனும் உண்டுவர வளி மீறல் நீங்கும்.

சிறுகாஞ்சொறி (Tragia involucrata-cannabina)

சிறுகாஞ்சொறியின் வேரை 8 முதல் 17 கிராம் எடுத்து ஆழாக்கு நீரிலிட்டு அரையாழாக்காக எரித்துச் சுண்டியபின் வடிகட்டிக் கொடுத்து வர வளிப் பெருக்கு நீங்கும்.

காட்டாமணக்கு (Jatropha curcas)

காட்டாமணக்கு விதையிலிருந்து எடுக்கும் எண்ணெய் வெண் மஞ்சள் நிறமுடையது. இதனை இதர தைலங்களோடு கூட்டி வளிநோய்களுக்கு மேலே தடவுவதுண்டு.

காட்டாமணக்கு வேரின் பட்டையை அரைத்துக் கீல் பிடிப்புக்குப் பற்றிடலாம்.

காட்டு இலுப்பை (Bassia latifolia)

காட்டு இலுப்பைப் பூவை 120 மிலி. பாலில் போட்டுக் காய்ச்சி காலை, மாலை குடித்துவர நரம்புத் தளர்ச்சி நீங்கி வன்மை உண்டாகும்.

காட்டு எலுமிச்சை (Atlantia monophylla)

இப்பழத்தோலிலிருந்து எடுக்கும் எண்ணெய் மிகவும் காரமானது. இவ்வெண்ணெயை விளக்கெண்ணெயுடன் கலந்து வாதவலி, கீல்வாயு முதலிய நோய்களுக்குத் தடவலாம்.

காட்டுக் கடுகு (Cleome viscosa)

நாய் வேளை என்றும் அழைக்கப்படும் இதன் இலையை இடித்து இரசத்தைப் பிழிந்து விட்டுத் திப்பியைச் சன்னி நோய்க்கும் ஐயத் தலைவலிக்கும் தலையின் உச்சியின்மேல் வைத்து அதன் மேல் ஒரு சிறு புது ஓட்டை வைத்துச் சீலை கொண்டு கட்டிவிட தலைநோய் நீங்கும். பிறகு திப்பியை எடுத்துப் பிழிய நீரொழுகும். கட்டிய இடத்தில் ஒருவித விறுவிறுப்பும் புண்பட்டது போன்ற உணர்ச்சியும் உண்டாகும்.

இதன் விதையைத் துவையல் செய்து வளிநோய் கொண்டவர்களுக்கு வழங்குவது உண்டு.

காட்டுச் சாதிக்காய் (Myristica malabarica)

இதன் இலை நரம்புத் தளர்ச்சியை நீக்கும்.

காயிலிருந்து எடுக்கப்படும் எண்ணெய் 1 பங்கும் தேங்காய் எண்ணெய் இரு பங்கும் சேர்த்து வளி நோய்களுக்கு வெளியில் பூசலாம்.

கிச்சிலிக் கிழங்கு (Camphor zedoary)

கிச்சிலிக் கிழங்கு கால் கைகளின் மூட்டு முடங்கிய நோய்களுக்குச் சிறந்தது. கீல் பிடிப்பு நீங்கும்.

உலர்ந்த கிழங்கு நலுங்குமாவில் சேரும். இதனைத் தேய்த்துக் குளித்து வரலாம். வளி, ஐய நோய்களுக்குச் செய்யும் எண்ணெய்களில் இது சேரும்.

புளியாரைக் கீரை (Oxalis corniculata)

புளியாரைக் கீரையோடு உப்பு, மிளகு, சீரகம் ஆகியவற்றை அளவோடு கூட்டி உணவாகவோ அல்லது கற்ப முறையாகவோ உண்ண அண்ட வாதப்பிணி நீங்கும்.

மணலிக்கீரை (Gisekia pharnacioides)

இக்கீரையைக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க வளிமீறல் நீங்கும். இதைச் சமையல் செய்தும் சாப்பிடலாம். இதன் சமூலத்தை நீர்விட்டு அரைத்து 70 கிராம் அளவாக எடுத்து நீரில் கலக்கி அதிகாலையில் வெறும் வயிற்றில் மூன்று நாள் வரை கொடுத்து, இடையில் நான்கு நாள் விட்டு மறுபடியும் மேற்படியாக இருமுறை. மொத்தத்தில் மும்முறை கொடுக்க இது குடலில் தங்கியிருக்கும் தட்டைப்புழுக்களைப் போக்குவதில் சிறந்த மருந்தாகும்.

வங்காரவள்ளைக் கீரை (Sesuvium asscendens)

இதன் இலையைக் குடிநீரிட்டு அல்லது சமைத்துச் சாப்பிட வளிநோய், வயிற்றுப்புசம் முதலியன நீங்கும். கறுத்துச் சிக்கிய மலம், சிறுநீர் சரியாக இறங்கும். குடல் தூய்மையாகும்.

"தாயுந் தகப்பனுந் தள்ளிவிட்ட காலத்திலே வாவென்றழைத்த வங்காரவச்சி" என்று ஒரு பழமொழி உண்டு. இக்கீரையை ஏழை மக்கள் சமைத்து உண்பது வழக்கம். இது எங்கும் கிடைக்கக் கூடியது. மழைக்காலத்தில் பெருத்துச் செழித்து வளரும். எனவே இது ஏழை மக்களுக்கு இன்றியமையாத உணவாகிறது.

குடியோட்டிப்பூண்டு அல்லது பிரம்மதண்டு (Argemone mexicana)

முருங்கைப்பிசின், நெல் ஆகியவற்றை முறையே 1 பங்கு, 1/4 பங்கு எடையாக எடுத்து இவற்றுடன் பிரம்மதண்டு பூவிலிருக்கும் மகரந்தப்பொடியைக் கலந்து பத்தியத்துடன் சாப்பிட்டால், தோள்களிலும் பக்கங்களிலும் உண்டாகின்ற வாத நோய்கள் குணமாகும்.

குத்துக்காற் சம்மட்டி (Iodigofera trista)

இது ஒரு வகை குத்துச் செடி. இதைச் சேகரிக்கும்போது இரும்புக் கடப்பாரையைக் கொண்டு இதன் வேரைக் குத்தி கிளப்பக் கூடாது. இதன் வேர் இரும்பை இழுக்கும் குணமுள்ளது. எனவே மரக்குச்சியினால் கிளறி, குத்தி எடுக்கவேண்டும். இவ்வேரினால் கொடூரமான மகா வாதக்கூட்டம், மேகக் கட்டிகள், திமிர்வாதம், மூர்ச்சையின் அயர்வு ஆகியவை நீங்கும்.

குப்பைமேனி (Acalypha indica)

குப்பைமேனி இலையை உணவு முறையாய்ப் பிரியமுடன் புசித்து வந்தால் உடம்பிலுள்ள திமிர்வாதம் முதலிய நோய்கள் நீங்கும்.

இலையை அரைத்துச் சுண்ணாம்புடன் கலந்து, வலியுடன் கூடிய கீல் வீக்கங்களுக்கும் கட்டிகளுக்கும் பூசலாம்.

குப்பைமேனித் தைலத்தை வாத நோய்களுக்கு மேலே தடவலாம்.

சிறுகுறிஞ்சான் (Gymnema sylvestrae)

வாதமொடு சீதத்தையும் போக்க வல்லது சிறுகுறிஞ்சான். இதன் வேருக்கு நஞ்சை முறிக்கும் சக்தி உண்டு. இதன் கனியால் வாத உபாதைகளும் சிறு சுரங்களும் நீங்கும்.

கூத்தங் குதம்பை

இதன் முழு பாகத்தையும் நிழலில் உலர்த்திப் பொடித்துக் காலை, மாலை 1 கிராம் வீதம் உட் கொள்ள வாதம் நீங்கும்.

கேழ்வரகு (Eleusine coracana)

கேப்பைக் கூழ் வாதப் பெருக்கைக் குறைக்கும். உடல் நலமும் வலிமையும் உண்டாகும்.

காட்டுக் கொழுஞ்சி (Glycomis pentaphylla)

இதன் பட்டையைக் குடிநீரிட்டு 35 மில்லி வீதம் காலை, மாலை உட்கொள்ள வாதரோகம் நீங்கும்.

கடற்கொழுஞ்சி (Murraya exotica)

இதன் இலையை அல்லது பூவை ஒரு பங்குக்கு 10 பங்கு நீர் விட்டு, அரை மணி நேரம் ஊறவைத்து எடுத்து அதில் 15 முதல் 30 மிலி. கொடுத்து வரக் கீல்வாயு நீங்கும்.

வெண்கொடிவேலி (Plumbago zeylanica)

கொடிவேலிவேர், புங்கன்வேர், ஆயில் பட்டை வகைக்குப் பலம் ஒன்று; கடுக்காய், கடுகு, கறுஞ்சீரகம் இவற்றை இளவறுப்பாக வறுத்துப் பொடித்துத் தனித்தனியே வகைக்கு 1கிராம் எடுத்து ஒன்றாகக் கலந்து வேளை ஒன்றுக்கு மூவிரலளவு நாற்பது நாட்கள் உட்கொள்ள வாதவாயு, மூலவாயு, பட்சவாதம் முதலியன தீரும்.

கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை, மிளகரணை வேர்ப்பட்டை, நொச்சி வேர்ப்பட்டை இவை ஒவ்வொன்றையும் வகைக்கு 180 கிராம் எடுத்துப் பொடித்து வெருகடியளவு குளிர்ந்த நீரில் உட்கொள்ள சகல வாதமும் போம்.

கொடிவேலித் தைலம்: கொடிவேலி வேர் 35 கிராம் எடுத்து நான்கு படி நீர் விட்டு அரைப்படியாகக் குறுக்கி, அதில் பால் விட்டரைத்து, கறுஞ்சீரகம், தாளிசப்பத்திரி, தான்றிக்காய் வகைக்கு 35கிராம், நல்லெண்ணெய் 1/2 படி, பசுவின் வெண்ணெய் புன்னைக்காயளவு. இவைகளைச் சேர்த்துப் பதமாகக் காய்ச்சி வடித்தெடுத்து தலை மூழ்கிவர ஆனந்தவாயு, சொறி, சிரங்கு, குட்டம், அரையாப்பு, கிரந்தி, சூலை, புண் புரைகள், பிளவை, வீக்கம் ஆகியவை தீரும்.

இத்தைலத்தைக் கீல்வாயு, பட்சவாதம் முதலிய நோய்களுக்கு மேலே தடவலாம்.

கொடிவேலிக் குடிநீர் : கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை, பறங்கிப்பட்டை, பிரப்பங் கிழங்கு, மிளகு இவை வகைக்கு மூன்று வராகனெடை எடுத்து இடித்து 5600மிலி நீரில் கலந்து 700 மிலியாகக் குறுக்கி நாள் ஒன்றுக்கு 3 வேளை 130 மிலி வீதம் சாப்பிட்டு வர, வாயுவினால் உண்டாகும் குத்தல் நீங்கும்.

கொள்ளு (Dolichos uniflorus)

சூடான கொள்ளுச் சாற்றால் இளைத்த உடல் பருத்து உரமடையும். வாததோடம் நீங்கும்.

சரக்கொன்றை (Cassia firsula)

சரக்கொன்றைப்புளியை நீரில் அரைத்துக் கொதிக்க வைத்துப் பூசினால் கீல்பிடிப்பு முதலிய பிடிப்புகள் நீங்கும்.

மைக்கொன்றை (Caesal pinia pulcherrima)

இது வாதமடக்கிச் செய்கை உடையது. இதன் பட்டையை 2 கிராம் முதல் 4 கிராம் எடை எடுத்துச் சிதைத்து 708 மிலி. நீரிலிட்டுக் குலுக்கிக் காலை மாலைகளில் 170 மிலி. வீதம் போதுமான நாள் வரையிலும் கொடுக்கக் குடல் வாதம் முதலிய வளி நோய்கள் நீங்கும்.

கோதுமை (Triticum vulegare)

கோதுமையை வறுத்துத் தேன் சேர்த்துக் கீல் வலி, முதுகு வலி ஆகியவற்றை உடையவர்களுக்குக் கொடுக்கலாம்.

கோவை (Coccinia indica)

கோவையின் கிழங்கினால் கீல்களில் உண்டாகும் குத்தல் நீங்கும். மேலும் இதனால் முப்பிணி, அழல் நோய், நீரிழிவு, படைகள், நாப்புண், இரைப்பு, கோழை ஆகியவை நீங்கும்.

சங்கன் (Azima tetracantha)

சங்கன் இலையின் குடிநீரை வளி நோய்களுக்கு வழங்கலாம். சங்கன் வேர்க் குடிநீரும் முறைச்சுரம், கீல் வீக்கம் முதலிய நோய்களுக்குப் பயன்படும்.

சணப்பு (Crotalaria juncea)

இதன் இலையைக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கச் சுரநோயும், வளிநோயும் நீங்கும். சூதகக் கட்டும் போம்.

சண்பகம் (Michelia champaca)

இதன் பூக்களை எண்ணெயிலிட்டுப் பிசைந்து தலைநோய், கண்நோய், மூக்கடைப்பு முதலியவைகளுக்கு நெற்றியில் பற்றிடலாம். இதையே கீல் வீக்கம், வாதவலி முதலிய நோய்களுக்கு மேலே தடவலாம்.

சதகுப்பை (Pencedanum grareolens berth)

இதன் இலையைச் சிற்றாமணக்கெண்ணெயிலிட்டுக் காய்ச்சியாகிலும் அல்லது இதன் தனிச்சாற்றையாகிலும் வளி நோய்களுக்குப் பயன்படுத்தலாம்.

இதன் இலையைப் பொடித்துச் சர்க்கரையுடன் கலந்து 3 சிட்டிகையளவு உட்கொள்ளலாம்.

விதையை அரைத்து வெந்நீராவியில் வேகவைத்து கீல் வாயு நோய்க்குப் பற்றிடலாம்.

சத்திசாறணை (Trianthema ecandra)

"அகத்தியர் இரத்தினச் சுருக்கத்தில்" கூறிய வாதராட்சதக் குளிகையை முடிப்பதற்கு இதன் சாறு மிக இன்றியமையாதது. வளிநோயை நீக்கும் தன்மை இவ்விலைச் சாற்றுக்கு உள்ளதால் வாத நோய் பலவற்றுக்கும் மருந்தாக உள்ள வாதராட்சதக் குளிகை செய்யப் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

இதன் வேரைப் பால் விட்டரைத்துக் கால் பலம் வீதம் காலையில் மாத்திரம் உட்கொண்டுவர விரை வாதம் நீங்கும்.

முதிர்ந்த வேரில் ஒரு குன்றியளவு தொடங்கி நாள்தோறும் ஒவ்வொரு குன்றியளவாக உயர்த்தி உட்கொண்டு 40-ஆம் நாள் 40 குன்றியளவு உண்டபின், 41-ஆம் நாள் தொடங்கி நாள்தோறும் ஒவ்வொரு குன்றியளவாகக் குறைத்து உட்கொண்டே வந்து 80-ஆம் நாள் ஒரு குன்றியளவில் நிறுத்த, எவ்வித வளி நோய்களும் நீங்கும்.

இவ்வேரைக் குடிநீர் செய்து வழங்கினாலும் வளிநோய் தீரும்.

சாதிக்காய் (Myristica officinalis)

சாதிக்காயைப் பொடித்து ஆவியிலவித்துச் சூட்டுடனிருக்கும்போது கசக்கிப் பிழிவதனால் வரும் எண்ணெய் சாதிக்காய்த் தைலமாகும். இது கிச்சிலிப் பழத்தோல் நிறமாயிருக்கும். வளிப்பிணிகளையும் சிறப்பாக கீல்வாயுப் பிணிகளையும் போக்கும். அளவு 1 முதல் 3 துளியாகும்.

சாதிக்காய், சணல், சூடன், ஏலக்காய், கிராம்பு, சித்திரமூலவேர் ஆகியவற்றின் பொடி வகைக்கு 4 கிராம் எடை எடுத்து நன்றாக விரவிக் கலந்து 3 முதல் 6 குன்றி வரையில் கொடுக்க வாத வலி முதலியன நீங்கும்.

சாமந்திப்பூ (Chrysanthemum indicum)

சாமந்திப்பூவைக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க வாதத்தால் உண்டான குடைச்சல், தலைவலி முதலியன நீங்கும். சாமந்திப்பூ 17 கிராம், வெந்நீர் 340 கிராம். இதை 15 நிமிடம் மூடிவைத்திருந்து வேளைக்கு 51 கிராம் முதல் 68 கிராம் வரை கொடுக்கலாம்.

பூக்களை வாலையிலிட்டுத் தைலம் வடித்தெடுக்கலாம். இத்தைலத்தில் 1 முதல் 5 துளி வரை சர்க்கரையில் விட்டுக் கொடுக்கலாம்.

இத்தைலத்தைக் கீல்வாயு முதலிய நோய்களுக்கு மேலே தடவலாம். பூவிலிருந்து ஒருவித சத்து எடுக்கலாம். இதை 65 மிலி. முதல் 520 மிகி. வரை கொடுக்கலாம்.

சாமை (Panicum miliaceum)

சாமைச் சோறுண்டால் தனிவாதங்கோழை கபந்
தீமைக் காதாரமாய்ச் சேர் சோபை-போமெத்தப்
பித்தமொடு தாதுவுமா பேசுமதன் கஞ்சிக்கு
முத்தாய் போகு மொழி

என்ற பாடலுக்கு இணங்க சாமையைச் சாதமாகவோ, கஞ்சியாகவோ செய்து சாப்பிட்டு வர மேற்கண்ட நோய்கள் போகும்.

சாம்பிராணி (Benzoin)

சாம்பிராணியைப் பதங்கமாகச் செய்து வளி நோய்களுக்குப் பயன்படுத்தலாம்.

மலாக்கா சம்பிராணியைப் பதங்கித்து எடுக்க வெண்ணிறமான கம்பிகளாக இருக்கும். இதற்கு நல்ல மணம் உண்டு. நீரில் அதிகமாகக் கரையாது.

காற்றினால் கெடாது. பதங்கம் சாம்பிராணியை விட மிகக் காரமுள்ளது. ஊடுருவிப்பாயும் தன்மையும் உள்ளது.

பதங்கம் செய்முறை: ஒரு சேர் பளிங்குச் சாம்பிராணியைச் சிறுசிறு துண்டுகளாக நறுக்கிப்போட்டு ஒரு வாயகன்ற தோண்டியிலிட்டு ஒரு காகிதத்தை நீண்ட குல்லாய் போல் செய்து, குல்லாயின் அடிப்புறம் தோண்டியின் வாய் பொருந்தும்படியாகவும் செய்து பிசினியால் ஒட்டிச் சிறு தீயிட்டு இரு நாழிகை எரிக்க, குல்லாய்க்குள் பதங்கம் படிந்திருக்கும். இப்பதங்கத்தைத் தக்க அளவில் எடுத்துச் சர்க்கரை அல்லது வெல்லப்பாகில் கலந்து கொடுக்கலாம்.

கீல்வாயு நோய்க்கு 1/2 முதல் 1 உளுந்தெடை வரையில் வெற்றிலையில் வைத்துக் கொடுக்கப் போம்.

சிறுநாகப்பூ (Masua ferrea)

சிறுநாகப்பூவின் இலையைக் குடிநீர் செய்து கொடுக்க விரல், காலடி இவைகளில் உண்டாகும் எரிச்சல் போம்.

உலர்ந்த பூவை நெய் விட்டரைத்துக் கால்களில் காணும் எரிச்சலுக்குப் பூசிவரலாம்.

சிற்றாமுட்டி (Paronia zeylanica)

சிற்றாமுட்டி வேரைக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க என்பு தொடர்பான நோய்கள் நீங்கும்.

சிற்றாமுட்டி, பேராமுட்டி, முட்காவேளை, கடுக்காய், நெல்லிக்காய், சுக்கு ஆகியவற்றை ஒரே அளவில் எடுத்து 1400 மிலி. தண்ணீரில் இட்டு, எட்டில் ஒன்றாய் குறுக்கி வடித்துக் குடித்து வர வளி நோய்கள், கிராணி, குன்மநோய் முதலியன நீங்கும்.

சிற்றாமுட்டி, பேராமுட்டி, நெல்லிமுள்ளி, வில்வ இலை, கண்டங்காலி, பாதிரிப்பட்டை, நிலக்குமிழ், முத்தக்காசு, அகில், வேம்பு, திப்பிலி, கோஷ்டம், சுக்கு, நெருஞ்சில், ஆடாதோடை, சீந்தில், பற்பாடகம் முதலியவற்றைச் சம அளவாக எடுத்து இரண்டுபடி நீர் விட்டு, எட்டில் ஒரு பங்காகுமாறு பக்குவமாகக் குறுக்கிப் பருக, வளி தொடர்பான சுரம் முதலான நோய்கள் நீங்கும்.

சிற்றாமுட்டி வேர்ப் பொடி 360 கிராம் எடையை 2800 மிலி தண்ணீரிலிட்டு 700 மிலியாகக் குறுக்கி அதில் சுக்கு, மிளகு, ஏலம், வெட்டிவேர் வகைக்கு 18 கிராம் எடை அரைத்துப் போட்டு, நல்லெண்ணெய் 1 லிட்டர் விட்டுக் காய்ச்சி வடித்துக் கொண்டு வாரமிருமுறை தேய்த்து முழுகிவர வளிநோய்கள் தீரும்.

பேராமுட்டி (Pavonia odorata)

இதன் வேரைக் குடிநீரிட்டுப் பருக வாத சுரம், நீர்வேட்கை முதலியன நீங்கும்.

சீரகம் (Cuminum cyminum)

வளிநோய், நாசிரோகம், பித்த மீறல் முதலியன நீங்கும். உடல் வாடாது. கண் குளிர்ச்சியாகும்.

சீரகத்தை நாட்டுச் சர்க்கரையுடன் விடாது கடைப்பிடியாய் நாளும் உண்டு வரத் தேகம் வன்மை பெறும்.

போசனகுடாரி என்னும் சீரகத்தைத் தனியே பாகப்படுத்தி உண்ண, எல்லா நோய்களும் நீங்கும்.

பாகப் படுத்தும் முறை: நன்றாய் புடைத்து எடுத்த சீரகம் 170 கிராம். இஞ்சிச்சாற்றில் ஊறவைத்து உலர்த்தி, பிறகு முசுமுசுக்கைச் சாற்றில் ஒரு நாள் ஊறவைத்து உலர்த்தி எடுத்துக் கொள்ளவும். அத்துடன் ஏலம், சுக்கு, திப்பிலி, மிளகு, கோஷ்டம், நெல்லிமுள்ளி, நெற்பொரி, வில்வப்பழத் தோடு ஆகியவைகளின் பொடி வகைக்கு 8 கிராம் எடை சேர்த்து ஒன்றாய்க் கலந்து, அதன் எடை அளவு வெள்ளைச் சர்க்கரை சேர்த்து வேளைக்கு 4 கிராம் முதல் 8 கிராம் எடை வீதம் தினம் காலை மாலை இருவேளையும் கொடுக்க எல்லா வகைப் பிணிகளும் நீங்கி, உடல் வன்மை அடையும்.

சீரகம், ஏலம், பச்சைக்கற்பூரம் இவற்றைப் பொடித்து ஓரளவாய் எடுத்து நேர்நிறை சர்க்கரை சேர்த்து மூன்று சிட்டிகை காலை, மாலை சாப்பிட மந்தவாயு தீரும்.

சீரகம் 51 கிராம் எடுத்துப் பழச் சாற்றில் அரைத்து, நல்ல வெல்லம் 17 கிராம் சேர்த்துப் புதுச்சட்டியில் அப்பி 3 நாள் வெயிலில் காயவைத்தெடுத்து ஒரு சிட்டிகை அளவாக காலை, மாலை 10 நாள் சாப்பிட வெட்டை, கை கால் குடைச்சல், எரிச்சல், சூலை முதலியன நீங்கும்.

கறுஞ்சீரகம் (Nigella sativa)

நொச்சிக் குடிநீருடன் இதன் பொடியைக் கூட்டிக் கொடுக்க மேகப்பிடிப்பு, சுரம் முதலியன நீங்கும்.

கறுஞ்சீரகத்தை வெந்நீர் விட்டரைத்துக் கீல்வீக்கம், தலைவலி , உடல் வீக்கம் இவற்றுக்கு மேல் பூச்சாய்ப் பூசலாம்.

இதன் தீநீர் அல்லது தைலத்தை முகர்ந்தாலும் பூசினாலும் நரம்பைப் பற்றிய வலி, இடுப்பு வலி முதலியன நீங்கும்.

பிளப்புச் சீரகம் அல்லது சீமைச்சீரகம் (Carum nigrum)

இதனால் வளி மீறல் நீங்கும். நீங்கா வெறி நோய் நீங்கும். உடலுக்கு அழகுண்டாகும்.

இதனை நற்சீரகத்தை வழங்கும் முறையிலேயே வழங்கலாம்.

பெருஞ்சீரகம் (Pimpinella anisum)

சேர்க்கின்ற வாதமுபோஞ்சீர்பெரிய சீரகத்தால்
மூக்கு நோயில்லை மொழி

என்ற பாடலின் படி வளி நோய்கள் பெருஞ்சீரகத்தால் தீரும் என்பதை உணரலாம்.

இதை இளவறுப்பாய் வறுத்துப் பொடித்து வேளையொன்றுக்கு 1/2 முதல் 2 கிராம் வரை தனியாகவாவது சர்க்கரையுடன் கலந்தாவது தினம் 2 வேளை கொள்ள, மேல் சொன்ன நோய்கள் நீங்கும்.

சுக்கு (Zingiber officinalis)

சுக்கு, அரத்தை, எருக்கம்வேர், நொச்சிக் கொழுந்து, பெருமரப்பட்டை ஆகியவற்றை ஓர் எடை எடுத்து, தகுந்த நீர்விட்டு அதை உழக்காக வற்றச் செய்து நாளும் உண்ணில் சன்னி, வளி சுரங்கள் தீரும்.

சுக்கைக் களி செய்து நெற்றியிலிட தலைவலி தீரும்.

சுக்கை அரைத்து மூட்டு வீக்கங்களுக்குப் பூச வீக்கம் நாளுக்கு நாள் குறையும்.

சுக்கை முலைப்பால் விட்டு அரைத்து நெற்றியில் பற்றிட்டு, நெருப்பின் அனல் படும்படி காட்டத் தலைவலி நீங்கும்.

சுக்கை முதலாகக் கொண்ட சௌபாக்யச் சுண்டி என்னும் இலேகியம் 2 கிராம் முதல் 8 கிராம் அளவு கொள்ள வளி நோய்கள், வெள்ளை, பசியின்மை, நீர் ஊறல் போன்றன தீரும்.

செய்முறை: சுக்கு 280 கிராம் எடுத்து மேல் தோல் சீவி சிறுசிறு துண்டுகளாக வெட்டவும். செம்முள்ளி, செந்தரா, முருக்கிலை, கரிசாலை, சிறுசெருப்படை இவைகளின் சாறு வகைக்கு 350 மிலி. இச்சாறுகளில் தனித்தனியாக ஊறப்போட்டு

உலர்த்திப் பொடி செய்யவும். தக்கோலம், வாலுளுவை, கூகைநீறு, கரியபோளம், வாய்விடங்கம், தான்றி, நெல்லிவற்றல், திப்பிலி, திப்பிலி மூலம் இவைகளை இளவறுப்பாக வறுத்துப் பொடி செய்தவை வகைக்கு 35 கிராம். அமுக்கரா, பொன் முசுட்டை வேர், கண்டங்கத்தரிவேர், நன்னாரிவேர், நிலப்பனை இவைகளின் பொடி வகைக்கு 70 கிராம் இப்பொடிகள் யாவற்றுக்கும் சம அளவாகச் சர்க்கரை எடுத்துப் பசுவின்பால் படி இரண்டுடன் கூட்டிக் காய்ச்சி, பாகுபதத்தில் மேற்படித் தூள்களைச் சிறுகச்சிறுகத் தூவி இலேகியபதமாக்கிக் கொள்ளவேண்டும்.

சுண்டை (Solanum verbasci folium)

உலர்ந்த சுண்டைக் காயைப் போதுமான அளவு நன்றாய்ப் புளித்த மோரும் உப்பும் கலந்து காய வைத்து உலர்த்தி எடுத்துக் கொண்டு, பதார்த்தமாக வற்றல் செய்து சாப்பிடலாம்.

சுண்டை வற்றல், கறிவேப்பிலை, மாங்கொட்டைப் பருப்பு, ஓமம், நெல்லிவற்றல், மாதுளை ஓடு, வெந்தயம் இவற்றை ஓரெடை எடுத்துத் தனித்தனியே இளவறுப்பாக வறுத்துச் சூரணம் செய்து கூட்டி, மூன்று சிட்டிகைப் பொடியைக் காலை, மாலை இருவேளையும் மோரில் கொடுக்க வளிநோய்கள் நீங்கும்.

வேர்ப்பட்டையைப் பொடி செய்து, தேங்காய் குடுக்கையில் வைக்கவேண்டும். இதனை ஒரு சிட்டிகை மூக்கிலிழுக்கத் தலைநோய், நீரேற்றம், மண்டைக் குடைச்சல், ஒற்றைத் தலைவலி, மூக்கு நீர்ப்பாய்தல் முதலியன நீங்கும்.

ஆனைச் சுண்டையின் வேரைக் குடிநீர் செய்து வளி தொடர்பான சுர நோய்க்கு வழங்கலாம்.

செருப்படை (Glinus latoides)

செருப்படைப் பூண்டினைக் குடிநீராகவோ அல்லது பொடியாகவோ செய்து வழங்க வாதமந்தம், சூலை, வாதக் குன்மம் போன்ற நோய்கள் நீங்கும். மேகநோய்களுக்கும் இது பயன்படும்.

சேராங்கொட்டை (Semecarpus anacardium)

வளிநோய்க்குச் சேராங்கொட்டையால் செய்யப்பட்ட மருந்துகள் மிகவும் சிறந்தவை.

காலிலே விலங்கிருப்பதைப் போன்று நடக்கவொட்டாமற்படி கால்களை முடக்கும் வளிநோய்களும், அதனால் உண்டாகும் குத்தலும், பெருங் காற்றை

எதிர்த்த பஞ்சாகும். காலனுடைய கயிறும் விரைந்து சேரா. உடற்கு மேன்மையும் அழகும் உண்டாகும்.

"தேரன் கரிசலில்" கூறிய சேராங்கொட்டை இலேகியத்தை முறைப்படி கொள்ளின் அழகும் பசியும் உண்டாகும். சேங்கன்றை (காளை) ஒத்த உரம் உண்டாகும். செயபேரிகையின் ஒலியைப் போல் குரல் ஒலி உண்டாகும். ஆதிசேடனைப் போன்று இன்பம்துய்க்க வலிவுண்டாகும். குழந்தையின் முகம் போல் களையும், மன்மதன் போன்ற எழிலும் உண்டாகும்.

சேராங்கொட்டை, நெய், இடிவல்லாதி இலேகியம் போன்ற மருந்துகள் வளி நோய்களுக்குச் சிறந்த மருந்துகளாகப் பயன்படுத்தப்பட்டு வருகின்றன.

வல்லாதகி லேகியம் செய்முறை:

(அ) தூய்மை செய்த சேங்கொட்டை, பறங்கிச் சக்கை வகைக்கு 3.5 கிராம்.

(ஆ) திரிகடுகு, திரிசுகந்தம், திரிமஞ்சள், ஓமத்துவயம், சீரகத்துவையம், சிற்றரத்தை, கொத்துமல்லி, சித்திரமூலம், தான்றிக்காய், சிறுதேக்கு வகைக்கு 4.5 கிராம்.

(இ) குங்குமப்பூ, கோரோசனை, கஸ்தூரி வகைக்கு 2.25 கிராம்.

(ஈ) எள்ளு, வெள்ளுள்ளி, கர்ச்சூரம், நெய் வகைக்கு 3.5 கிராம்.

வெல்லம் 350 கிராம், தேன் 17 கிராம்.

(அ) குறியிட்ட சரக்குகளைக் கல்லுரலில் இட்டுக் கடப்பாரையால் மெழுகு போல் இடித்து, (ஆ) வில் கண்ட சரக்குகளின் மெல்லிய பொடியைக் கூட்டிச் சேர்த்துப் பின் (ஈ) யில் கண்ட வைகளைச் சேர்த்து இடித்துக் கொண்டே (இ)யின் சரக்குகளையும் சேர்த்து மெழுகு போல ஒன்றுபட இடித்து நெற்குவியலில் 90 நாள் புதைத்து வைத்துப் பின் வழங்க வேண்டும்.

தக்கோலம்

இது வாதமடக்கி செய்கை உடையது. தக்கோலப் பொட்டை உலர்த்திப் பொடி செய்து 1 முதல் 2 கிராம் எடை அளவு காலை மாலை உட்கொண்டு வர, வளி மீறல், பாண்டு, சுரம் முதலியன நீங்கும். மெலிந்த பெண்கள் இதனை வெற்றிலை, பாக்குடன் கொள்ள மெலிவு நீங்கி, வன்மை பெறுவார்கள். தக்கோலத்தைக் குடிநீரிட்டும் வழங்கலாம்.

தழுதாழை (Culerodendron phlomoides)

இதற்கு வாதமடக்கி என்ற வேறு பெயரும் உண்டு. பக்கவாதம் முதலிய அனைத்து வகை வளி நோய்களுக்கும் இது பயன்படும்.

"வாதப்பிடிப்பென்ற வற்காலியைப் (ஆடு) புலிபோற் போதப் பிடிக்கும்" என்று தழுதாழையின் குணம் கூறப்படுகிறது.

இதன் இலைச் சாற்றை அல்லது வேர்ச் சாற்றை எடுத்து, அதன் அளவுக்கு விளக்கெண்ணெய் சேர்த்து வளி நோய்களுக்குக் கொடுக்கலாம். அல்லது இலையைப் பொடித்துத் தனியாகவும் கொடுக்கலாம்.

இலையை விளக்கெண்ணெய் தடவி வெதுப்பி வைத்துக் கட்ட கீல்களில் காணும் பிடிப்பு நீங்கும்.

வேரை எண்ணெயிலிட்டுக் காய்ச்சிப் பிடிப்புகளுக்குத் தடவி வரலாம்.

துளசி (Ocimum sanctum)

திருமாலின் மாலையாகிய துளசி, வளித் தாது மீறலைத் தன்னிலைப் படுத்தி, ஐயத் தாதுவைக் குறைத்து அதனால் உண்டாகும் பிணிகளையும் நீக்கி உடலைக் காக்கும்.

துளசியின் இரசம் அல்லது சாறு, கற்கம் இவற்றை உட்கொண்டாலும், வேரின் இரசத்தை நல்லெண்ணெயுடன் கூட்டித் தைலமாய் உபயோகித்தாலும் வாதப்பிணி, கபப்பிணி, சன்னி முதலியவை விலகும்.

தேற்றான் (Strychnos potatorum)

இதன் பழத்தோலை எவ்விதமாகப் புசிக்கினும் உருத்திர வாயு நீங்கும்.

தேற்றான் வேர், விதை, பட்டை, இலை, கனி, காய் இவற்றையும் நெல்லிமரத்தின் வேர், விதை, பட்டை, ஈர்க்கு, காய், கனி இவற்றையும் கற்ப முறைப்படி ஊறுகாய், துவையல், குடிநீர் முதலியவைகளாகச் செய்து தக்க பத்தியத்துடன் வழங்கினால் தனுர்வாயு, மூர்ச்சை, சூலைவலி முதலியன நீங்கும்.

தேற்றான் கொட்டையைப் பசுவின்பாலில் ஒரு நாழிகை ஊறப்போட்டு நீரில் கழுவி உலர்த்திக் கொள்ளவும். அதன் எடைக்கு 4 பங்கு சிறுகீரைச் சாற்றை விட்டு அரைபாகம் சுண்ட எரித்து, நீரில் கழுவி எடுக்கத் தூய்மையாகும். இதனைப் பொடித்துத் தக்க அளவில் 325 முதல் 620 மி. கிராம் அளவு கொள்ள உடலில் உண்டாகும் குத்தல், வலி முதலியன நீங்கும். உடலுக்கு வன்மை உண்டாகும். ஆண்மை பெறுகும்.

நாபி (Aconitum ferox)

நாபியின் மூலம் வாதத்தால் வந்த வலி, கபப்பிணிகள், குன்மம், தேள் நஞ்சு முதலியன நீங்கும்.

நாபி வளி நோய்களுக்கான பல பெரிய மருந்துகளில் சேர்க்கப்படுகிறது. பாரிசவாயு போன்ற வாத நோய்களுக்கு நாபி பயன்படும்.

கை, கால் வீக்கங்களுக்கு நாபி 8 கிராம், அக்கரகாரம் 8 கிராம், இந்துப்பு 20 கிராம். இவற்றைத் துளசிச்சாற்றால் மெழுகு போல் அரைத்துப் பூசலாம்.

நிலக்கடம்பு (Asareum europalum)

இப்பூண்டு வாயுக்களைக் கண்டித்துச் சிறுநீரைப் பெருக்கும். கீல்வாயு, பல்வலி, தலைவலி, நரம்பிசிவு ஆகியவற்றை அகற்றும்.

இதனைக் குடிநீரிட்டு 70 முதல் 140 மிலி அளவில் கொடுக்கலாம். அல்லது இதனைப் பொடி செய்து 1 முதல் 2 கிராம் அளவில் மேல்கண்ட நோய்களுக்கு வழங்கலாம்.

நிலக்குமிழ் (Gmelina asiatica)

நிலக்குமிழ் வேரை அரைத்துக் கொடுத்து வர கீல்வாயு, கவுட்டு வீக்கம், வெள்ளை முதலியன நீங்கும்.

நிலவேம்பு (Andrograpis paniculata)

நிலவேம்பு வாத சுரத்திற்குச் சிறந்தது. நிலவேம்பு 15 கிராம், கிச்சிலித்தோல் 195 மி. கிராம். கொத்துமல்லி 19 மி.கிராம். இவைகளை வெந்நீரில் சேர்த்து மூடி 1 மணி நேரம் சென்றபின் வடிகட்டி, 15 முதல் 30 மிலி. வீதம் தினம் 2 அல்லது 3 முறை கொடுக்கலாம்.

சிதைத்த நிலவேம்பு 34 கிராம், வெந்நீர் 700 மிலி, கிராம்புத் தூள், கருவாப் பட்டைத்தூள் அல்லது பொடித்த ஏலம் இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றில் 4 கிராம் எடை எடுத்து ஒன்று கூட்டி 6 மணி நேரம் ஊறவைத்து வடித்து, 15 முதல் 30 மிலி. வீதம் தினம் 2 அல்லது 3 முறை கொடுத்து வர, கீல் பிடிப்பு நீங்கும். உடலுக்கு வன்மை தரும்.

நிலாவாரை (Cassia angustifolia)

நிலாவாரை வேர், பிரப்பங்கிழங்கு, மிளகு, சுக்கு, காரையிலை இவற்றை சேர்த்தரைத்து உருட்டிக் கொடுக்க வளி கேடடைவதால் உண்டாகும் நோய்கள் நீங்கும்.

நிலாவாரை 34 கிராம், சுக்குத்தூள் 19.50 மி.கிராம் இவைகளை இரண்டு ஆழாக்கு வெந்நீரில் சேர்த்து ஒரு மணிநேரம் ஊற வைத்து வடித்துக் கொடுக்க வேண்டும். அளவு: 30 முதல் 60 மிலி.

இக்குடிநீருடன் தேன் கலந்து ஒரு வாரம் உட்கொள்ள, கீல்பிடிப்பு நீங்கும்.

நீர் *பிரம்மி* (Herpestis monniera)

பிரம்மி இலைச்சாறும் மண் எண்ணெயும் சேர்த்துக் கீல்வாயுவுக்கு மேல் பூசலாம்.

இலையைச் சிற்றாமணக்கெண்ணெய் விட்டு வதக்கி வீக்கங்களுக்கு ஒற்றடமிட்டு, அதையே கீல் வீக்கங்களின் மேல் வைத்துக் கட்டி வர வீக்கம் கரையும்.

இலையைப் பச்சையாகவே நரித்தலை வாயு கண்ட கீல்களில் கட்டி வைக்க சிலமணி நேரம் சென்றபின் எரிச்சலை உண்டாக்கும். அப்பொழுது அதனை அவிழ்த்து எடுத்துப் பார்க்கில் சிவந்து காணும். இவ்வாறாக விட்டுவிட்டுக் கட்டிக் கொண்டு வர, வீக்கம் கரைந்து நடக்கச் செய்யும். இதன் இலைச் சாற்றைக் கொண்டு செய்யப்படும் நெய் பிரம்மி என வழங்கப்படும்.

நெல் (Oryza sativa)

அரிசியில் பல வகைகள் உண்டு. கார் அரிசி, மணக்கத்தை, வாலான், கறுங்குறுவை அரிசி, ஈர்க்குச்சம்பா, புழுகுச் சம்பா, கோரைச்சம்பா, குறுஞ்சம்பா, மிளகுச்சம்பா, சீரகச்சம்பா, காளான்சம்பா, மைச்சம்பா, கோடைச்சம்பா, காடைச்சம்பா, மல்லிகைச்சம்பா, இலுப்பைப்பூச்சம்பா, மணிச்சம்பா, வளைத்தடிச்சம்பா, கைவரைச்சம்பா, செஞ்சம்பா, கல்லுண்டைச்சம்பா, குண்டுச்சம்பா, குன்றிமணிச்சம்பா, அன்னமழகி என்ற பல வகைகளில் ஒவ்வொன்றுக்கும் ஒவ்வொரு குணம் உண்டு. இவற்றில் மிளகுச்சம்பா பசித்தீயை வளர்க்கும். பெருவளி முதலிய பலவித வளி நோய்களைப் போக்கும்.

இனிப்புள்ள சீரகச்சம்பாவும் வளி நோய்களைப் போக்கும். மேலும் வளைத்தடிச்சம்பா, குன்றிமணிச்சம்பா ஆகிய அரிசி வகைகளும் வளி நோய்களை நீக்கும் தன்மை கொண்டவையாகும்.

இருமுறை வடித்த கஞ்சி வளிநோயினர்க்குச் சிறந்த உணவு ஆகும். இது குடிப்பதற்கு இன்பமும் உடற்கு ஊட்டமும் தரும்.

சுடுகஞ்சியால் நீர்வேட்கையும் வளிநோய்களும் போம்.

பாகில் சேர்த்துப் பிடித்த நெற்பொரியுண்டை உண்ணில் வாந்தி, வளிநோய் முதலியன நீங்கும்.

பெருங்காயம், இஞ்சி, மிளகு, கறிவேப்பிலை முதலிய சம்பாரம் சேர்ந்த தோசையினால் வளிமீறல் நீங்கும். சுக்கில விருத்தி உண்டாகும்.

அரிசி மாவினால் செய்யப்பட்ட முறுக்கு ஐயம், அழல் தாதுக்களை மிகுதிப்படுத்தும். ஆனால் வளித் தாதுவைத் தன்னிலைப்படுத்தும். அதிரசத்திற்கும் இதே குணம் உண்டு.

சோற்றில் நல்லெண்ணெய் சேர்த்து உண்டால் உடலுக்கு வன்மையும் ஆண்மையும் நல்ல பசியும் உண்டாகும். இது வளி, ஐயத் தாதுக்கள் கேட்டால் உண்டான மேக நோய்களுக்கு நன்று.

மிளகுப்பொங்கலினால் பொருமும் வாயு நீங்கும்.

கடுகும் புளியும் சேர்த்தமைந்த உண்டி உண்டால் வளி, ஐயத்தால் உண்டான தீங்கு நீங்கும்.

எள்ளுச் சோற்றினால் வளித்தீக் கூட்டு நோய்கள் விலகும்.

நேர்வாளம் (Croton tiglium)

இது வளிநோய், விடசந்நி, சூலை, குன்மம், தீராத மலக்கட்டு ஆகியவற்றுக்கு நல்லது. மேக நோய், அழல் நோய் உள்ளவர்க்கு வழங்கலாகாது.

நேர்வாளத்தைத் தனித்து வழங்குவது கிடையாது. பிற மருந்துகளுடன் கலந்து மாத்திரையாகவோ, எண்ணெயாகவோ வழங்குவது உண்டு. இதற்கு நச்சுத் தன்மை உள்ளதால் தக்க முறையில் சுத்தி செய்து வழங்கவேண்டும். வயது முதிர்ந்தோர், சிறு குழந்தைகள், சூல் கொண்ட பெண்கள், நீரிழிவு நோயினர், வன்மை இல்லாதவர் ஆகிய இவர்களுக்கு நேர்வாளம் சேர்ந்த மருந்துகளைக் கொடுப்பது நன்றன்று.

நொச்சி (Vitex / trifolia)

நொச்சியிலையைக் குடிநீரிட்டு வளிச்சுரங்களுக்கு வழங்கலாம்.

வெல்லம் சேர்த்துக் காய்ச்சிய நொச்சிக் குடிநீர் உடலின் வெம்மையைப் போக்கி, நாளுக்குநாள் உடல் வன்மையைப் பெருக்கி, வளித்தாதுவை தன்னிலையில் நிற்கச் செய்யும்.

வெந்நீரில் இலையைப் போட்டு வேகவைத்து நீராவி பிடிக்க, வியர்வை உண்டாகிச் சுரம் தணியும். வளிக் குற்றத்தால் உண்டான உடல்வலி முதலியன நீங்கும்.

தலைவலிக்கு இதனிலையைத் தலைக்குக் கீழாக வைத்துப் படுக்க, குணமாகும். அல்லது இலையைச் சுக்குடன் சேர்த்தரைத்துக் கன்னப் பொறிகளில் பற்றிடத் தலைவலி நீங்கும்.

இலையை வதக்கி ஒற்றடமிட வீக்கம், கீல்வாயு முதலியன தீரும்.

நொச்சியிலைச்சாறு, கரிசாலைச்சாறு, துளசிச்சாறு இவைகளை ஓர் எடை எடுத்து ஓமத்தைப் பொடித்துச் சேர்த்து ஊறவைத்து வேளைக்கு 6 கிராம் வீதம் வளிநோய்க்குக் கொடுக்கலாம். அல்லது நொச்சியிலைச்சாறு 6 கிராமில் சிறது மிளகும் நெய்யும் கலந்து கொடுக்கலாம்.

பறங்கிப் பட்டை (Smilax chinensis)

பறங்கிப் பட்டையைப் பொடி செய்தேனும் குடிநீரிட்டேனும் கொடுத்துவர வளிநோய்கள், தாகம், தாதுநட்டம், புண், பிளவை, மேகம், கிரந்தி, கடிவிடம் முதலியன நீங்கும்.

பற்பாடகம் (Mollugo cerviana)

பற்பாடக வேரை எண்ணெயில் போட்டுக் காய்ச்சி, கீல்வாயு வீக்கங்களுக்குத் தடவலாம்.

பிரப்பங் கிழங்கு (Tuber of cyperus)

இதன் கிழங்கைக் குடிநீர் செய்தேனும், பொடி செய்தேனும் தக்க அளவில் கொடுத்துவர, வளிப்பெருக்கு, கீல்பிடிப்பு நோய்கள் தீரும். பாரிசவாயு நீங்கும்.

***பீநாறிமரம் அல்லது பெருமரம்* (Sterculia foctida)**

இதன் இலை, பட்டை முதலியவற்றை முறைப்படி குடிநீர் செய்து கொடுக்க அது வியர்வையை உண்டாக்கி, சுரத்தைத் தணிக்கும். மேலும் வளித் தாது மிகுதியினால் உண்டாகும் நோய்களும் நீங்கும்.

புன்னை (Alexandrian laurel)

விதையை நீர் விட்டரைத்துச் சூடாக்கிக் கீல்வாயு நோயில் பற்றிடலாம்.

விதையிலிருந்து எடுக்கப்படும் எண்ணெயை மேலுக்குத் தடவிப் பிடித்து வர பின்னிசிவு, முன்னிசிவு முதலிய பெருவளி நோய்கள் நீங்கும்.

இசிவு முதலிய பெருவளி நோய்களுக்குப் பயன்படும் கூட்டு எண்ணெயில் இதுவும் ஒன்றாகும்.

பூவரசு (Thespesia populnea)

இதன் காயிலிருந்து உண்டாகும் ஒருவித மஞ்சள் நிறமுள்ள பாலை மூட்டு வீக்கங்களுக்குப் பூச, வீக்கம் கரையும். எச்சில் தழும்புக்குப் பூச அது மறையும்.

காயையும் பட்டையையும் எண்ணெய் முறைகளில் சேர்த்துக் காய்ச்சி மேற்கூறிய நோய்களில் பயன்படுத்தலாம்.

முதிர்ந்த பட்டையின் சதையைச் சிதைத்துப் பிழிந்த சாற்றை வாயிலிட்டுக் கொப்புளித்துக் கொண்டே விழுங்கி விடின் கழிச்சலை உண்டாக்கும். இவ்வாறே பல நாட்கள் கொள்ளின் உதட்டில் வரும் வெண்புள்ளி நீங்கும்.

பூனைக்காலி (Mucuna prurieus)

பூனைக்காலி விதை 320 கிராம் எடுத்து ஒரு லிட்டர் பசுவின்பாலில் போட்டுப் பால் வற்றும் வரை காய்ச்சி, விதையை எடுத்து உலர்த்திப் பொடித்து, பின் நெய்விட்டு இளவறுப்பாக வறுத்து, சீனிப்பாகு 2 பங்கு சேர்த்து இலேகிய பதமாகக் கிளறி எடுத்துச் சுண்டையளவு உருட்டித் தேனில் ஊறவைத்துக் கொள்ளவும். இதில் வேளைக்கு ஒரு உருண்டை வீதம் தினம் 2 வேளை கொடுத்து வர பாரிசவாதம் நீங்கும். வெள்ளை, வெட்டை, பெரும்பாடு முதலிய நோய்களும் நீங்கும். உடலை வளர்க்கும்.

பெருங்காயம் (Ferula asafoetida)

காயம் ஒன்று, உப்பு இரண்டு, திப்பிலி நான்கு செம்முள்ளிக் கீரைச்சாறு எட்டு பங்கு. இவற்றைக் கூட்டி உண்ண, பின்னுக்கும் முன்னுக்கும் வளைகின்ற வலிப்பான தனுர்வாயு தீரும்.

பொடுதலை (Lippia nodiflora)

பொடுதலையை வதக்கி நீர்விட்டுக் கொதிக்கவைத்து இறுத்துக் கொடுக்க சீதக்கழிச்சல், மாந்தம், இருமல், சூலை, வெள்ளை முதலியவற்றுடன் வளி நோய்களும் தீரும்.

பொன் முசுட்டை என்னும் மலைதாங்கி (Sida acuta)

மலைதாங்கியால் அனைத்து வகை வளிநோய்களும் சுரம், காதுவலி, தலைநோய் முதலியனவும் நீங்கும்.

இதன் வேரை வெந்நீரில் ஊறலிட்டுக் கொடுக்க அது வியர்வையை உண்டாக்கும். நோயால் மெலிந்த உடலைத் தேற்றும். செரியாமையைப் போக்கும். வளி நோயைக் கண்டிக்கும்.

இதன் வேரைக் குடிநீரிட்டுக் கீல்வாயு நோயிலும் வெள்ளை நோயிலும் வழங்கலாம்.

மணிப்புங்கு (Sapindus trifoliatus)

இதன் இலையைக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கத் தலைநோய், வளிநோய்கள் நீங்கும்.

வேரைப்பிழிந்து சாறெடுத்துச் சிறிது மூக்கிலிடத் தலைவலி, காக்கை வலி முதலியன தணியும்.

வேரைக் காடி விட்டரைத்துக் கீல்வாயு நோயில் வெளிப்பூச்சாகப் பயன்படுத்தலாம். நெறிக் கட்டிகளும் கரையும்.

மாவிலிங்கு (Crataeva religiosa)

மாவிலிங்கப் பட்டையினால் வளி நோய்கள், முப்பிணி, கல்லடைப்பு ஆகியவை போகும்.

இதன் இலைச்சாறும் தேங்காய்ப் பாலும் ஓர் அளவு கூட்டி அதில் 90 மிலி வரை கொடுத்து வர, கைகால் முடக்கு நீங்கும்.

இலையை அரைத்து உள்ளங்காலில் பற்றிட, வளிமீறல், வீக்கம், எரிச்சல் நீங்கும்.

சீமை மிளகாய் அல்லது காந்தாரி மிளகாய்(Capsicum ucpaleuse)

இதன் பொடி 8 கிராம், மீன்கொழுப்பு 4 கிராம், செய்துான் எண்ணெய் 34 கிராம் சேர்த்துக் கலக்கிக் குளிர வைத்து மேலுக்குப் பூச, கீல்வாயு முதலிய நோய்கள் நீங்கும்.

மிளகாய்த் தூள் 51 கிராமை 850 கிராம் சாராயத்தில் இரண்டு நாள் ஊறவைத்து, நன்றாக வடிகட்டி அதில் 10முதல் 30 துளி நீர் கலந்து குடிக்க கீல்வாயு, மார்புநோய், செரியாமை முதலியன நீங்கும்.

மிளகு (Piper nigrum)

பச்சைமிளகு வளிநோய்களையும் கீழ் மூலத்தையும் நீக்கும்.

மிளகிலை, தழுதாழை இலை, நொச்சியிலை ஆகியவைகளைச் சேர்த்துக் கொதிக்க வைத்து அந்நீரைக் கீல் வீக்கம், வலி, அடிபட்ட வீக்கம் முதலியவற்றின் மீது விட்டு ஒற்றடமிட அவை நீங்கும்.

மிளகுத் தைலத்தினால் தலை முழுகி வர வளி நோய்கள், தலைநோய், செவிடு ஆகியவை நீங்கும்.

முசுட்டை (Iponoea candicaus)

இது வாதமடக்கி செய்கை உடையது. இக்கொடியை குடிநீரிட்டாவது அல்லது பொடி செய்து இதர மருந்துகளுடன் சேர்த்தாவது கொடுக்க வளி நோய்களைப் போக்கும். நீர்த்தாரை எரிச்சலையும் போக்கும்.

முடக்கறுத்தான் (Cardiospermum halicacabam)

முடக்கறுத்தான் வாதமடக்கி செய்கை உடையது. இதனால் கீல்பிடிப்பு, சொறி, சிரங்கு, கரப்பான், காலைப் பற்றிய வளி ஆகியன நீங்கும். மலக்கட்டை நீக்கும்.

இதன் வேர் முதலியவற்றைக் குடிநீரிட்டு வளி நோய்களுக்கு வழங்கலாம்.

இலையை எண்ணெய் விட்டுக் காய்ச்சி அவ்வெண்ணெயை வளி நோய்களுக்குப் பூசலாம். இலையை வதக்கி மூட்டு வீக்கங்களில் ஒற்றடமிடலாம்.

முருங்கை (Moringa pterygosperma)

முருங்கை வேர் வளிப் பெருக்கை நீக்கும்.

காட்டு முருங்கைப் பிசினை பாலில் கரைத்து நெறிகட்டிக்குப் பூசலாம்.

வேரின் சாற்றுடன் பால் சேர்த்துத் தக்க அளவில் சாப்பிட விக்கல், இரைப்பு, கீல்வாயு, உள்ளுறுப்புகளின் வீக்கம், முதுகுவலி முதலியன நீங்கும்.

வேரை அரைத்துக் கடுகுத்தூள் சேர்த்துப் பற்றிடலாம்.

முள்ளங்கி (Raphanus sativus)

முள்ளங்கிக் கிழங்கினால் வளிநோய், கரப்பான், வயிற்றெரிச்சல், குத்தல், குடல் பருமன், இருமல், ஐயநோய், தலைவலி, நீரேற்றம், பல்வகை சிலந்தி, குன்மம், இரைப்பு, மூலக் கடுப்பு ஆகியவை நீங்கும்.

கிழங்கைச் சமைத்துச் சாப்பிடலாம். சாறு எடுத்துக் குடிக்கலாம். கிழங்கைப் பச்சையாகத் தின்பதும் உண்டு. நல்ல பசியை உண்டு பண்ணும். உணவைச் செரிப்பிக்கும்.

முள்ளங்கி விதையைக் குடிநீரிட்டு அருந்தினாலும் மேற்சொன்ன குணங்களை நல்கும்.

முன்னை (Premna integrifolia)

"முன்னைவேர் வாதம் முதிரேப்பம் தான் போக்கும்" என்பதன் மூலம் முன்னைவேர் வாதத்தின் கேட்டினை நீக்கும் என அறியலாம். இதன் "இலை வாதம் என்பதையும் இல்லையெனச் செய்யும்" என்றும் கூறப்படுகிறது.

இலையை முறைப்படிக் குடிநீரிட்டு 15 முதல் 30 மிலி. தினம் 2 வேளை கொடுக்கலாம். வேரையும் மேற்கண்டபடி குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கலாம்.

மூக்கிரட்டை (Boerhaavia diffusa)

மூக்கிரட்டை இலையை உணவு முறையாகவேனும் மருத்துவ முறையாகவேனும் புசித்துவர உடலில் உள்ள வளி நோய்கள் ஒன்றும் தலைகாட்டாது. அவை பெட்டிப்பாம்பாக அடங்கிவிடும் என்பதை உணரலாம்.

மூக்கில் வரக்கூடிய வளி நோயின் கெடுதிகளையெல்லாம் விலக்க வேண்டின் மூக்கிரட்டை கீரையின் சமூலத்தைப் பாகம் செய்து 1 மண்டலம் புசித்தல் வேண்டும்.

இதன் இலையைக் கறி செய்து சாப்பிடுவது நம்நாட்டு வழக்கம். இதனால் மலச் சிக்கல் தீரும். உடல் ஒளி பெறும்.

இதன் வேர்க் குடிநீரைக் கீல்வாயுவுக்கு வழங்கலாம். சிற்றாமணக் கெண்ணெயில் இதன் வேரைச் சிதைத்துப் போட்டுக் காய்ச்சி வடிகட்டித் தக்க அளவில் கொடுக்க வளிநோய் தணியும். கழிசல் உண்டாகும்.

மெருகு (Hamelomena aromatica)

இதற்கு வளியடக்கி செய்கையுண்டு. இதன் கிழங்கு வளி, அழல், ஐயப் பிணிகள் ஆகிய அனைத்தையும் அகற்றும்.

'தேரன் தைலவர்க்கச் சுருக்கத்தில்" பல்வகைத் தைலங்களின் செய்முறைகள் கூறப்பட்டுள்ளன. மெருகுத்தைலம், மெருகுள்ளித்தைலம், மெருகுப் பச்சைத் தைலம் போன்றன மிகச் சிறப்பானவை.

மெருகுள்ளித்தைலம் வளி நோய்க்குச் சிறந்த மருந்தாகும். இதை உடல் வன்மையைறிந்து தினம் காலையில் மாத்திரம் கொடுத்துவரக் கீல்வாயு, முடக்குவாயு, நரித்தலைவாயு முதலிய நோயும், புண்களும், வாயுவின் வீக்கமும் கனவில் கண்ட பொருள் போலாகும். உப்பு, புளி பத்தியம் தேவை.

வசம்பு (Acorus calamus)

வசம்புத் தூளைத் தேனில் குழைத்து விடியற்காலை தோறும் உட்கொண்டுவரின் நாக்குப் பிறழ்ச்சி (நாக்கு வாதம்) அல்லது தெத்துவாய் நீங்கும்.

நாட்பட்ட கீல்வாயு நோய்களுக்குக் காய்ச்சுக்கட்டியுடன் வசம்பைச் சேர்த்து நீர் விட்டரைத்துப் பற்றிடலாம்.

வசம்பு, காயம், அதிவிடயம், திப்பிலி, மிளகு, சுக்கு, கடுக்காய்த்தோல், இந்துப்பு ஆகியவைகளைப் பொடி செய்து கூட்டி 1 முதல் 2 கிராம் கொடுக்க, வளி நோய்களுடன் செரியாமை, மாந்தம் முதலியன நீங்கும்.

வல்லாரை (Hydrocotyle asiatica)

குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் நரம்பு நோய்களுக்கு வல்லாரை இலைச்சாறும், பசுவின் பாலும், அதிமதுரத்தூளும் சேர்த்துக் கலந்து கொடுத்துவர மிகுந்த பலன் தரும்.

.வல்லாரையிலையைக் கற்பமாக உண்ணின் அறிவு துலங்கும் என்பதை அறியலாம். இச்சாற்றுடன் உப்பும் சாதிப்பத்திரியும் கூட்டிக் கொடுக்கப் பெருவயிறு, வல்லை முதலியன நீங்கும்.

வாகை (Mimosa flexuosa)

வாகைப்பூ வளித் தாதுவைத் தன்னிலைப் படுத்தும். நஞ்சுகளைப் போக்கும்.

பூவை அரைத்தாவது, குடிநீர் செய்தாவது கொடுத்துவர வளி நோய்களையும், பாம்புக் கடியையும், ஐயப் பெருக்கையும் நீக்கும்.

பூவை அரைத்துக் கட்டிகள், வீக்கம், தடிப்பு இவைகளின் மீது பூசலாம்.

கருவாகை வளித்தாதுப் பெருக்கினை நீக்கும். கட்டை அல்லது வேர்ப் பட்டையில் 9 கிராம் எடுத்து நன்றாய்ச் சிதைத்துக் குடிநீரிட்டுக் கொடுத்துவர வளி மீறல் நீங்கும். அல்லது பொடி செய்து 2 கிராம் காலை, மாலை இரு வேளை நோய் நீங்குமட்டும் கொடுக்கலாம்.

வாதநாராயணன் (Delonix elata)

வாதமடக்கி செய்கை உடைய மூலிகை இது. இலைச் சாறும் ஆமணக்கெண்ணெயும் ஓரளவு கூட்டிக் காய்ச்சி வடிகட்டி 35 முதல் 50 கிராம் வரை உள்ளுக்குக் கொடுக்க நன்றாய்க் கழியும். பெருகிய வளிக் குற்றம்

தன்னிலைப்படும். வளி நோயைப் போக்கும் தைலங்களில் இது சேர்க்கப்படுமாயின் வளி நோய்கள் எளிதில் தீரும்.

விட்டுணுக்கிராந்தி (Evolvulus alsinoides)

இப்பூண்டைக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க வளிமீறலால் உண்டான பிணிகள் நீங்கும்.

இப்பூண்டுடன் சீரகம் சேர்த்தரைத்துப் பாலில் கலக்கி உட்கொள்ள நரம்புத் தளர்ச்சி நீங்கும்.

வெங்காயம் (Allium cepa)

வெங்காயப் பூவைச் சமைத்தேனும் குடிநீரிட்டேனும் உலர்த்திப் பொடித்தேனும் வழங்க வாத வலி முதலிய நோய்கள் நீங்கும்.

கிழங்குச் சாற்றைக் கடுகெண்ணெயுடன் ஓரளவு கலந்து பூசக் கீல்வாதம் குணப்படும்.

வெட்பாலை (Wrightia tinctoria)

வெட்பாலை அரிசி அழல், வளிக் கூட்டின் பெருக்கையும், கடுவன், குடல் வாயு, வயிற்றுப் பொருமல், கழிச்சல் வகைகளையும் போக்கும்.

வெந்தயம் (Trigonella faenum-graecum)

வெந்தயக்கீரையுடன் கோழி முட்டை, தேங்காய்ப்பால் சேர்த்து, நெய்யில் சமைத்துக் கொள்ள இடுப்புவலி தீரும்.

கீரையுடன் வாதுமைப் பருப்பு, கசகசா, கோதுமை, நெய், பால், சர்க்கரை சேர்த்துக் கிண்டி உட்கொள்ள உடல் வலுக்கும், வன்மை உண்டாகும். இடுப்புவலி தீரும். வெந்தயத்தைத் தோசையாகச் செய்து விருப்பமுடன் புசித்து வந்தால் உடல் வன்மை பெருகும். உடல் பருக்கும். உடம்பின் வலி நீங்கும். இதனைக் கருணைக் கிழங்கோடு சேர்த்துச் சாப்பிட்டு வந்தால் உடல் நன்றாய் பருக்கும்.

வெள்ளறுகு (Enicostemma littorale)

வெள்ளறுகினைக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க அல்லது இதன் பொடியை வழங்க வளி நோய்கள், குன்மம், குடல்வாயு, கீல் பிடிப்பு, நரம்புகளைப் பற்றிய கழலை, தினவு, சிரங்கு ஆகியன நீங்கும்.

வெள்ளுள்ளி (Allium sativum)

வெள்ளுள்ளியை வளி நோய்கள், சன்னி, தலைவலி, தாடை வலி, நீரேற்றம், மூலரோகம் முதலிய நோய்களுக்கு வழங்கலாம்.

கடுகு அல்லது தேங்காய் எண்ணெயுடன் பூண்டு சேர்த்து எண்ணெயாகக் கலந்து பூசி ஒற்றடமிட உடல் நோதல், குடைச்சல் முதலிய வளி நோய்கள் நீங்கும்.

வேம்பு (Azadirachta indica)

வேம்பின் நெய்யைப் பூச பெரும் வளி நோய் வகைகள், கழலைகள், கரப்பான், சிரங்கு, முன்னிசிவு, சுரம் ஆகியவைகள் போம்.

வேப்பெண்ணெயை இரும்புக் கரண்டியில் விட்டுக் காயவைக்கவும். எருக்கனிலையைக் கற்றையாய்ச் சுருட்டிக் கட்டி ஒரு புறத்தைத் தட்டையாகக் கத்தரிக்கவும். அதைக் காய்ந்து கொண்டிருக்கும் எண்ணெயில் தோய்த்து ஒற்றடமிடப் பிடரிவலி, நரம்பு, உடல்குத்து, முப்பிணியில் காணும் வலிகள் தீரும்.

வேப்பெண்ணெய் சேர்ந்த ஐங்கூட்டு நெய்யால் பெருவளிநோய் கூட்டம், முன்னிசிவு, பின்னிசிவு, முப்பிணி முதலியன தீரும்.

தனித்த நெய்யைக் கீல்வாயுவுக்கு மேல் பூச்சாகப் பயன்படுத்தலாம்.

வேப்பம் பிண்ணாக்கை இடித்துப்பொடித்து வறுத்து ஒற்றடமிட முப்பிணி, வளிநோய், தலைவலி முதலியன நீங்கும்.

பிண்ணாக்கைச் சுட்டுப் பொடி செய்து முகர மூக்கினின்றும் நீர்வடியும். தும்மலுண்டாகும். தலைவலி, முப்பிணி தீரும்.

வேப்பம்பட்டை 4 கிராம், திப்பிலி 8 கிராம் சேர்த்தக் குடிநீரை இடுப்புவாதம், கீல்வாயு நோய்களுக்கு வழங்கலாம்.

வேப்பம்பட்டை 85 கிராம், விலாமிச்சம் வேர், மிளகு, வெள்ளுள்ளி, சீரகம், கஸ்தூரிமஞ்சள் வகைக்கு 17 கிராம். இவைகளைப் பசும்பால் 700 மிலி அளவில் அரைத்து, நல்லெண்ணெய் 1400 மிலி கலந்து தைலம் செய்து தலை முழுகிவர வளி நோய்கள், தலைநோய் முதலியன நீங்கும்.

கருவேல் (Acacia arabica)

கருவேல் வேரினைக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கப் பெருவளி நோய்கள் நீங்கும்.

வெள்வேலுக்கும் இக்குணம் உண்டு. பட்டைத் தைலத்தில் தலை முழ்கிவர வளி நோய்கள், சந்துக் குடைச்சல், வளிச்சுரம், மயக்கம் முதலியன நீங்கும்.

நல்வேளை (Gynandropsis pentaphylla)

வேளைப்பூ ஐயத்தால் உண்டாகும் கொடிய தலைநோய்க்கு நல்லது. இலையைச் சிதைத்துச் சாற்றைப் பிழிந்து, திப்பியை உச்சியில் வைத்துச் சீலையால் இறுக்கிக் கட்ட, ஒருவித விறுவிறுப்பு உண்டாகும். 5 முதல் 10 நிமிடம் பொறுத்துக் கட்டை அவிழ்த்து இலைத் திப்பியைப் பிழிய நீர் வடியும். தலைபாரம் நீங்கும்.

இலையைக் குழம்பு, சாம்பார் செய்து கொடுக்க வளி நோய்களைப் போக்கும்.

பூவை நெய் விட்டு வதக்கித் துவையல் செய்து சோற்றுடன் கலந்துண்ண வளி நோய்கள் முதலியன தீரும்.

விதையைக் குடிநீர் செய்து கொடுக்க வளி நோய்கள் நீங்கும்.

வேர் வளி நோய்களைக் கண்டிக்கும் தைல முறைகளில் சேரும்.

6

வாத நோய்களின் பொது மருத்துவம்

முன்னுரை

பலவாறு மாறுதலடைந்து கெடுகின்ற உடலை மாறுதல் அணுகாமல் ஒரே தன்மையாக நிலைக்கும்படிச் செய்து, அதனாலாகும் செயல்களைக் குறைவின்றி நடக்கச் செய்வது எதுவோ அதுவே மருத்துவம் ஆகும். காப்பு, நீக்கம், நிறைப்பு என்பதில் முதல்படி நோய் வராமல் காத்துக் கொள்வது. நோய் வராமல் பாதுகாத்துக் கொள்ள வேண்டுமெனின் நோய் வரும் காரணங்களை அறிந்து, அவற்றைத் தவிர்ப்பதே வழியாம். எற்கனவே முன் அத்தியாயத்தில் வளி நோய்கள் எந்தெந்த காரணங்களால் வரும் என்பதை அறிந்து கொண்டோம்.

முக்கியமாக அன்றாடம் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய உணவு முறைகள், கால, இட வேறுபாடுகளால் ஏற்படும் மாற்றங்களால் நோய் ஏற்படும் தன்மை, மனோரீதியான சில செயல்கள் இவற்றால் எவ்வாறு வளி நோய்கள் உண்டாகின்றன என்பதை முன் சொன்னவாறு தெளிவாக உணர்ந்து, அவைகளைச் சரியான முறையில் அமைத்துக் கொள்வதே இந்நோய் மருத்துவத்தில் முதல் நிலையாகக் கொள்ள வேண்டும்.

மருத்துவத்தின் அடுத்தபடியாக உள்ள நோய் நீக்கும் முறைமையில் நோயைப் பற்றி நன்றாக அறிந்து கொள்வதோடு அந்நோய்க்கு முதல் காரணமாக அமைந்தது எது என்பதை ஆராய்ந்து, அதன் பின்னர் அதைத் தீர்வு செய்யும் முறையை முடிவு செய்ய வேண்டும்.

நோயைப் பற்றி ஆய்வு செய்யும்பொழுது நோயாளி எப்படிப்பட்டவர், நோயின் தன்மை, அதன் அளவு, காலம், ஆகியவற்றைப் பற்றியும் ஆராய்ந்து முடிவெடுக்க வேண்டும்.

நோயைப் பற்றியும் நோயாளரைப் பற்றியும் ஆய்வு செய்து வளித்தாது பாதிப்படைந்துள்ளது என்று உறுதி செய்யப்பட்டபின் அதற்கான மருத்துவ முறைகளைப் பின்பற்ற வேண்டும். உயிர்த்தாதுக்களின் பாதிப்பு நிலையை உறுதி செய்து கொள்ளவும், நோயின் தீவிரத் தன்மை, தீரும், தீரா நிலை இவற்றை அறிந்து கொள்வதற்கும் எண்வகைத் தேர்வுகள் என்ற 8 வித சோதனை முறைகளைச் செய்வதும் அவசியமாகும்.

நாடி, பரிசம், நா, நிறம், மொழி, விழி, மலம் ,மூத்திரம் என்பன எண் வகைத் தேர்வுகளாம்.

நாடி

நாடிப் பரிசோதனையில் வளி நாடி இயல்பான நிலையில் ஒரு மாத்திரை அளவில் இருக்க வேண்டும். இது தன்னளவில் கூடி இருக்குமானால் வளி மீறல் என்பதை உணரலாம். இந்நிலையில் வளிநோய்க்கான குறிகுணங்கள் காணப்படுகின்றனவா என்பதை உணர வேண்டும். வளி மீறலில் எத்தகைய குறிகுணங்கள் இருக்கும் என்பதை நாடி நூல்கள் பலவும் தெளிவாக உரைத்துள்ளன. அவற்றை மனதில் கொண்டும் நோயாளரிடம் காணும் குறிகுணங்களைக் கொண்டும் சரியான நோயை அறியமுடியும்.

வளிநோய்கள் சிலவற்றில் வளி நாடி மட்டுமல்லாது அழல் நாடியும், ஐய நாடியும் தனித்தனியாகவோ சேர்ந்தோ பாதித்துக் காணப்படும். அச்சமயங்களில் அழல் நாடி தன் இயல்பான அரை மாத்திரை அளவில் மீறியும், ஐய நாடியானது தன் இயல்பான கால் மாத்திரை அளவில் கூடியும் காணப்படும். வளியும் அழலும் மீறி நடந்தால்அது வளியழல் நாடி எனவும், வளியும் ஐயமும் மீறி நடந்தால் அது வளிஐயநாடி எனவும் கூறப்படும். இவ்வாறான நாடி நிலைகள் காணப்படும்பொழுது வளி நோயாளியின் குறி குணங்களும் மாறி நிற்பதை அறிய முடியும். எனவே மருத்துவ முறையையும் நாடிகளின் அல்லது தாதுக்களின் பாதிப்புக்கு ஏற்றாற்போல் அமைத்துக்கொள்ள நமக்கு ஏதுவாகிறது.

பரிசம்

பரிசம் என்பது தொட்டுப்பார்த்தல். மருத்துவர் நோயாளியின் உடலைத் தொட்டுத் தடவிப் பார்க்கும் பொழுது சுரசுரப்பாயும், வறட்சியாகவும், மிதமான சூடாகவும் காணப்படுவது வளி நோயின் இயல்பாம். மேலும் தொட்டுப் பார்ப்பதன் மூலம் வளி நோயினருக்குப் பெரும்பான்மையாக உள்ள வலி, வீக்கம்

போன்றவற்றின் தன்மையையும் உணரமுடியும். நரம்புகளின் பாதிப்பையும் என்பு, மூட்டுகளின் தன்மைகளையும் அவயங்களை அசைத்துப் பார்த்துப் பாதிப்பின் தன்மையை உணரலாம். எனவே பரிசச் சோதனை வளி நோயினருக்கு முக்கிய சோதனையாக அமைகிறது.

நா

வளி மீறல் நோயில் நாக்கு பெரும்பாலும் கறுமை நிறத்தில் காணும் என்று நூல்களில் கூறப்பட்டுள்ளது. எனினும் நோயினருக்குக் காணப்படும் மற்ற குறிகுணங்களால் இவை சற்றே வேறுபாடான நிலையிலும் இருக்கலாம். நாக்கு சோதனையில் நாம் முக்கியமாகக் கவனிக்க வேண்டியது அதில் மாப் படிந்துள்ளதா? புண்பட்டுள்ளதா? வழவழத்துள்ளதா? வெடிப்புகள் உள்ளனவா? வறண்டு உள்ளதா? நீர் ஊறிக் கொண்டுள்ளதா? நா கோணிக் கொண்டுள்ளதா? சரியாகப் பேச முடிகிறதா? நாக்கை நீட்ட முடிகிறதா? சாப்பிடும்பொழுது உணவு இருபக்கமும் சரியாக மெல்ல முடிகிறதா அல்லது ஒரு பக்கமாக ஒதுங்குகிறதா? நாவின் உருசி எப்படியுள்ளது? என்பன போன்ற சோதனைகளாம்.

நிறம்

நிறப் பரிசோதனையில் நோயாளியின் தோல் நிறம் எவ்வாறுள்ளது என்பதைப் பரிசோதித்தலாகும். வளிநோயாளியின் தோல் நிறம் பெரும்பாலும் கறுமை அல்லது நீல நிறத்தில் காணப்படும். வளித் தாது சில குறிப்பிட்ட இடங்களில். பாதிப்படைந்தால் அவ்விடத்தின் நிறத்தைப் பாதிப்படையச் செய்வதை உணர்ந்து கவனித்தல் அவசியம்.

மொழி

மொழிச்சோதனையில், நோயாளி இயல்பாகப் பேசுகின்றாரா? பேச்சில் குளறுதல், பிதற்றல் உள்ளதா? முனங்கல் உள்ளதா? வலியுடன் கூச்சலிடுகிறாரா? சோகத்தில் வருந்தி அழுகிறாரா? மூச்சுத் திணறலுடன் பேசுகிறாரா? என்பதை அறிதல் வேண்டும். வளி மீறல் நோயில் பெரும்பாலும் வலியால் துடித்துக் கொண்டும், அரற்றிக் கொண்டும், பிதற்றலும் காணப்படும்.

விழி

விழிப் பரிசோதனையில் கண் கலங்கியுள்ளதா? பார்வை எவ்வாறு உள்ளது, கண் சரியாக மூட முடிகிறதா? இரண்டு கண்களும் சம நிலையில் உள்ளனவா?

என்பதை ஆராய வேண்டும். வளி நோய் சிலவற்றில் இவை பாதிக்கப்படும்.

மலம்

மலப் பரிசோதனையில் மலத்தின் நிறம் கொண்டு பாதிக்கப்பட்ட தாதுவை அறியலாம். மலம் கறுத்தும் இறுகியும் கட்டுப்பட்டும் காணப்படின் வளி மீறல் உள்ளது என்பதை அறியலாம்.

மூத்திரம்

மூத்திரப் பரிசோதனையில் நீர்க்குறி, நெய்க்குறி ஆகிய இருவித சோதனைகள் உள்ளன. நீர்க்குறியில் நீரின் நிறம், அளவு, மணம், நுரை,எஞ்சல் ஆகிய சோதனைகள் உள்ளன. வளி நோயினருக்குச் சிறுநீர் சிறிது கறுமை கலந்தும், அளவு இயல்புக்குக் குறைவாகவும், அபானன் பாதிக்கப்பட்டால் சிறிது கட்டுப்பட்டும் காணப்படும். மணம், நுரை, எஞ்சல் போன்றன வளி பாதிக்கப்பட்ட அவயங்களின் தன்மையைப் பொறுத்து மாறுபட்டுக் காணப்படும். நெய்க்குறியில் நீரில் விட்ட நெய்யானது வளி நோயினால் அரவு போல் நீண்டு காணும். நீரில் விட்ட நெய் மேலும் பரவும் நிலை கொண்டு நோய் நீங்கும் தன்மை குறித்தும் அறியலாம்.

இவ்வாறாக எண்வித சோதனைகள் மூலம் பாதிக்கப்பட்டது வளித்தாதுதான் என்பதை உறுதி செய்து கொண்டு, நோய் தணிக்கும் வழிமுறைகளைப் பேணுதல் வேண்டும்.

மருத்துவம்

"விரேசனத்தால் (பேதியால்) வாதந் தாழும்" என்பது அடிப்படை. எனவே வளி நோயினருக்கு மருத்துவம் செய்யும் பொழுது நோயாளியின் தன்மை, நோயின் தன்மை, கால நிலைமை, இடம் ஆகியவற்றை அறிந்து பேதி மருந்தைக் கையாள வேண்டும். நோய்க்குண்டான நேர் மருந்துகளைக் கொடுப்பதற்கு முன்னால் இம்மருந்துகளைக் கொடுப்பதால், நோயாளியின் அன்னமயக் கோசத்தில் (வயிற்றில்) உள்ள நச்சுத் தன்மைகள் நீக்கப்படுகின்றன. ஆம அடை என்னும் குடலின் நச்சுத் தன்மையே பெரும்பாலான வளி நோய்களுக்குக் காரணமாக அமைவதால் கழிச்சல் மூலம் அவை நீக்கப்படுகின்றன. வளி நோய்களில் அபானன், உதானன், சமானன், வியானன் ஆகிய கால்கள் அல்லது வாயுக்கள் பாதிப்படைகின்றன. விரேசனத்திற்குப் பின் இவை ஓரளவு சமநிலை அடையும்.

விரேசனத்திற்குக் கையாளாக்கூடிய பேதி மருந்துகள் எல்லோருக்கும் ஒரே விதத்தில் அமையாது. நோயின் தன்மை, அளவு ஆகியவற்றுக்கு ஏற்றாற்போலும் வயதிற்கு ஏற்றாற்போலும், காலத்திற்கு ஏற்றாற்போலும் மாறும்.

முதுவேனில் காலமாகிய ஆனி, ஆடி மாதங்களில் பேதி மருந்துகளைக் குடிநீர், கல்கம், அல்லது எண்ணெய் வடிவத்தில் வழங்க வேண்டும். ஆவணி, புரட்டாசி என்ற கார் காலத்திலும், மார்கழி, தை ஆகிய முன்பனிக் காலத்திலும் நேர்வாளம், கள்ளிப்பால், இரசம் கலப்புள்ள மாத்திரை வடிவான பேதி மருந்துகளைக் கொடுக்கலாம். இக் காலங்களில் எண்ணெய் வடிவான பேதி மருந்துகளைக் கையாளக் கூடாது. நேர்வாளம் கலந்த பேதி மருந்துகளை உடல் வன்மை குறைந்தவர்களுக்கும், குழந்தைகளுக்கும், வயது முதிர்ந்தோருக்கும் கொடுக்கக் கூடாது.

விரேசன மருந்துகளைப் பின் இரவில் அல்லது விடியற்காலையில் கொடுக்க வேண்டும். பகலில் வெந்நீர் அருந்த வேண்டும். எளிதில் செரிக்கக் கூடிய கஞ்சி போன்ற உணவையே அருந்த வேண்டும். அளவுக்கு அதிகமாக பேதியாவதாகத் தெரிந்தால் மோர் சாப்பிடக் கொடுக்க வேண்டும். பேதி மருந்து கொடுத்த பின் ஒரு நாள் ஓய்வுக்குப் பின்னர் நோய்க்கான நேர் மருந்துகளைக் கையாள வேண்டும். நோய்க்கான நேர் உள் மருந்துகளைக் கொடுக்கும் பொழுதும் விதி ஒன்றை அனுசரித்தல் நலமாம். "வேர்பாரு தழைபாரு மிஞ்சினக்கால் மெல்ல மெல்ல பற்ப செந்தூரம் பாரு" என்பதுவே அவ்விதியாம். மருந்துகளில் மூலிகைகளால் செய்யப்பட்ட மருந்துகளை முதலில் கொடுத்து, அதன் பின் நோய் சரியாகாவிடின் பற்பம், செந்தூரம் போன்ற தாதுப் பொருள்களால் செய்த மருந்தை வழங்க வேண்டும்.

வளி நோயாளருக்கு நோய்க்கான உள்மருந்துகளைக் கையாளும் சமயத்திலேயே தேவையான வெளிப்பூச்சுத் தைலங்களையும் உபயோகிப்பது அவசியம். தைலங்களை வளித்தாது பாதிக்கப்பட்ட பகுதிகளில் தடவ வேண்டும்.

அவசியம் ஏற்பட்டால் தைலம் தடவியபின் தக்க முறையில் பிடித்து விடுதல் வேண்டும். இதற்குத் தொக்கணம் என்று பெயர். பத்து விதமான தடவு முறைகள் இதில் உள்ளன. நோய்க்கு ஏற்றாற்போல இதனைக் கையாள வேண்டும்.

வர்ம முறை என்னும் இளக்கு முறைகளும் ஒருவிதமான தடவு முறைகளே. வளி நோய்களில் அவையும் பயன்படும். தலை முழுக்குத் தைலங்களும் வளி நோயாளருக்குச் சில சமயம் அவசியமாகின்றன. அவற்றையும் தேவையறிந்து

நல்க வேண்டும். சில நோயாளிகளுக்கு மூலிகைகளால் அரைக்கப்பட்ட பற்றினைப் பற்றிட வேண்டும். சிலருக்கு ஒற்றடமிடுதலும் அவசியம். மூலிகைகளைக் கொண்டு ஒற்றப்படும் முறைகள் வழக்கத்தில் உள்ளன.

இவ்வாறாக மருத்துவம் செய்யும் பொழுது நோயின் தன்மைக்கு ஏற்றவாறும் மருந்தின் தன்மைக்கு ஏற்றவாறும் உணவில் பத்தியம் காப்பது அவசியம். மருந்துவர் அவ்வப்போது இதனைத் தேவையறிந்து நோயாளிக்கு உணர்த்துவர். இது தவிர சில யோகாசன முறைகளையும் சில வளி நோயாளிகள் அனுசரிக்க வேண்டியது அவசியம். மேற்கண்ட அனைத்து மருத்துவ முறைகளையும் பின்வரும் பகுதிகளில் காணலாம்.

பல்வகைப்பட்ட பேதி (விரேசன) முறைகள்

1. இராச விரேசனம்

நேர்வாளப் பருப்பைப் பாலுடனிட்டுக் காய்ச்சிப் பிரையிட்டுத் தயிராக்கிக் கடைந்த மோரைக் கொண்டு சுண்ணாம்பைத் தாளித்து, அச்சுண்ணத்தை வெற்றிலையில் தடவிப் பாக்குடன் கூட்டி மென்று தின்ன விரேசனமாகும். இதற்கு மாற்று வெந்நீர்.

2. கடுகுரோகணி விரேசனம்

கடுகுரோகணி ஓரளவு எடுத்து அதில் பாதி நாய்வேளையும், அதில் பாதி பாக்குத்தூளும் சேர்த்துக் காய்ச்சிய குடிநீரைக் கை பொறுக்கும் சூட்டுடனருந்த உடனே விரேசனமாம். பேதி அதிகமானால் வெந்நீரருந்த அடங்கும்.

3. பாண்டுமை அண்டவாத விரேசனம்

மிளகும் அதனளவுள்ள வீட்டுப்பும் கூட்டி அரைத்து வில்லை செய்து ஆமணக்கெண்ணெயில் உட்கொள்ள விரேசனமாகிப் பாண்டு, அண்ட வாதம் தீரும்.

4. சௌக்ய விரேசனம்

இந்துப்பு, பிரமியிலைச் சாறு, நெல்லியீர்க்கு ஆகிய மூன்றையும் அரைத்துக் கலந்து தீயில் காய்ச்சிப் பல்லில் படாமல் அடிநாவில் இட்டு அருந்த, சுகபேதியாகும். மிகுமாயின் வெந்நீர் அருந்தவும்.

5. பற்று விரேசனம்

கடுகுரோகணி, வெள்ளைச் சாறணை, கோரோசனை, சுத்தித்த நேர்வாளப் பருப்பு ஆகியவற்றை அளவுடன் கொண்டு உள்ளிப் பூண்டின் சாற்றிலிட்டுக் காய்ச்சிப் பாகுபோல் செய்தருந்த விரேசனமாகும். அடிவயிற்றில் மலக்கட்டால் வந்த குற்றம் தீரும். விரேசனம் மிகின் குளிர்ந்த நீர் உட்கொள்ள அடங்கும்.

6. சுக விரேசனம்

சத்திச் சாறணையின் வேரும் திரிகடுகும், உள்ளிப் பூண்டின் திரி (பல்) யுடன் சேர்த்தரைத்து வில்லையாகச் செய்துலர்த்தி, ஆமணக்கெண்ணெய் கூட்டி உட்கொள்ளின் விரேசனமாம். அதிகப்படும் எனில் மோரில் வெந்நீர் கலந்து உட்கொள்ள அடங்கும்.

7. விரேசன மாத்திரை

ஏலம் கால் பலம், மிளகு கால் கழஞ்சு, சுத்தித்த நேர்வாளப்பருப்பு கால் கழஞ்சு எடுத்து, பேய்ப்பீர்க்கஞ்சாறு விட்டு அரைத்து மாத்திரை செய்துலர்த்தி, தண்ணீரில் அல்லது இளநீரில் உட்கொள்ளப் பித்த வாதம் குணமாகும்.

8. ஆக்கிராண இராசபேதி

இம்முறையில் ஆக்கிராணம் (நசியம்) செய்வது மூலமாகவே சுகபேதியாகும். மனதிற்கு உல்லாசம் தரும்.

அதிமதுரம், களிப்பாக்கு ஆகியவற்றைப் பொடி செய்து நறுமண மலரின் மகரந்தத்தூளுடன் கலந்து முகர்ந்தால் நல்ல சுகபேதியாகும்.

9. நெய்ச்சிட்டியாதிக் குடிநீர்

நேர்வாளம் சேர்ந்த மருந்துகளால் நச்சுத்தன்மை ஏற்பட்டால்: அதிசாரத்தைப் போல் அடிக்கடி கழிச்சல் கண்டு நிற்காமலிருத்தல், முகத்திலும் வாயிலும் நீரில்லாமல் வறண்டிருத்தல், வாய் நீர் ஊறல், காய்ச்சலைப் போல சூடாக காணப்படுதல், பல் ஒரு விதமாக கறுத்தல், வாய் கைத்தல், வாந்தி வருதல், அடிக்கடி மூர்ச்சையாதல் என்னும் இக்குணங்கள் காணும். இந்நஞ்சுத் தன்மை தீர வேளை ஒன்றுக்கு

நெய்ச்சிட்டிக் கீரைவேர்	1/4 பலம்
முருங்கைவேர்	1/4 பலம்

பன்னீர்ச் செடிவேர்	1/4 பலம்
சீரகம்	1/4 பலம்

ஆகிய இந்நான்கையும் சேர்த்துத் தக்க அளவில் நீர்விட்டுக் குடிநீராகக் காய்ச்சி காலை,மாலை இரண்டு நேரம் குடித்து வரவேண்டும் (ஆதாரம்-தேரன் யமக வெண்பா).

10. விரேசன பூபதி மாத்திரை

இரசம், சுக்கு, வெங்காரம், கந்தகம்-இந்நான்கும் சம அளவு எடுத்து இவையெல்லாம் கூடிய அளவு நேர்வாளம்-இவைகளை முறைப்படி சுத்தித்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து, தண்ணீர் விட்டு நன்றாக அரைத்துப் பயறளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில் உலர்த்தவும். சிறியவர்களுக்கு 1 அல்லது 2 மாத்திரை நீரில் அனுபானித்துக் கொடுக்க மலம் கழியும். வாத மீறல் குறையும்.

11. மேகநாதக் குளிகை

வெங்காரம்
வாய்விடங்கம்
இலிங்கம்
ஓமம்
சிவதைவேர்
பெருங்காயம்
வசம்பு
காட்டாமணக்குவேர்
சுக்கு
இந்துப்பு

இவைகள் வகைக்குப் பலம் ஒன்று எடுத்து முறைப்படி சுத்தித்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து மொத்த எடைக்குச் சமன் சுத்தித்த நேர்வாளம் சேர்த்து, எலுமிச்சம்பழச் சாற்றால் நன்றாக மெழுகுபோல் அரைத்துக் குன்றியளவு மாத்திரை செய்து நிழலில் உலர்த்த வேண்டும். ஒன்று அல்லது இரண்டு மாத்திரை கொடுக்க மலம் கழியும். வளி நோய்களில் வளி மீறல் குறையும். இம்மாத்திரையைக் குன்மம், அசீரணம், சோபை, பாண்டு, சயம் ஆகிய நோய்களில் காணப்படும் மலக்கட்டு நீங்குவதற்கும் வழங்கலாம்.

12. முருக்கன்விதை மாத்திரை

திரிகடுகு
சீரகம்
கடுகுரோகணி
முருக்கம் வித்து (பலாசு வித்து)

இவை சம அளவு. இவைகள் எல்லாம் சேர்ந்த எடை நேர்வாளம். இவற்றை முறைப்படி சுத்தி செய்து, கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து, நீர் விட்டரைத்துச் சுண்டை அளவு மாத்திரைகள் செய்ய வேண்டும். பனைவெல்லம், இளநீர், நெய், பால், சீனி, ஆகிய அனுபானங்களில் கொள்ளலாம். மலக்கட்டு நீங்கும். வளித்தாது தன்னிலையடையும். மேலும் கிருமி, மாந்தம், சீதக்கட்டு, வயிற்றுப்புசம், கவிசை ஆகிய நோய்களும் நீங்கும்.

13. சஞ்சீவி மாத்திரை

இருவி
வெங்காரம்
நாபி
தான்றிக்காய்
அரிதாரம்
சுக்கு
இரசம்
மிளகு
கந்தகம்
திப்பிலி

வகைக்கு 1 1/4 வராகனெடை. நேர்வாளம் 6 1/4 வராகனெடை. இவைகளை முறைப்படி சுத்தி செய்து, தனித்தனியே பொடித்துக் கல்வத்திலிட்டுக் கையாந்தகரைச் சாற்றில் 7 நாட்கள் அரைத்துக் குன்றியளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தி எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். இதனை ஒரு குளிகையாய்ச் சாதிக்காய்க் குடிநீரில் கொடுக்க மூலவாய்வும், சிறுநீரில் கொடுக்க பல வாயுக்களும் தீரும். சூலைவலிக்கு முருங்கைப் பட்டைச் சாற்றிலும் கொள்ளலாம். இதனால் மலக்கட்டு நீங்கும். வளி மீறல் குறையும். இது விரேசன முறையாகவும் நோய்க்கு நேர் மருந்தாகவும் பயன்படும்.

14. தாழம்பூ மாத்திரை

வீரம்	1 பலம்
இலிங்கம்	1 பலம்
இரசச்செந்தூரம்	1 பலம்
கந்தகம்	3 பலம்
நேர்வாளம்	2 பலம்.

இவைகளை முறைப்படி சுத்தித்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து நல்ல மணமுள்ள தாழம்பூச் சாற்றால் நான்கு சாமம் நன்றாக அரைத்து மிளகளவு மாத்திரை செய்து தக்க அனுபானத்தில் வழங்க குடல் வாயுவும் மற்ற வளி நோய்களும் நீங்கும். விரேசனம் உண்டாகும்.

15. இலவங்காதி மாத்திரை

இலவங்கம்	6 பங்கு
பொரித்த வெங்காரம்	3 பங்கு
இரசக் கற்பூரம்	2 பங்கு
இலிங்கம்	1 பங்கு
நேர்வாளம்	12 பங்கு

இவைகளை முறைப்படி சுத்தி செய்து, கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து, பழச்சாற்றால் 2 சாமமும் தண்ணீரால் 2 சாமமும் அரைத்துக் குன்றியளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தவும். உடல் நிலைக்குத் தக்கவாறு அளவுபடுத்திக் கொடுக்கப் பேதியை உண்டாக்கி, உடலை நன்னிலைப் படுத்தும்.

16. குங்குமப்பூ மாத்திரை

சுக்கு	ஏலம்
வெண்மிளகு	கோஷ்டம்
வால்மிளகு	வெங்காரம்
திப்பிலி	இலிங்கம்
இலவங்கம்	கோரோசனை
ஓமம்	குங்குமப்பூ
சாம்பிராணிப்பூ	

இவையாவும் சரி எடை எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்துக் குங்குமப்பூ குடிநீரில்

1 சாமம் மெழுகு போல் அரைத்து நிழலில் உலர்த்த வேண்டும். தேன் அல்லது தாய்ப்பாலில் வழங்க நாட்பட்ட மலக்கட்டு நீங்கும். அதி வியர்வையுடன் கூடிய வளி மீறல் குணமாகும்.

17. அகத்தியர் குழம்பு

பெருங்காயம்
மனோசிலை
கடுகு
ஓமம்
இந்துப்பு
அரிதாரம்
வெங்காரம்
கறுஞ்சீரகம்
நாபி

இவையாவும் வகைக்கு 1 கழஞ்சு. வாளம் 10 கழஞ்சு. இவைகளை முறைப்படி சுத்தித்து, வாளம் நீங்கலாக மற்றவைகளைத் தனித்தனியே பொடித்து ஒன்று கூட்டி அரைத்துக் கல்வத்தில் ஒரு பக்கமாகச் சேர்த்து வைத்து, வாளத்தில் பாதியைப் பச்சையாகவும் பாதியை ஆமணக்கு நெய்யில் வறுத்தும் கல்வத்தில் மை போல் அரைத்தும், தூள்களைச் சிறிது சிறிதாகச் சேர்த்து நன்றாக அரைத்து மை போல் செய்து கொள்ளவேண்டும். அரைப்பவர் மோரும் சோறும் உண்டு, உடல் முழுமையும் தேங்காய் எண்ணெய் பூசிக்கொண்டு அரைக்கவேண்டும்.

இம்மருந்து மிக்க பேதியை உண்டாக்கும். ஆகையினால் இக்கால மக்களின் உடல் வன்மைக்குத் தகுந்தாற்போல அளவைக் குறைத்துக் கொடுத்தல் நலம். குன்றிமணி அளவு என்பதே நூலில் கூறப்பட்ட அளவு. அதிகம் பேதியானால் சீரகம், புளி அல்லது எலுமிச்சம்பழம் இவற்றின் குடிநீர், மோர்சாதம், வசம்பு சுட்ட கரி இவைகளைப் பயன்படுத்தப் பேதி நின்று விடும்.

வளிநோய்களுக்கு இம்மருந்தைச் சுக்குத்தூள், நொச்சிச் சாற்றில் அனுபானித்துக் கொடுக்கலாம்.

18. குமட்டிக் குழம்பு

ஒரு முதிர்ந்த தேங்காயின் பெருங்கண்ணைத் திறந்து நீரை ஊற்றிவிடவும். பொட்டிலுப்பு, வளையலுப்பு, எவாச்சாரம், பூநீறு இவைகளை வகைக்கு 1/2

பலமாகக் கொண்டு கல்வத்திலிட்டு நன்றாகப் பொடித்து, பேய்க் குமட்டிப் பழத்தை வரகு வைக்கோலால் சுட்டுப் பிழிந்த சாற்றால் அரைத்துப் பிறகு வாளம் 1 பலம் பூரம், வாலை இரசம் இவ்விரண்டும் 1/4 பலம், கந்தகம் 1/8 பலம் ஆகக் கூட்டி அரைத்து மேற்படி மருந்துகளுடன் சேர்த்துப் பிசைந்து தேங்காய்க்குள் அடைத்துத் தமர் மூடி சீலைமண் செய்து உலர்த்தி 10 வறட்டியில் புடமிடவும். இதனை எடுக்கும் பக்குவம் தேங்காய் ஓடு கறுகும் சமயமாகும். அப்போது குச்சியினால் தீயினின்று தேங்காயைக் கலைத்தெடுத்து, அதன் மேற் சட்டியை மூடிக் குளிர்ந்த பின்பு எடுத்துச் சீலை, ஓடு இவைகளை நீக்கித் தேங்காயையும் மருந்தையும் சேர்த்து எலுமிச்சம்பழச் சாற்றால் மைபோல் அரைத்து வழித்துப் பனங்குடுக்கையில் அடைக்கவேண்டும்.

பனைவெல்லத்தில் காலையில் மாத்திரம் கொடுக்க நன்றாக வயிறு கழியும். வளிநோய்க் கூட்டங்கள் ஒழியும். நோய் வன்மைக்கும் உடல் வன்மைக்கும் தக்கவாறு 3 அல்லது 5 நாட்கள் கொடுக்கலாம். பெண் சேர்க்கை நீக்க வேண்டும்.

19. நவஉப்பு மெழுகு

கறியுப்பு
பொட்டிலுப்பு
கல்லுப்பு
இந்துப்பு
அமுரியுப்பு
பாறையுப்பு
வளையலுப்பு
மூங்கிலுப்பு
பூநீறு

இவைகளை வகைக்கு 1/4 பலமெடுத்து ஒரு பாண்டத்திலிட்டு, தும்மட்டிச்சாறும் ஆவின் பாலும் கலந்து 1 படி ஊற்றி, துத்திவேர்க் கற்றையால் நன்றாகச் சுழற்றிக் கலக்கி மணல் போக்கி, தெளிவு இறுத்து வடித்துக் காய்ச்சினால் குழம்பாகச் சுண்ண வெண்மையாக இருக்கும். அதனைக் கல்வத்தில் ஊற்றி அதில் வீரம் 1 பலம், கற்பூரம் 1/2 பலம், திரிகடுகு வராகனெடை, வாளம் 1/4 பலம் இவைகளைத் தனித்தனியாகப் பொடித்துச் சேர்த்து திரிபலைக் குடிநீரால் 1 சாமம் அரைத்துப் பிறகு தாய்ப்பாலால் 1 சாமம் அரைத்து மெழுகு பதம் வந்தவுடன் கொம்புச் சிமிழில் பத்திரப்படுத்தவும். மிளகளவு கருப்பட்டியில் காலையில் மாத்திரம் ஒன்று முதல் 3

நாள் உடல் வன்மைக்குத் தக்கவாறு கொடுக்க மலம் கழிவதன்றி உதரவாய்வு, விடவாதம், அண்டவாதம், வலி வாதம், முடக்குவாதம், தமர்வாதம், தந்துவாதம், பாரிசவாதம் ஆகியவை தீரும். வெந்நீரும் சோறும் பத்தியம். இம்மருந்தைக் கால் மண்டலம் உட்கொண்டால் வளிநோய்க் கூட்டங்கள் தீரும்.

20. நவாச்சாரக் குழம்பு

நாட்டு நவாச்சாரம் 1 பலம் எடுத்து, அதில் கொடிக் கள்ளிப்பால் ஊற்றி ஊறவைத்துக் கல்வத்திலிட்டு, மைபோலரைத்து வழித்தெடுத்துச் சிமிழில் பதனம் பண்ணவும். ஒரு குன்றிமணி அளவு காலையில் கொடுக்க மலக்கட்டு, நீர்க்கட்டு இரண்டும் தீரும். அதிகம் பேதியானால் எலுமிச்சம்பழச்சாறு கொடுக்க நிற்கும்.

21. மலக்குடார மெழுகு

1. சூரத்து நிலாவாரை	3 பலம்
2. குல்கந்து	4 பலம்
3. கொட்டைத் திராட்சை	2 1/2 பலம்
4. பாதாம் பருப்பு	1 1/4 பலம்
5. அதிமதுரம்	1/2 பலம்
6. கடுக்காய்ப் பிஞ்சு	1 1/4 பலம்

1,5,6 சரக்குகளை நன்றாகத் தனித்தனியாகச் சுத்தி செய்து பொடி செய்யவும். பிறகு குல்கந்தை நன்றாக அம்மியிலிட்டு மைபோலரைக்கவும். பிறகு கொட்டைத் திராட்சையை அரைக்கவும். பிறகு பாதாம் பருப்பை அரைக்கவும். மறுபடியும் சூரணங்களைக் கலந்து சிறிது சிறிதாகப் போட்டு எல்லாவற்றையும் ஒன்றுபடக் கலக்க அரைத்து வைத்துக் கொண்டு படுக்கைக்குப் போகுமுன் ஒரு கழற்சிக் காயளவு உண்டு பால் சாப்பிட, காலையில் தாராளமாக மலம் கழியும்.

22. கௌசிகர் குழம்பு

கடுக்காய்
வெங்காரம்
அரிதாரம்
கடுகு
இரசம்
சீரகம்

இந்துப்பு
மனோசிலை
கடுகுரோகணி
பெருங்காயம்
திப்பிலி
நாபி

இவைகள் சம அளவு. இவை சேர்ந்த தொகையளவு நேர்வாளம். நேர்வாளம் தவிர மற்றவைகளைத் தனித்தனியாகப் பொடித்துக் கல்வத்திலிட்டுச் சேர்த்தரைக்கவும். நேர்வாளத்தைச் சுத்தி செய்து இளவறுப்பாய் வறுத்து மெழுகுபோல் நன்றாக அரைத்துப் பிறகு அப்பொடியசை சேர்த்துக் கலந்தரைத்துப் பிறகு வேலிப்பருத்திச் சாற்றால் ஒரு நாள் அரைத்து அதில் தென்னங்குடுக்கைக்கரி, வெல்லம் இவையிரண்டும் வகைக்கு வராகன் எடை 5 சேர்த்து, தேங்காய்ப்பால் சேர்த்து அரைத்துச் சிமிழில் அடைக்கவும்.

இம்மருந்தைக் குன்றிமணி அளவு நாக்கில் தேய்த்து வெந்நீர் குடிக்க வேண்டும். கழுதைப் பாலில் இம்மருந்தை அனுபானித்துக் கொடுக்க அனைத்து வகை வளி நோய்களும் தீரும். இக் குழம்பை உள்ளுக்குக் கொள்வதால் வயிற்றுக் கடுப்பும் மிகு பேதியும் உண்டானால் மோர், கிராம்பு, ஆவாரம்பட்டை இவைகளைச் சேர்த்துக் கொடுக்கத் தீரும்.

23. நிலவாகை சூரணம்

மிளகு
நிலவாகை
வாய்விடங்கம்
சுக்கு
ஓமம்

வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து வெயிலில் உலர்த்தி இடித்துச் சூரணம் செய்து, சமன் சர்க்கரை கலந்து வெருகடியளவு கொள்ள வாய்வு, பித்தம், உஷ்ணநோய், பொருமல், விக்கல், வாந்தி, உடம்பெரிவு, சுவாசகாசம் ஆகிய நோய்களை மலமிளக்கிச் செய்கை மூலம் சரிசெய்யும்.

24. சித்தாதி எண்ணெய்

பெருங்காயம்
வெங்காரம்
சதுரக்கள்ளிப்பால்
இந்துப்பு
கறுஞ்சீரகம்-இவை வகைக்கு 1 1/4 வராகனெடை.

நேர்வாளம்	1 பலம்
வெள்ளைப் பூண்டு	1 சேர்
சர்க்கரை	1 சேர்

சிற்றாமணக்கு நெய், தேங்காய்ப்பால், வேலிப்பருத்திசாறு

இவை வகைக்கு 8 சேர். சரக்குகளைக் கல்வத்திலிட்டு மேற்படிச் சாற்றில் நன்றாக அரைத்துக் கலக்கி சிறு தீயில் காய்ச்சி இறக்கவும்.

3 முதல் 5 துளி நிசித் தண்ணீரிலேனும், சோம்புக் குடிநீரிலேனும் கொடுக்க பேதியாகும். பேதி மிகின் சீரகக் குடிநீர், பழ ரசம், மோர் இவற்றைக் கொடுக்க பேதி நின்றுவிடும். அதிலும் பேதி நில்லாவிடின் வசம்பைச் சாம்பல் செய்து சீரகக் குடிநீரில் கலந்து கொடுக்கப் பேதி நின்று விடும்.

25. மெருகுள்ளித் தைலம்

மெருகன்கிழங்கு 1 பங்கு (தோல் சீவி துண்டு துண்டாக நறுக்கியது), உரித்த பூண்டு 1 பங்கு. இவ்விரண்டும் சேர்ந்த எடைக்கு ஆமணக்கு நெய் எடுத்து அடுப்பிலிட்டுக் காய்ச்சி இரண்டு சரக்குகளும் சிவந்து மிதக்கும் பக்குவத்தில் வடித்துக் கொள்ளவும். இத்தைலத்தை உடல் வன்மை, நோய் வன்மைக்குத் தக்கவாறு காலையில் மாத்திரம் கொடுத்து, உப்பில்லா பத்தியம் வைக்கக் கீல்வாயு, வாத வீக்கம் முதலியன தீரும்.

26. வாத நாசத்தைலம்

வாத நாராயண இலைச்சாறு	1 படி
வெள்ளை வெங்காயச் சாறு	1 படி
ஆமணக்கு நெய்	1 படி

இவைகளை ஒரு பாத்திரத்தில் சேர்த்து பக்குவத்தில் காய்ச்சி வடித்து அதில் 1/2 பலம் இரசக் கற்பூரத்தை நன்றாக மைபோல் பொடித்துக் கலக்கவும். 1/4 முதல் 1

அவுன்சு அளவாகக் காலையில் மாத்திரம் கொள்ள பேதியாகும். **கீல்வாயு**, பக்கவாயு, சூலை இவைகள் தீரும்.

27. நாக்குப்பூச்சிக் குடிநீர்

சுத்தித்த பலாசு வித்து	4 பலம்
கறுஞ்சீரகம்	4 பலம்
வாய்விடங்கம்	4 பலம்
ஓமம்	4 பலம்
சிவதைவேர்	4 பலம்
நிலாவாரை	4 பலம்
சோம்பு	4 பலம்
கடுகுரோகணி	2 பலம்

இவைகளை ஒன்றிரண்டாக இடித்து முறைப்படிக் குடிநீர் செய்து 1/4 முதல் 1/2 ஆழாக்குக் கொடுக்கப் பேதியாகும்.

28. காக்கண மாத்திரை

காக்கண வேர்	4 பங்கு
திப்பிலி	1 பங்கு
சுக்கு	1 பங்கு
கண்டங்கத்தரிவேர்	1 பங்கு
நேர்வாளம்	2 பங்கு
பூரம்	2 பங்கு
இலிங்கம்	2 பங்கு

இவைகளை முறைப்படி தூய்மை செய்து கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து, எலுமிச்சம்பழச்சாறு விட்டு 4 1/2 மணிநேரம் அரைத்து, 100 மி. கிராம் மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில் உலர்த்தவும். ஒரு மாத்திரையை ஓமக்குடிநீர், சுக்குக் குடிநீர் இவைகளில் கொடுக்க மலக் கட்டு நீங்கும்.

29. கருடன் கிழங்கு எண்ணெய்

நன்றாக முற்றின கருடன் கிழங்கைத் தோல் நீக்கி நிழலில் உலர வைத்தது 12 பலம். வாய்விடங்கம், வாலுளுவை, திரிகடுகு, கறுஞ்சீரகம் வகைக்கு 1 பலம்.இவைகளைப் பொடித்து ஒரு பாண்டத்தில் சேர்த்து அத்துடன் சிற்றாமணக்

கெண்ணெய் 1/2 படி சேர்த்து, வெங்காயம் 12 பலம் இடித்துச் சேர்த்து, அடுப்பேற்றி மெல்ல எரித்துப் பக்குவத்தில் வடிக்கவும். இதனை அளவுப் படி கொடுத்துக் கடும் பத்தியம் வைக்கவும். மறு பத்தியத்தில் இச்சாபத்தியம் வைக்கவும். மேகம் தொடர்பான வளி நோய்களில் மலச் சிக்கல் நீங்கி, நோய் குணமடையும்.

30. சிவதைச் சூரணம்

இலவங்கம்
ஏலம்
திரிபலை
சிறுநாகப்பூ
திரிகடுகு
கோரைக்கிழங்கு - வகைக்கு 1 பங்கு
சிவதை 4 பங்கு

சிவதையைப் பாலில் வேகவைத்துச் சுத்திக்கவும். எல்லாவற்றையும் தனித்தனியாகப் பொடித்துக் கலந்து கொள்ளவும். முக்கழஞ்சு மருந்தைத் தேன் அல்லது சர்க்கரையில் கலந்து கொடுக்க,மலக்கட்டு நீங்கும்.

31. கழற்சித் தைலம்

அரை வீசை கழற்சி வேர்ப்பட்டையை இடித்து, ஒரு பாத்திரத்தில் சேர்த்து நீர் 6 படி விட்டு அடுப்பிலிட்டு 1 படி குடிநீராகக் குறுக்கி அதில் கழற்சியிலைக் கற்கம் 5 பலம், கழற்சிப் பருப்புக் கற்கம் 2 பலம் சேர்த்துக் கரைத்து, சிற்றாமணக்கு நெய் 1 வீசை சேர்த்துப் பிறகு ஏலரிசி, பறங்கிப்பட்டை, வால்மிளகு, சன்னலவங்கப்பட்டை வகைக்கு 1/2 பலம் இடித்துப் பொடித்து மேற்படியில் சேர்த்து அடுப்பிலிட்டுச் சிறு தீயாக கழற்சிவேரால் எரித்து வடித்து, அதில் சுத்தித்த வாளப்பருப்பு 1/2 பலம், சுத்தித்த இரசக்கற்பூரம் 1/2 பலம்- இவைகளை அத்தைலத்தால் மைபோல் அரைத்துக் கலக்கவும். 1/4 முதல் 1/2 பலம் எடுத்து அனலில் வெதுப்பிக் காலையில் உட்கொள்ளவும். கீல் வீக்கம், விதை வீக்கம், அடிக்குடலில் பற்றிய வாய்வு முதலியன தீரும். நோய்க்கும் உடல் வன்மைக்கும் தக்கவாறு 3 முதல் 7 நாட்கள் வரை அருந்தவும். இச்சாபத்தியம். பழையபுளி, அவரைப்பிஞ்சு, முருங்கைப் பிஞ்சு. ஆகியவற்றை உண்ணலாம்.

32. வெள்ளை எண்ணெய் அல்லது பூர எண்ணெய்

ஆமணக்கெண்ணெய் 1400 கிராம்

இரசக் கற்பூரம்	35 கிராம்
ஏலரிசி	35 கிராம்
சுக்கு	35 கிராம்

கடைசி மூன்று சரக்குகளைத் தனித்தனியே பொடித்துக் கொண்டு, முதலில் இரசக்கற்பூரப் பொடிக்கு ஆமணக்கெண்ணெய் சிறிது சிறிதாய் விட்டரைத்து முடிவாய் மற்ற சரக்குகளையும் கலந்து கொள்ளவும்.

15 முதல் 30 மிலி அளவில் கொடுக்க மலக்கட்டு நீங்கும். கீல்வாயு போன்ற வளி நோய்களில் பெரிதும் பயன்படும்.

33. விரேசனத்திற்கு வெண்ணெய்

கற்றாழை மடலுக்குள் சுத்தி செய்த நேர்வாளப் பருப்பு 8 எண்ணிக்கையில் வைத்து அதன் மேல் சாணியைக் கொண்டு கனமாகக் கவசம் செய்யவும். பின்பு இதனை நன்றாக உலர்த்திப் புடமிடவும். நேர்வாளப் பருப்புகளை எடுத்து அரைத்துப் பசுவின்பால் ஒரு படியுடன் சேர்த்துப் பக்குவமாகக் காய்ச்சிப் பிரைக் குத்தவும். மறுநாள் இதைக் கடைந்து வெண்ணெயை எடுத்துக் கொள்ளவும். இதனுடன் சரியளவு சீனிச் சர்க்கரை சேர்த்து அதிகாலையில் சாப்பிடவும். பேதி உண்டாகும். மிளகு இரசம் சேர்த்துச் சாதம் உட்கொள்ளலாம்.

34. விரேசனத்திற்குக் கடுகுரோகணிச் சூரணம்

கடுகுரோகணி 1/2 படி (சின்னபடி)

பசுவின்பால் 1/2 படி

இவ்விரண்டையும் சேர்த்துக் குழம்பாக அரைத்து, ஒரு முற்றிய தேங்காயின் கண்களைத் திறந்து இளநீரைக் கொட்டிவிட்டு அதனுள் அடைத்துவிடவும். பின்பு துவாரத்தைக் குச்சியினால் அடைத்துச் சாணி அப்பவும். உலர்ந்தபின்பு தீயில் புடமிடவும். தேங்காய் வெடித்தவுடன் தீயிலிருந்து எடுத்து ஓட்டையுடைத்துத் தேங்காயை மருந்துடனே ஒரு குவிந்த சட்டியிலிட்டு நன்றாக உலர்த்திச் சூரணம் செய்யவும்.

இச்சூரணத்தில் மூன்று பங்கெடுத்து சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி இவற்றின் பொடி ஒருபங்குடன் சேர்த்து உட்கொள்ளவும். வெந்நீர் தேவையான அளவு உட்கொள்ளவும்.

இளநீர் ஒரு உழக்கும் பசுவின்பால் 1/2 படியும் சேர்த்து முன் செய்த பொடியையும் இட்டு உட்கொண்டால் சுகபேதி உண்டாகும். 3 நாட்கள் சாப்பிடவும். வெந்நீர் சாதம் சாப்பிடவும். மறுநாள் கெட்டியான தயிரை ஒரு துணியில் வைத்துப் பிழிந்து அதனுடன் வறுத்த மிளகுப் பொடியைச் சேர்த்து நன்றாக மந்தித்து உட்கொள்ளவும். தேகத்திற்குச் சுகம் உண்டாகும்.

35. நாபியில் தடவ விரேசனம்

சுத்தி செய்த பாதரசம்
சுத்தி செய்த நெல்லிக்காய் கந்தகம்
தில்லம் விரை
பொரித்த வெங்காரம்
செவ்வாமணக்குப் பருப்பு
கொன்றை விதை
கொன்றை வேர்ப்பட்டை
நேர்வாளப் பருப்பு (சுத்தி செய்தது)

இவைகளை வகைக்கு 2 வராகனெடை வீதம் எடுத்துச் சூரணம் செய்து பசுவின் பாலோ அல்லது சதுரக்கள்ளிப் பாலோ விட்டு ஒரு சாமம் நன்றாக அரைக்கவும். ஒரு முற்றிய தேங்காயைக் கொண்டு வந்து அதன் கண்களைத் திறந்து இளநீரை ஊற்றிவிட்டு அதனுள்ளே முற்கூறிய விழுதைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகச் செலுத்தவும். பின்னர் துவாரத்தை ஆப்பினால் அடைத்து 15 நாட்கள் குப்பைக் குழியில் புதைக்கவும். பின்னர் மேற்கண்ட தேங்காயின் ஓட்டை நீக்கிச் சரக்குகளை அம்மியில் வைத்து நன்றாக அரைத்து ஒரு வெங்கலப் பாத்திரத்தில் அடைபோல மெல்லியதாகத் தட்டி வெயிலில் எண்ணெய் வடியும் வண்ணம் சாய்த்து வைக்கவும். பின்னர் எண்ணெய் சேரச்சேர ஒரு துணியினால் ஒத்திப் பிழிந்து ஒரு பாட்டிலில் பத்திரப்படுத்தவும்.

இந்த எண்ணெயைத் தொப்புளில் தடவ நன்கு பேதியாகும். அரளிப் பூச்செண்டில் தடவி முகர்ந்து வர பேதி அதிகமாகும். இத்தைலத்தின் சக்கையை இரு உள்ளங்கால்களிலும் நன்றாகத் தேய்த்தாலும் சுகமான விரேசனம்

உண்டாகும். பேதி அதிகமாயின் அதனை நிறுத்தக் குளிர்ந்த நீரில் குளித்து மோர், தயிர் இவைகள் சேர்த்த சாதம் உட்கொள்ளவும். பேதி நிற்கும்.

36. நேர்வாள அழிஞ்சில்வேர் விரேசனம்

சுத்தி செய்த நேர்வாளத்துடன் சரியளவு அழிஞ்சில்வேர் சேர்த்து நன்றாக அரைத்து எலுமிச்சம் பழத்தில் தடவி முகர்ந்து பார்க்கவும். நன்றாக பேதியாகும். தேகம் சுகமாகும்.

37. சுக விரேசனம்

ஆமணக்கெண்ணெயுடன் கற்றாழைச் சாறு, கடுக்காய்த தூள் இவற்றை ஒன்று கலந்து கால்களிலும் கைகளிலும் நன்றாகத் தேய்க்கவும். வெகு நாட்பட்ட மலக்கட்டுகள் நீங்கும்.

38. விரேசனத்திற்கு வெள்ளைச்சாறடை வெண்ணெய்

வெள்ளைச்சாறடை வேரைக் கொண்டு வந்து நிழலில் உலர்த்திக் கல்லுரலில் இட்டு ஒன்றிரண்டாக இடித்துக் கொண்டு அதனுடன் பசுவின்பாலை விட்டுக் காய்ச்சி இறக்கிப் பிரைக் குத்தவும். மறுநாள் இதைக் கடைந்து வெண்ணெய் எடுத்து உட்கொண்டு பாக்குத் தூளைப் போட்டுக் கொண்டு மெல்லவும். எவ்வளவு பாக்கு சாப்பிடுகிறோமோ அவ்வளவு தரம் பேதியாகும். குணம் கிடைக்கும்.

39. நேர்வாள வெண்ணெய்

நேர்வாளக் கொட்டை 60 எடுத்து மேல் ஓட்டையும் உள்ளிருக்கும் முளையையும் நீக்கி, சுத்தி செய்து தூளாக்கிப் பசுவின்பால் விட்டு அடுப்பின் மேல் வைத்து நன்கு காய்ச்சவும். பின்பு இதை அடுப்பின் மேலிருந்து இறக்கிக் கை பொறுக்கும் சூட்டில் பிரைக் குத்தவும். மறுநாள் அதைக் கடைந்து வெண்ணெய் எடுத்துக் கொள்ளவும். இதனை உட்கொண்டு எவ்வளவு தடவை பாக்கு போட்டுக் கொள்கிறோமோ அவ்வளவு தடவை கெடுதலின்றி சுகபேதியாகும்.

40. விரேசன மாத்திரை

பசுவின்பால், கற்றாழைச் சாறு, சாணி நீர், பசுவின் மூத்திரம் இந்நான்கிலும் தனித்தனியாகப் போட்டு சுத்தி செய்த நேர்வாளப்பருப்பு 1 பலம் எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டு இதனுடன் சாத்திரபேதி (கொடுக்காப்புளி), வேப்பீர்க்கு,

கடுக்காய்த்தோல்-இவைகளை வகைக்கு 1 பலம் வீதம் எடுத்து நன்றாக அரைக்கவும். நன்கு மெழுகு போலாகும். இதனைப் பருத்தி விதைப் பிரமாண முள்ள மாத்திரைகளாகச் செய்து கொண்டு, விடியற்காலையில் ஒரு உருண்டை உட்கொள்ளவும். நன்றாகப் பேதியாகும். அதிகமாகப் பேதியானால் பால் சாதமோ மோர் சாதமோ சாப்பிடவும்.

41. விரேசன மாத்திரை (வேறு முறை)

சுத்தி செய்த பாதரசம்	1 பங்கு
சுத்தி செய்த இலிங்கம்	3 பங்கு
சுத்தி செய்த நேர்வாளம்	8 பங்கு
பொரித்த வெங்காரம்	2 பங்கு

இவைகளைக் கல்வத்திலிட்டுக் கற்றாழைச் சாறு விட்டு நன்றாக அரைத்து மிளகளவுள்ள மாத்திரைகளாகச் செய்து உலர்த்திக் கொள்ளவும். ஒரு மாத்திரை எடுத்து வாழைப் பழத்திற்குள் வைத்து விழுங்கவும். அல்லது வெல்லத்தினுள் வைத்து உட்கொள்ளவும். நன்கு பேதியாகும்.

42. பேதிக்குச் சூரணம்

சுக்கு	2 வராகனெடை
கொட்டைப் பாக்கு	2 வராகனெடை
இந்துப்பு	2 வராகனெடை
கடுக்காய்த்தோல்	2 வராகனெடை

இவைகளை இடித்துச் சூரணித்துத் துணியினில் வைத்துச் சலித்துக் கொள்ளவும். இச்சூரணத்தில் 1 பலம் எடுத்து வெந்நீருடன் அதிகாலையில் உட்கொள்ளவும். சுகபேதியாகும்.

43. பேதிக் குடிநீர்

கடுக்காய்த் தோல்	8 பங்கு
களிப்பாக்கு	6 பங்கு
சுக்கு	1 பங்கு

இவைகளை இடித்து 1 பாத்திரத்திலிட்டு, 1 1/2 சேர் நீர் விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி எட்டிலொன்றாக்கி இறக்கவும். இதை வடிகட்டி உட்கொள்ளவும். நன்கு பேதியாகும்.

44. பேதிக்கு எண்ணெய்

முடக்கற்றான் இலை 1 பிடி, மிளகு 3 வராகனெடை நன்றாக அரைத்து வில்லை தட்டி, ஆமணக்கு எண்ணெய் காலேயரைக்கால் சேருடன் ஒன்று கலந்து அடுப்பின் மேலேற்றி ஒரு தொகுதியான பின்னர் இறக்கவும். அவ்வில்லையை உண்டு, எண்ணெயையும் உட்கொள்ள சுகபேதி உண்டாகும். வளி நோய்கள் நீங்கும்.

45. வாளம் கடுகுரோகணி மாத்திரை

தயிர், காரையிலைச்சாறு, கற்றாழைச்சாறு, எலுமிச்சம்பழச் சாறு, காடி இவற்றில் தனித்தனியே ஊறவைத்து எரித்த நேர்வாளப் பருப்புடன் சரியளவு கடுகுரோகணி சேர்த்துக் கல்வத்திலிட்டு, எலுமிச்சம்பழச் சாறுவிட்டு நன்றாக அரைக்கவும். உளுந்துப் பிரமாணம் உள்ள மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில் உலர்த்தவும். இதிலொரு மாத்திரையை வாழைப்பழம், வெல்லம் இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றில் வைத்து விழுங்கலாம். நன்கு பேதியாகும்.

46. திரிபலாவாதி சூரணம்

கடுக்காய்த் தூள்	1 பங்கு
தான்றிக்காய்த் தூள்	1 பங்கு
நெல்லிவற்றல் தூள்	1 பங்கு
சீரகம்	1 பங்கு
சுத்தி செய்த நேர்வாளம்	3 பங்கு

இவைகளை இடித்துச் சூரணித்துக் கல்வத்திலிட்டுத் தண்ணீர் விட்டு நன்றாக அரைத்து, மிளகளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் 1 மாத்திரையை வெல்லத்தில் பொதிந்து விழுங்கவும். நன்கு பேதியாகும்.

47. புட்ப (கொடிக்கால்வேளை) விரேசனம்

கொடிக்கால்வேளை விதையை வேண்டிய அளவெடுத்துச் சதுரக்கள்ளிப் பால் விட்டு நன்கு ஊறவைத்து வெயிலில் உலர்த்தவும். இப்படியாக பதினாறு தடவை பாவனை செய்து உலர்த்தவும். வேண்டும் போது ஒரு உருண்டையை நன்றாகப் பொடித்துத் தணலிலிட்டுப் புகைத்து ஒரு செண்டில் பிடித்து முகர்ந்து பார்க்கவும். சுகமான பேதி உண்டாகும்.

48. சுகபேதிக்குப் பூச்சு மாத்திரை

சுத்தி செய்த நேர்வாளப் பருப்பு 1 பலம் எடுத்து ஒரு முற்றிய தேங்காய்க்குள் அடைத்து வைக்கவும். 8 நாட்கள் சென்ற பின்னர் அத்தேங்காயை உடைத்து மேல் ஓட்டை நீக்கிவிட்டுக் கல்வத்திலிட்டு நன்றாக அரைத்துக் குன்றியளவுள்ள மாத்திரைகளாக உருட்டி நன்றாக உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும். இதிலொரு மாத்திரையை எடுத்து அதிகாலையில் தண்ணீருடன் குழப்பி வலது தோள்பட்டையில் பூசிவிடவும். சுகமான விரேசனம் உண்டாகும்.

49. அழிஞ்சில் கொட்டை புட்ப விரேசனம்

அழிஞ்சில் கொட்டை 1 படி

முளை நீக்கிய வாளப்பருப்பு 1 படி -இவைகளைப் பசுவின் சாணியில் பொதிந்து நன்றாக வேக வைத்துக் கழுவி இடித்துத் தண்ணீருடன் குழப்பி அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்து ஆமணக்கெண்ணெய் வடிப்பது போல் எண்ணெயை வடித்துக் கொள்ளவும். இந்த எண்ணெயை வேண்டும்போது அரளிப்பூச்செண்டில் தடவி இரவில் பனியில் வைத்து அதிகாலையில் முகரவும். எத்தனை தடவை முகர்ந்து பார்க்கிறோமோ அத்தனை தடவை பேதியாகும்.

50. கடுகுரோகணி மாத்திரை

கடுகுரோகணி

பைங்குனிக்கடுக்காய்

சுக்கு

மிளகு

இவைகளை வகைக்கு 1 பலம் வீதம் எடுத்து, சுத்தி செய்த நேர்வாளம் 4 பலம் சேர்த்துக் கல்வத்திலிட்டு எலுமிச்சம்பழச்சாறு விட்டு நன்றாக அரைத்து மிளகளவுள்ள மாத்திரைகளாகச் செய்து உலர்த்தவும். இவைகளை ஒரு சிமிழில் பத்திரப்படுத்தி, அதிகாலையில் ஒரு மாத்திரை வெந்நீருடன் சாப்பிடவும். நன்கு பேதியாகும்.

51. கண்டத்திப்பிலியாதி சூரணம்

கண்டத்திப்பிலி

சுக்கு

சாதிக்காய்

கடுக்காய்த்தோல்

திப்பிலி

கடுகுரோகணி

குரோசாணி ஓமம்

கறுஞ்சீரகம்

இவைகளைச் சிறுசிறு துண்டுகளாக்கி இருப்புச் சட்டியிலிட்டு இளவறுப்பாக வறுத்துக்கொண்டு, நன்றாக இடித்து மெல்லிய துணியில் சலித்துக் கொள்ளவும். அதிகாலையில் ஒரு பலம் அளவில் உட்கொண்டு, வெந்நீர் பருகவும். சுகமாக பேதியாகும்.

52. நேர்வாள நாபி மாத்திரை

சுத்தி செய்த நேர்வாளப் பருப்பை ஒரு துணியில் வைத்து நன்றாக நசுக்கிப் பிழிய எண்ணெய் வெளியாகும். பின்னர் வாளப்பருப்பிற்குச் சரியளவு சுத்தி செய்த நாபியைக் கூட்டிப் பசுமாட்டு மூத்திரத்தில் வேகவைக்கவும். இவ்வாறு சுத்திகரித்தபின் இவற்றைக் கல்வத்திலிட்டு முன் எண்ணெயையும் கூட்டி நன்றாக அரைத்து மாத்திரை செய்து வைத்துக் கொள்க. கடுகளவு மாத்திரை போதுமானது. உடல் பலத்திற்குத் தக்கபடி ஒரு மாத்திரை அதிகாலையில் வெந்நீருடன் விழுங்கவும். நன்கு பேதியாகும். மிளகு இரசம் சேர்த்துச் சோறு சாப்பிடவும்.

53. பிரமிக் குடிநீர்

பிரம்மிக் கொழுந்தை அனலில் வாட்டிப் பிழிந்த சாறு 1 படியுடன் இரண்டு கடுக்காயின் தூளைச் சேர்த்து அடுப்பின் மேலேற்றி 1/2 படியாகச் சுண்டக் காய்ச்சி குடிநீர் செய்யவும். இக் குடிநீரை அதிகாலையில் உட்கொள்ளவும். சுகமாகப் பேதியாகும்.

54. குமட்டி உப்பு

பேய்க் குமட்டிச் சாறு உப்பு எடுத்து அதனுடன் உப்பு ஒருபடியிட்டுக் கரைத்து அடுப்பின் மேலேற்றி நன்றாக கொதிக்க வைக்கவும். கடைசியில் உப்பாகும். இவ்வுப்பைக் காற்றுப் புகாதபடி ஒரு கண்ணாடிக் குடுவையில் பத்திரப்படுத்தி, அதிகாலையில் ஒரு காசளவு எடுத்து உட்கொள்ளவும். நன்கு பேதியாகும் இவ்வாறு 3 நாட்கள் உண்ணலாம்.

வயிற்றில் கட்டிகள் இருப்பின் தான்றிக்காய்த் தோல், கடுக்காய்த் தோல், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி ஆகிய இவற்றை நன்கு சூரணித்துக் கலந்து அதில் வெருகடியளவு சூரணம் எடுத்து அத்துடன் அதற்குச் சமஅளவு மேற்சொன்ன குமட்டி உப்பும் சேர்த்து 3 நாட்களுக்கு அதிகாலையில் உட்கொள்ளலாம். கட்டிகள் கரையும். பேதி அதிகமாயின் முருங்கைக் குடிநீர் சாப்பிடவும். புளி, புகையிலை நீக்கவும்.

55. சிவதை திரிகடுகு சூரணம்

சிவதை வேர் வேண்டிய அளவு எடுத்துக் கொண்டு உள்ளேயிருக்கும் நரம்பை நீக்கி மேற்பட்டையைக் காடிவிட்டு அடுப்பின் மேலேற்றிக் கொதிக்க வைத்து அலம்பியபின் மறுபடியும் பசும்பாலில் அவித்துக் கொள்ளவும். பின்பு இவைகளை நன்றாக வெயிலில் உலர்த்திக் கொண்டு இடித்துச் சூரணம் செய்து கொள்ளவும். பின்னர் கடுக்காய்த்தோல், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி இவைகளைச் சூரணித்து மேல் சொன்ன சிவதை சூரணத்தின் எடைக்குப் பாதியளவாகச் சேர்த்து ஒன்றுகலந்து கொள்ளவும். இச்சூரணத்தில் ஓரளவு உட்கொள்ள சுகமாகப்பேதியாகும்.

56. விரேசனப் பூசு தைலம்

சுத்தி செய்த பாதரசம்	1 காசெடை
சுத்தி செய்த நெல்லிக்காய் கந்தகம்	2 காசெடை
சுத்தி செய்த நேர்வாளம்	3 காசெடை
வெட்பாலை அரிசி	4 காசெடை
பொரித்த வெங்காரம்	5 காசெடை
ஆமணக்கு விதை	6 காசெடை
புரசம் வித்து	8 காசெடை
கார்போக அரிசி	7 காசெடை
கடுக்காய்த் தோல்	9 காசெடை
சிவதை வேர்	10 காசெடை
புங்கன் வேர்	10 காசெடை

முதலில் இரசத்தையும் கந்தகத்தையும் கல்வத்திலிட்டு நன்றாக அரைத்துக் கச்சனி செய்து பின்னர் மற்ற சரக்குகளைத் தூள் செய்து கல்வத்திலிட்டுப்

பசுவின்பால் விட்டு நன்றாக அரைக்கவும். இவ்வாறு 3 நாட்கள் அரைக்கவும். பின்னர் இதனை 5 நாட்கள் கடும் வெயிலில் சாய்த்து வைக்கவும். இதிலிருந்து தைலம் இறங்கும். இத்தைலத்தை ஒரு சிமிழில் பத்திரப்படுத்தி, 1/2 பணவெடை எடுத்துத் தொப்புளில் பூசவும். அல்லது இத்தைலத்தை முகரலாம். நன்கு பேதியாகும். சந்தனம் பூச மலம் கட்டும்.

57. விரேசனப் பூசு தைலம் (வேறு முறை)

சுத்தி செய்த நேர்வாளப் பருப்பு
கந்தகம்
பொரித்த வெங்காரம்
நீரடி முத்து
ஆமணக்கு விதை

இவைகளைச் சமமாக எடுத்து ஒரு முற்றிய தேங்காயின் கண்களைத் திறந்து அதனுள் திணித்துக் கடும் வெயிலில் வைக்கத் தைலமிறங்கும். இதனை ஒரு சிமிழில் பத்திரப்படுத்தவும். இதில் ஒரு குன்றியளவு எடுத்து தொப்புளில் பூசவும். சுகவிரேசனம் உண்டாகும்.

58. பேதிக்கு இலேகியம்

கள்ளிப்பால்	1 ஆழாக்கு
பசும்பால்	1 ஆழாக்கு

வெல்லம் எலுமிச்சங்காய் பிராமாணம்

இவற்றை ஒரு பானையிலிட்டு அடுப்பேற்றி, பருத்தி விதையளவில் உட்கொண்டு வெந்நீர் சாப்பிட, சுக பேதியாகும். மிளகு ரசம், மோர் சாதம் உட்கொள்ளலாம்.

59. தேங்காய் நேர்வாள அரைப்பு

ஒரு முற்றிய தேங்காய்க்குள் சுத்தி செய்த நேர்வாளத்தை அரைத்து, அடைத்து, மண் பொதிந்து அடுப்பங்கரையில் புதைத்து, 8 நாட்கள் சென்ற பின்னர் எடுத்துத் தேங்காயை உடைத்து ஓட்டை நீக்கிவிட்டு மற்றவைகளை அம்மியின் மேல் வைத்து நன்றாக அரைத்து வழித்து இளம் சூடான வெந்நீருடன் உட்கொள்ளவும். சுமார் அரைச் சுண்டையளவு போதுமானது. சுக விரேசனம் உண்டாகும்.

60. சிறுசெருப்படி எண்ணெய்

சிறுசெருப்படி ஒரு சிரங்கை எடுத்து இடித்துப் பிழிந்த சாற்றுடன் ஆமணக்கெண்ணெய் சேர்த்து (சரியளவு) விடியற் காலையில் பருகவும். நன்றாக மலம் கழியும்.

61. புழுங்கலரிசி கழுநீர்

புழுங்கலரிசையைக் களைந்த கழுநீரைச் சிறிது நேரம் வைத்திருந்து, அதன் மேல் நீரை இறுத்துக் கொள்ளவும். சுக்கு, மிளகு, பூண்டு, வசம்பு, ஓமம் ஆகியவைகளைச் சேர்த்திடித்த சூரணத்தை அந்நீரிலிட்டு அருந்தவும். நன்கு பேதியாகும்.

62. கடுக்காய் நேர்வாள மாத்திரை

கடுக்காய்த் தோல்	2 வராகன் எடை
சுத்தி செய்த நேர்வாளம்	8 வராகன் எடை
சாத்திரபேதி	1/2 வராகன் எடை
பொரித்த வெங்காரம்	1/2 வராகன் எடை
கடுகுரோகணி	1 வராகன் எடை
ஆமணக்குப் பருப்பு	1 வராகன் எடை
இலிங்கம் (சுத்தித்தது)	1 வராகன் எடை
விழலரிசி	1 வராகன் எடை

இவற்றைக் கல்வத்திலிட்டுச் சோற்றுக் கற்றாழைச் சாறு விட்டு நன்றாக அரைத்துத் தூதுளங் காயளவுள்ள மாத்திரைகளாகச் செய்து கொள்ளவும். இதில் ஒரு மாத்திரையை வாழைப்பழத்துடன் சேர்த்து உட்கொள்ளவும். பேதி அதிகரிக்க வேண்டுமானால் குளிர்ந்த நீரும், நிற்க வேண்டுமாயின் வெந்நீரும் உட்கொள்ளவும்.

63. திருகுகள்ளி சூரணம்

திருகுகள்ளியின் பட்டையைப் பசுவின்பால் விட்டு அவித்துக் காயவைக்கவும். உலர்ந்த பின்பு மூவிரல் பிரமாணம் உட்கொள்ள நன்கு பேதியாகும். பேதி நிற்க வேண்டுமாயின் உடலில் சந்தனம் பூசவும். பசுவின்பால் மட்டும் சாப்பிட்டாலும் மலம் கட்டும்.

64. சிறுகுறட்டை வேர்ச்சூரணம்

சிறுகுறட்டை வேரைக் கொண்டு வந்து இடித்துச் சலித்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் காலை எழுந்து 1/2 சேர் அளவில் பழந்தண்ணீருடன் சேர்த்துப் பருகவும். தண்ணீர் அடிக்கடி உட்கொள்ளவும்.

65. பேய்ப்பீர்க்கன் விதை பூசுமருந்து

பேய்ப்பீர்க்கன் விதையை 1 படி எடுத்து நல்லெண்ணெய் விட்டு நன்கு அரைத்து உள்ளங்கால், தொப்புள் முதலான இடங்களில் பூசவும். சுகவிரேசனம் உண்டாகும்.

66. மணிமந்தாதி சூரணம்

சுக்கு 5 வராகன்
திப்பிலி 4 வராகன்
ஓமம் 3 வராகன்
சீரகம் 2 வராகன்
இந்துப்பு 1 வராகன்

இவைகளை இடித்துத் துணியினால் சலித்து, இதில் சரியெடை கடுக்காய்ச் சூரணம் சேர்த்து மூவிரலளவு வெந்நீருடன் சாப்பிட (அதிகாலை) மலம் போகும்.

67. அவிபத்தி சூரணம்

சிறுநாகப்பூ
சுக்கு
கிராம்பு
மிளகு
கடுக்காய்த்தோல்
திப்பிலி
நெல்லிப்பருப்பு
விழலரிசி
ஏலக்காய்
வாய்விடங்கம்

இவைகளைச் சமபாகம் எடுத்து இடித்துச் சூரணித்து இதற்கு மும்மடங்கு சிவதை வேர் சூரணம் சேர்க்கவும். வேளைக்கு 1/4 பலம் வீதம் உட்கொள்ள, சுகவிரேசனம் ஏற்படும்.

68. மிதிபாகலிலைச் சாறு

மிதிபாகலிலையை இடித்துப் பிழிந்த சாறு காலேயரைக்கால் சேருடன் பசுவின்பால் 1/2 சேர் விட்டுக் கலக்கிப் பருகவும். பின்பு குளிர்ந்த நீரில் குளித்து, மிளகு இரசம் சேர்த்துச் சாப்பிடவும். நன்கு மலம் போகும்.

69. கற்றாழைச்சோறு கடுக்காய் பேதி எண்ணெய்

ஒரு பெரிய கற்றாழை மடலைக் கொண்டு வந்து, அதன் சோற்றை ஒரு ஈயம் பூசின பாத்திரத்தில் இட்டு, 5 கடுக்காயைச் சூரணித்துப் போடவும். அப்படியே ஊறப்போட்டு மறுநாள் உதயத்தில் இதனைப் பிசைந்து வடிகட்டிய சாற்றுடன் அனலில் காய்ச்சிய சுத்தமான ஆமணக்கெண்ணெய் 1/4 சேர் விட்டு அருந்தவும். நன்றாக வயிறு கழியும்.

70. மூத்திரக் கடுக்காய்

பசுவின் மூத்திரம் அரை சேரில் 5 கடுக்காயின் சூரணத்தைப் போட்டு ஒரு இரவு முழுதும் ஊறவைக்கவும். மறுநாள் காலை நேரத்தில் இதனைப் பிசைந்து வடிகட்டி அருந்தவும். நன்கு பேதியாகும்.

71. ஆவாரைக் குடிநீர்

கொட்டைப் பாக்கு
ஆவாரை இலை
கடுக்காய்

சமமெடுத்து இடித்து சுத்த நீர் 8 மடங்கு விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி எட்டிலொன்றாகு மட்டும் வற்ற வைத்து, விடியற்காலை உட்கொள்ளவும். நன்கு பேதியாகும்.

72. திரிகடுகு திரிபலா சிவதை சூரணம்

சுக்கு
மிளகு
திப்பிலி
கடுக்காய்
நெல்லிக்காய்
தான்றிக்காய் - தோல்கள்
இந்துப்பு

இவைகளைச் சமமெடுத்துச் சூரணம் செய்து, சூரணத்திற்குச் சம அளவு சிவதை வேர் சூரணம் கலந்து சேர்த்து வைத்துக் கொள்ளவும். சுமார் 1 பலம் வெந்நீருடன் அதிகாலையில் அருந்த நன்கு பேதியாகும்.

73. பாக்கெண்ணெய்

கொட்டைப்பாக்கு	10 எண்ணிக்கை
கடுக்காய்	10 எண்ணிக்கை
நெல்லி ஈர்க்கு	1 பிடி
கடுகுரோகணி	1/2 பலம்

இவைகளை ஒன்றிரண்டாக இடித்து எட்டு மடங்கு நீர் விட்டு ஒரு பங்காகுமட்டும் எரித்து, ஆமணக்கெண்ணெய் 1 சேர் விட்டுப் பக்குவத்தில் இறக்கவும். விடியற்காலை 1/4 முதல் 1/2 அவுன்சு எடுத்துப் பருகவும். சுகவிரேசனம் உண்டாகும்.

74. கடுக்காய் சீயக்காய் குடிநீர்

கடுக்காய் 15 எண்ணிக்கை

சீயக்காய் 2 பலம்

இவைகளின் விதையை நீக்கிவிட்டு ஒரு பாத்திரத்திலிட்டுப் பசுமூத்திரம் பெரியபடி ஒன்று விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி 1/4 படியாகும் வரை எரித்து வடிகட்டிக் கொள்ளவும். இக்குடிநீரில் 1 கரண்டி வீதம் உட்கொள்ள மலக்கட்டு, நீர்க்கட்டு யாவும் நீங்கும்.

75. இலுப்பைப்பூ கடுகுரோகணி மாத்திரை

இலுப்பைப்பூ	1 பங்கு
கடுகுரோகணி	2 பங்கு
சுத்தித்த நேர்வாளம்	3 பங்கு

இவற்றைக் கல்வத்திலிட்டு எலுமிச்சப்பழச் சாறு விட்டு நன்றாக மைபோலரைத்துக் குன்றிப் பிரமாணம் உள்ள மாத்திரைகளாக்கி நிழலில் உலர்த்தவும். நன்கு காய்ந்தபின் இவற்றைச் சிமிழில் பத்திரப்படுத்தி, தக்க அனுபானத்தில் உட்கொள்ளவும். வெந்நீர், சர்க்கரை நல்லது. அதிகாலையில் உட்கொள்ளவும். நன்கு மலம் கழியும்.

வளி நோய்க்கான நேர் உள் மருந்துகள்

வளி நோய்க்கான மருத்துவ முறையில் வளி மீறலை குறைப்பதற்கான பேதி (விரேசன) சிகிச்சை முடிந்தபின்னர் எளிய மூலிகை சிகிச்சைகள் செய்து அதில் குணமடையாத நோயாளிகளுக்குத் தாது சீவப் பொருள்கள் மூலம் செய்யப்பட்ட மாத்திரைகள், பற்பம், செந்தூரம் போன்ற சக்தி வாய்ந்த உள் மருந்துகளைக் கையாளலாம். சித்த மருத்துவ நூற்கள் பலவற்றிலும் இத்தகைய மருந்துகள் பல்வேறு விதங்களில் கூறப்பட்டுள்ளன. இவற்றில் எந்த மருந்தை எந்த நோயினருக்கு எந்நிலையில் கையாளவேண்டும் என்பதை மருத்துவர்கள் கண்டுணர்ந்து தேர்வு செய்து கையாளுவார்கள். எனவே நூல்களில் சொல்லப்பட்ட உள்மருந்து முறைகள் பலவற்றையும் விரிவாகக் காணலாம்.

I

"சித்த வைத்தியத் திரட்டு" என்னும் நூலில் கூறப்பட்டுள்ள வளி நோய்க்கான உள் மருந்துகள் வருமாறு:

1. எமதண்டிக் குளிகை

நாபி
காவிக்கல்
சுக்கு
இரசம்
இலிங்கம்
அக்கரகாரம்
மனோசிலை
வெள்ளைப்பாடாணம்
இரசச்செந்தூரம்
கந்தகம்
அரிதாரம்
கோஷ்டம்
கோரோசனை
ஏலம்
கடுகுரோகணி
வீரம்

கிராம்பு
பால்துத்தம்
பூரம்
திப்பிலி
சோம்பு
வெள்ளிப்பற்பம்
வெங்காரம்
கௌரிபாடாணம்

சமஅளவு எடுத்து இவைகளைத் தக்க முறைகளில் தூய்மை செய்து பொடியாக்கி, முறைப்படி சேர்த்துக் குழிக்கல்லில் இட்டு, கையாந்தகரைச்சாறு விட்டு நான்கு சாமம் அரைத்துப் பயறளவு மாத்திரை செய்து நிழலில் உலர்த்தவும். வேளைக்கு ஒன்றாகத் தேனில் அனுபானித்துக் கொடுக்க அனைத்து வகை வளி நோய்களும் தீரும். இவை தவிர சுரங்கள், தோடம், விக்கல், குன்மம், சன்னி நோய்கள், இருமல் ஆகிய நோய்களுக்கும் வழங்கலாம்.

2. கஸ்தூரி மாத்திரை

கஸ்தூரி 1 பங்கு, குங்குமப்பூ 2 பங்கு, கோரோசனை 3 பங்கு. இவற்றைக் கல்வத்தில் சேர்த்துத் தாய்ப்பால் விட்டு நன்கு அரைத்துக் குன்றியளவு மாத்திரை செய்து நிழலில் உலர்த்தவும். தக்க அனுபானத்தில் கொடுக்க வளி,அழல், ஐய நோய்களும் சன்னி நோய்களும் தீரும்.

3. கோடாசூரிக் குளிகை

தாளகம்
குரோசாணி ஓமம்
திப்பிலி
இரசம்
கஞ்சா விதை
அபின்
சாதிப்பத்திரி
பேரீந்து
மடல் துத்தம்

சந்தனம்
முந்திரிகை
தொட்டிப்பாடாணம்
பச்சைநாபி
திரிபலை
சாதிக்காய்
தேவதாரு
சவர்க்காரம்
மனோசிலை
கோஷ்டம்
அன்னபேதி
பெருங்காயம்
இலவம்பிசின்
துருசு
நேர்வாளம்
கடுகு
ஓமம்
கறுநாபி
இலிங்கம்
கந்தகம்
உப்பு
கடுகுரோகணி
மஞ்சிட்டி
வெள்ளைப் பாடாணம்
சித்திரமூலவேர்ப்பட்டை
சுக்கு
உள்ளி

இச்சரக்குகளை வகைக்கு 1 1/4 வராகனெடை வீதம் எடுத்து முறைப்படி சுத்திசெய்து கல்வத்தில் சேர்த்து, 7 நாள் கையான் சாறு விட்டு மைபோலரைக்கவும். பின் நொச்சிச்சாறு, கொட்டைக் கரந்தைச் சாறு

இவைகளைக் கொண்டு முறையே ஏழு ஏழு நாட்கள் முன்போல அரைத்துச் சிறுபயறளவு உருண்டை செய்து நிழலில் உலர்த்திக் கொள்ளவும்.

மாத்திரையைப் பல்வேறு அனுபானங்களில் கொடுக்கப் பல்வேறு நோய்கள் நீங்கும். வளிநோய்கள் தீர மாவிலங்கச் சாற்றில் இம்மாத்திரையை அனுபானித்துக் கொடுக்குமாறு கூறப்பட்டுள்ளது. பூலாத் தோல் சூரணமும் அமுக்கரா சூரணமும் கூட்டி இம்மாத்திரைக்கு அனுபானித்து உண்ண அண்டவாதம் தீரும்.

4. கோரோசனை மாத்திரை

கோரோசனை
இலவங்கம்
குங்குமப்பூ
ஏலம்
பச்சைக்கற்பூரம்
கோஷ்டம்
சாதிக்காய்
அக்கரகாரம்
கற்பூரம்
இரசச்செந்தூரம்
அப்பிரகப்பற்பம்

வகைக்கு 3 3/4 வராகனெடை சரக்குகளை முறைப்படி சுத்தி செய்து குடிநீர்களில் முறையே நன்னான்கு சாமம் அரைத்த பின்பு, குங்குமப்பூ குடிநீரில் இரண்டு சாமம் அரைத்துக் குன்றிமணி அளவு உருண்டை செய்து நிழலில் உலர்த்திக் கொள்ளவும். முலைப்பாலில் ஒரு மாத்திரையை அனுபானித்துக் கொடுக்க வளிநோய்கள் தீரும். அத்துடன் மயக்கம், ஐயநோய்கள், சலதோஷம், சன்னி, மண்டைச் சூலை முதலியனவும் தீரும். அண்டத்தைலத்திலும் வளி நோய்கள், இசிவு நோய்களுக்கு வழங்கலாம்.

5. பச்சைக்கற்பூர மாத்திரை

பச்சைக்கற்பூரம்
இரசப்பதங்கம்
இலவங்கம்

கந்தகம்
சாதிக்காய்

வகைக்கு 1 பலம். இவற்றை முறைப்படி சுத்தித்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்துக் கற்றாழை நீரினால் பக்குவம் வருமட்டும் அரைத்து, உளுந்தளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தவும். தேன், இஞ்சிச்சாறு இவைகளில் வேளைக்கு ஒரு மாத்திரையாகக் கொடுக்க வளி நோய்கள் தீரும். அத்துடன் அழல், ஐயம், வெப்புச்சுரம், தாபசுரம் முதலிய நோய்களும் நீங்கும்.

6. வாதராட்சகன் மாத்திரை

இரசம்
அப்பிரகப்பற்பம்
கந்தகம்
தாம்பிரப்பற்பம்
காந்தம்

சம அளவில் எடுக்கவும். இவற்றில் சுத்தி செய்ய வேண்டியவற்றைத் தக்க முறையில் சுத்திசெய்து கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து வெள்ளைச்சாறணை சாற்றாலும், சீந்தில் குடிநீராலும் முறையே நன்னான்கு சாமம் அரைக்கவும் பிறகு கொடிவேலி வேர்ப்பட்டைக் குடிநீர், துளசிச்சாறு, திரிபலைக் குடிநீர் இவைகளால் முறையே இரண்டிரண்டு சாமம் அரைத்து ஒரே உருண்டையாக உருட்டவும். சாறணை இலைக் கற்கத்தின் நடுவில் வைத்து இவை கறுகும்படியாக ஒரு இலகுபுடம் போட்டு ஆறவிட்டு எடுத்து, சித்திரமூல வேர்ப்பட்டைக் குடிநீரினால் நாற்சாமம் அரைக்கவும். மும்மூன்று வராகனெடை அளவாக மாத்திரைகள் உருட்டி நிழலில் உலர்த்திக் கொள்ளவும். தேனில் உரைத்துக் கொடுக்க வளிநோய்கள் தீரும். மாத்திரையை 2 வேளை வழங்கலாம்.

7. விட்ணு சக்கர மாத்திரை

இரசம்
துத்தம்
இலிங்கம்
தாளகம்
கந்தகம்
காந்தம்

நாபி

மனோசிலை

பலகரை

எல்லாம் சம அளவில் எடுத்து முறைப்படி சுத்தி செய்து கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து, வேப்பம்பழச் சாற்றால் நன்றாக அரைத்துக் குன்றியளவு மாத்திரை செய்து நிழலில் உலர்த்தவும். 1 மாத்திரை தினம் 2 வேளையாக திரிகடுகுத் தூள், இஞ்சிச்சாறு, தேன் இவைகளைச் சேர்த்து அனுபானித்துத் தரப் பக்கவாதம் தீரும். மேலும் விக்கல், ஊதல், சன்னி, ஏப்பம், மூர்ச்சை, இவற்றுக்கும் வழங்கலாம்.

8. வெங்கார மாத்திரை

வெங்காரம்

சுக்கு

திப்பிலி

நேர்வாளம்

மிளகு

காந்தப் பொடி

இந்துப்பு

பெருங்காயம்

கழற்சிப்பருப்பு

இவற்றைச் சமஅளவில் எடுத்து முறைப்படி சுத்தி செய்து கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து நீர்விட்டு அரைத்து உருட்டவும். இவ்வுருண்டையை எருக்கம் பழுப்பினால் மூடி ஒரு குடைவு பானையில் வைத்து மேல்மூடிச் சீலைமண் செய்து, கோழிப்புடம் போட்டு எடுத்துக் கல்வத்திட்டுக் கடுக்காய்க் குடிநீரால் அரைத்து, சிறுதேற்றான் விதைப் பிரமாணம் மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தவும். இம்மாத்திரையை எண்ணெயில் தோய்த்து அருந்த மலம் கழியும். நல்ல தண்ணீரில் அனுபானித்திட கால், கை, வாய், முகம் ஆகியவுறுப்புகளில் ஏற்படும் நோய்களும் பல்வகை சூலை, வளிநோய்கள், அண்டவாதம் முதலியனவும் தீரும். இதற்குப் பத்தியமாகக் காடை, கவுதாரி, காளான், மீன், சம்பங்கோழி முதலியன உண்ணுதல் வேண்டும்.

9. பிரதாபவக்கினி பூபதி மாத்திரை

தாம்பிரப்பற்பம்
பஞ்சலவணம்
நாபி
சத்திச்சாரம்
கந்தகம்
நவாச்சாரம்
இரசம்
சுக்கு

இவைகளைச் சம அளவு எடுத்துச் சுத்தி செய்து கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து, இஞ்சிச்சாறு விட்டு நன்றாக அரைத்து உலர்த்திப் பொடித்துக் குப்பியில் அடைத்து, பலப்பக்கல் அடைப்பானால் குப்பி வாயை மூடி 7 சீலைமண் செய்து உலர்த்தி, வாலுகாயந்திரத்தில் 60 நாழிகை கமலாக்கினியாக எரித்து ஆறவிட்டு எடுக்கவும். எடுத்த மருந்தின் எடைக்கு 10-ல் ஒன்று நாபி சேர்த்து இஞ்சிச் சாற்றால் அரைத்துக் குன்றியளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தவும். தேனில் அனுபானித்துக் கொடுக்க வளி நோய்கள் தீரும். சுரம், சுவாசம், பாண்டு, காமாலை, சய நோய்களுக்கும் வழங்கலாம்.

10. பூமணி மாத்திரை

நேர்வாளம்	2 பங்கு
இலுப்பைப்பூ	1 பங்கு
கடுகுரோகணி	1 பங்கு

இவற்றைச் சுத்தித்துப் பொடித்துக் கற்றாழைச் சாற்றில் 4 சாமம் அரைத்துத் தூதுளங்காய் அளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தவும். இம்மாத்திரையில் ஒன்று அல்லது இரண்டைத் தேன் அல்லது இஞ்சிச் சாற்றுடன் காலையில் வழங்க மலம் கழியும். சுரம், சன்னி நீங்கும். முத்தெண்ணெயில் கொடுக்க வளி நோய்கள் தீரும்.

11. சாதிலிங்கப் பற்பம்

சாதிலிங்கத்தைச் சங்கத் திராவகத்தால் அரைத்து வில்லை தட்டிக் காயவைத்து, அடி கனத்த மட்சட்டியினிட்டு வாய் பொருத்தமான மற்றொரு சட்டியால் மூடி ஏழு சீலை வன்மையாய்ச் செய்து எரிக்கப் பதங்கம் ஏறும். மறுபடியும்

அப்பதங்கத்தை மேற்கண்ட சங்க நீரால் அரைத்து முன்போலவே எரிக்கவேண்டும். அடிச் சட்டியில் தங்கி நிற்கும் வரை எரித்து எடுக்க வேண்டும். பனைவெல்லத்தில் கடுகளவு கொடுக்க வளிநோய்கள் யாவும் தீரும். இவை தவிர நீரடைப்பு, மலவடைப்பு, எண்வகை குன்மங்கள், குதிகால்வாதம், கிராணி, மூலம், பெருங்காய்ச்சல், நடுக்கல், சந்து, கிரந்தி முதலியனவும் தீரும்.

12. சண்டரசப் பற்பம்

இரசத்தை வேண்டிய அளவு எடுத்துச் வெடியுப்பு திராவகத்தால் அரைத்து வில்லைதட்டிக் காய வைத்து, மூன்று பங்கு உப்பும் ஒரு பங்கு செங்கல்தூளும் கலந்ததில் பாதியை ஒரு சட்டியில் கொட்டி அதற்குமேல் வில்லையை வைத்து மேல் சட்டி மூடி சீலைமண் செய்து முத்தீயாக 12 மணிநேரம் எரிக்கவும். இது ஆறினபின் மேல் சட்டியில் படிந்துள்ள பதங்கத்தை எடுத்து மேற்படி திராவகத்தை விட்டு முன்போலவரைத்து வில்லை செய்து எரிக்கவும். இதில் கால் முதல் அரை அரிசி அளவில் தக்க அனுபானத்தில் கொடுக்க வளி நோய்கள் யாவும் தீரும். மேலும் மேகம், மேகவிரணம், குன்மம், சூலை, குட்டம், கபநோய்கள், சன்னி முதலியனவும் இதனால் தீரும்.

13. சூதப் பற்பம்

செங்கல் தூளையும் உப்பையும் சரியளவாக எடுத்துக் கலந்து ஒரு சட்டியில் பாதியிருக்கும்படி கொட்டி அழுத்தி அதன் நடுவில் பள்ளம் செய்து ஒரு சேர் இரசத்தை ஊற்றி மேலும் செங்கல், உப்புத் தூளால் மூடி வாய்க்கு வன்மையாக சீலைமண் செய்து எரிக்க மேற்சட்டியில் பதங்கம் ஏறியிருக்கும். அப்பதங்கத்தைச் சங்கத் திராவகம் விட்டரைத்து வெயிலில் வைக்கப் பூத்துப் பற்பமாகும். இதனை அரிசியளவு எடுத்து வெல்லத்தில் நாளுக்கு ஒரு வேளையாக மூன்று அல்லது ஐந்து அல்லது ஏழு நாட்கள் கொடுக்க வளி நோய்களும், விரணம், விரண சூலை, வெடி சூலை, அரி கிரந்தி, விப்புருதி, பிளவை, படுவன், அரையாப்பு, நெஞ்சடைப்பு வலிப்பு முதலியனவும் தீரும். மருந்தின் வேகம் அடங்க களிப்பாக்கு, கடுக்காய், கறுவேலம்பட்டை. நெல்லிப்பட்டை, நாவல்பட்டை இவைகளின் குடிநீரால் வாய் கொப்புளித்து அறுகுவேர்க்கட்டை, மிளகு சேர்ந்த குடிநீரில் வெண்ணெய் சேர்த்து உண்ண இரசத்தின் வீறு தணியும்.

14. நவநீதப் பற்பம்

சுத்தித்த இரசத்தை நீலி இலைச்சாறு, வட்டக் கிலுகிலுப்பைச் சாறு, சீந்திலிலைச்சாறு, குப்பைமேனிச்சாறு இவை ஒவ்வொன்றிலும் முறையே

எட்டெட்டு நாட்கள் அரைத்து, எட்டெட்டு நாட்கள் உலர்த்தி, எட்டு வறட்டியில் தனித்தனியே புடமிட்டெடுக்கப் பற்பமாகும். ஒன்று முதல் 8 கடுகு பிரமாணம் தேனில் கொடுக்க வளி மேகமும், குளிர்ந்த நீரில் கொடுக்க வளிசுரமும், விளாம்பட்டைச் சாற்றில் கொடுக்க வளி குன்மமும், வெங்காயச்சாற்றில் கொடுக்க வளி மூலமும் நீங்கும்.

15. அயச் செந்தூரம்

சுத்தித்த அயப்பொடியை வேண்டிய அளவு எடுத்துக்கொள்ளவும். ஒதியம்பட்டைக் காடிநீர் தெளித்து இடித்துப் பிழிந்த சாற்றை ஊற்றி மூன்று நாள் வெயிலில் வைத்துச் சாறு வற்றியபின் நான்காம்நாள் முதற்கொண்டு மேற்படி சாற்றால் நன்றாக அரைத்து வில்லை செய்து காயவைத்து ஓட்டிலிட்டு மூடி ஏழு சீலை செய்து காய வைத்துக் கஜபுடமிடவும். இவ்விதம் எண்முறை செய்யவும். பிறகு 3 புடம் காடி நீர் தெளித்துப் பிழியாத தனி ஓதியம்பட்டைச் சாற்றிலிடவும். அயம் நல்ல செந்தூரமாகும். தக்க அனுபானத்தில் கொடுக்க வளிப் பிணிகளும், அழல், ஐயப் பிணிகளும் நீங்கும். நாடிகள் முறுக்கேறி, விந்து பெருகிக் கட்டும். கண்களில் இரத்தம் பெருகும்.

ஆல், அரசு பிஞ்சுகளின் வித்துச் சம அளவு. இவ்விரண்டும் சேர்ந்த எடைக்கு அதிமதுரம். இவைகளைப் பொடித்து இத்துடன் கொடுக்க நாட்பட்ட வளிநோய்கள் தீரும்.

16. அயவீரச் செந்தூரம்

அயப்பொடி 1 பலம்

இரசம் 1 பலம்

இவைகள் இரண்டையும் கல்வத்திலிட்டு நன்றாக அரைத்து வீரம் 1 பலம், நவாச்சாரம் 1 பலம் சேர்த்து 3 நாள் கைவிடாடமல் அரைக்கச் சிவந்து பொடியாகும். இதனைப் புதுச்சட்டியிலிட்டு அடுப்பில் வைத்து வறுக்க முருக்கம்பூப் போல் சிவக்கும். கறுக்கக்கூடாது. இதனைக் குன்றியளவு பனைவெல்லத்தில் கொடுக்கச் சூலை, வளிநோய்கள் முதலியனவும், தோல் நோய்களும், விஷக்கடிகளும் தீரும். வறுக்கத் தென்னை ஈர்க்குக் கற்றையை உபயோகிக்கவும்.

17. ஆறுமுகச் செந்தூரம்

இரசம்	5 பலம்
வெங்காரம்	8 பலம்
காந்தம்	7 பலம்
இந்துப்பு	4 பலம்
கந்தகம்	9 பலம்
அயப்பொடி	12 பலம்

இவைகளைக் கல்வத்திலிட்டுத் தனித்தனியாகப் பொடித்து முறைப்படி கலந்து அரைத்துக் கற்றாழைப்பால் சேர்த்து நன்றாக உறவாகும்படி 5 நாள் அரைத்து வில்லைதட்டிக் காயவைத்து, அகன்ற சட்டியில் வைத்து வாய் பொருத்தமான மற்றொரு சட்டியால் மூடி 7 சீலைமண் வன்மையாகச் செய்து எட்டுச் சாமம் அடுப்பிலிட்டு எரித்து, ஆறினபின் எடுத்துப் பார்க்கச் செந்தூரம் மாதுளம்பூ நிறம் பெற்றிருக்கும். இதனைப் பொடித்துக் குப்பியில் அடைக்கவும். பணவெடையளவு எடுத்துத் திரிகடுகுத் தூளுடன் சேர்த்துத் தேனில் குழைத்து அருந்த அரைவாதம், விரைவாதம், சூலை நோய்கள், மூலம், எரிகுன்மம், வறட்சி, அனல், வெடிசூலை, மார்புசூலை, சயம், அரையாப்பு, மதநோய், அதிசாரம், மண்டையிடி, தொண்டைவலி, கண்டமாலை, வறட்சூலை ஆகியனவும் தீரும். நோய்க்குத் தக்கவாறு நாட்களை அளவு படுத்திக் கொடுக்கவும். செந்தூரத்தின் அளவு பணவெடை என்று கூறியிருப்பினும் 1./2 முதல் 1 குன்றியளவே கொள்ள வேண்டும்.

18. இலிங்கச் செந்தூரம்

சுத்தி செய்த இலிங்கம் 1 பலத்துக்கு 1 படி ஆற்றுத் தும்மட்டிச் சமூலச்சாறு விட்டுச் சுருக்குக் கொடுத்துச் சுத்த நீரால் கழுவி பொடித்துக் கொண்டு, அரிசிப்பிரமாணம் தேனில் கொடுக்க வளி தொடர்பான நோய்களும், குளிர் சுரம் முதலான எல்லாவகை சுரங்களும், ஐய நோய்களும், மேக நோய்களும் போம்.

19. காந்தச் செந்தூரம்

காந்தம்	10 பலம்
கந்தகம்	10 பலம்

இவைகளை முறைப்படி சுத்தி செய்து கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்துக் கரிசாலைச் சாற்றால் நன்றாக அரைத்து வில்லைதட்டிக் காயவைத்து ஓட்டிலிட்டுச் சீலை செய்து கஜபுடமிடவும். அந்த எடைக்குக் கந்தகம் சேர்த்து முன்போல அரைத்துப்

புடமிட்டு எடுத்த எடைக்கு மறுபடியும் கந்தகம் சேர்த்து பழச்சாற்றால் அரைத்துக் கஜபுடமிடவும். வந்த எடைக்குக் கந்தி கூட்டி, இவ்விரண்டும் சேர்ந்த எடைக்குச் சித்திரமூல வேர்ப்பட்டை சேர்த்துத் தாய்ப்பாலால் அரைத்து வில்லைதட்டி முன்போலவே புடமிடவும். மேலும் வந்த எடைக்குக் கந்தகமும் சித்திரமூல வேர்ப்பட்டையும் சேர்த்துக் கோழி முட்டை வெண்கருவில் அரைத்து, முன்போல வில்லை செய்து புடமிடவும்.

பிறகு எருக்கம்பாலால் நான்கு சாமம் அரைத்து வில்லையை ஒட்டில் உலர்த்தி முன்போலவே புடமிடவும். மருந்தை எடுத்துப் பார்க்கச் செங்கறுப்பு நிறமாக இருக்கும். பொடித்துக் கொள்ளவும். ஒரு குன்றியளவு 2 வேளை தேனில் 1 மண்டலம் உண்ண அண்டவாய்வு, ஆனந்த வாயு போன்ற பல்வகை வளிநோய்களும் விடப்பாண்டு, கவிசைக் கட்டி, சோகை, பித்தப்பாண்டு, நீராம்பல் போன்ற நோய்களும் நீங்கும். பெண் இச்சையை நீக்க வேண்டும்.

20. கௌரி சிந்தாமணி செந்தூரம்

இரசம்	1 பலம்
கந்தகம்	1 பலம்
பொரிகாரம்	1 பலம்

இவைகளைச் சுத்தித்துக் கல்வத்திலிட்டு முறைப்படி பொடித்து, பொடியை ரெட்டுத் துணியால் கொட்டைப் பாக்களவாய் கிழி கட்டி மணல் மறைவில் கிழிகள் மறையும்படி வரிசையாக வைத்து, மணல் மேல் 10 வறட்டியை அடுக்கி எரித்து எடுக்கவும். ரெட்டுகளை நீக்கி மருந்தை எடுத்துப் பொடித்துக் கொள்ளவும். மருந்து பூலாம் பழம் போல் கறுப்பாக இருக்கும்.

திரிகடுகுத்தூள் வெருகடி அளவுடன் மருந்தை ஒரு குன்றிமணி அளவு சேர்த்துத் தேனில் கொடுக்க வளி நோய்கள் யாவும் தீரும். சூலை, குன்மம், உளைமாந்தை, சுரநோய்கள், எலிக்கடி, மந்தாரகாசம், ஈளை, இருமல், சயம், சுவாசகாசம், அரையாப்பு, யோனிச் சூலை, அண்டவாதம், தொடைவாழை, விப்புருதி, பக்கசூலை, நாச்சூலை, கண்டமாலை, கரப்பான், புண், கடி ஆகிய நோய்களும் நீங்கும்.

21. சண்டமாருதச் செந்தூரம்

இலிங்கம்	2 பாகம்
பூரம்	1 பாகம்

வீரம் 1/2 பாகம்

கந்தி 1/2 பாகம்

இரசச்செந்தூரம் 1/2 பாகம்

இவற்றைச் சேர்த்து முலைப்பால் விட்டு அரைக்கச் செந்தூரமாகும். தேனில் 1/2 முதல் 1 குன்றி, 2 வேளை கொடுக்க வளி நோய்கள் யாவும் தீரும்.

22. தாம்பிரச் செந்தூரம்

தாம்பிரத் தகட்டை எட்டிப் பழச்சாற்றில் 15 நாள் ஊறப்போட்டு எடுக்க சுத்தியாகும். ஒவ்வொரு நாளும் புதுச்சாற்றை ஊற்றவும். கந்தகத்தை நல்வேளைச் சாற்றில் மூன்று தினம் மைபோலரைத்துக் குகை செய்து அதை மற்றொரு குகைக்குள் வைத்து, படிகாரத்தைத் தண்ணீரில் அரைத்து மேற்படி சுத்தித்த தாம்பிரத் தகட்டிற்குப் பூசி குகைக்குள் வைத்து மேல் மூடி 7 சீலைமண் செய்து கஜபுடமிடத் தாம்பிரம் நீறிப்போகும். நீறின தாம்பிர எடைக்கு இலிங்கம் சேர்த்து எருக்கம் பாலால் அரைத்து வில்லைதட்டி ஓட்டிலிட்டுச் சீலை செய்து கஜபுடமிட முருக்கம்பூ போல் சிவந்த செந்தூரமாகும்.

இச்செந்தூரம் 1/2 முதல் 1 குன்றியளவுடன் திரிகடுகுத்தூள், தேன் சேர்ந்து அனுபானிக்க உதரவாதம், ஆனந்தவாயு போன்ற வளி நோய்களும் குன்மம், கரப்பான், பெருவயிறு, நீராம்பல், மகோதரம், விடபாகம், வீக்கம் முதலியனவும் தீரும்.

23. தாளகச் செந்தூரம்

தாளகத்தைப் பூசணிக்காய்ச் சாற்றில் துலாயந்திரமாக எரித்து எடுத்து நல்லெண்ணெயும் கற்சுண்ண நீரும் சமமாகக் கலந்து, துலாயந்திரமாக எரித்து எடுத்துப் பிறகு நல்லெண்ணெயிலும் ஒரு முறை சுத்தி செய்யவும்.

மூக்கிரட்டை சமூலத்தை நன்கு அரைத்து இரண்டு அடையாகத் தட்டி, ஒரு அடையின் மீது தாளகத்தை வைத்து மற்றொரு அடையால் மூடி, சட்டிக்கு வாய் பொருத்தமான மற்றொரு சட்டியால் மூடி 7 சீலைமண் செய்து 8 சாமம் அடுப்பில் இட்டு எரிக்கச் செந்தூரமாகும். இச்செந்தூரத்தை 1/4 முதல் 1/2 குன்றியளவு தேனில் கொடுக்க மண்டைச் சூலை நீங்கும். இதனைப் பனைவெல்லத்தில் கொடுக்க வளி நோய்கள் நீங்கும்.

24. மண்டூரச் செந்தூரம்

ஆயிரம் வருடம் சென்ற இரும்புக் கிட்டத்தை (மண்டூரத்தை) நெருப்பிலிட்டுக் காய்ச்சிப் பசுவின் நீரில் 10 முறை தோய்க்கச் சுத்தியாகும். ஒவ்வொரு முறையும் புதிதான மூத்திரத்தை உபயோகிக்கவும்.

இவ்வாறு சுத்தித்த மண்டூரம் 1 பங்கு, கந்தகம் 1/10 பங்கு, இரசம் 1/10 பங்கு, இலிங்கம் 1/10 பங்கு, உப்பு 1/10 பங்கு, வெங்காரம் 1/10 பங்கு. இவைகளைக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்துப் பழச்சாடற்றில் 10 புடமும், கரிசாலைச் சாற்றில் 10 புடமும், அரசம்பட்டைச் சாற்றில் 5 புடமும் போட்டுப் பொடித்துக் கொள்ளவும். குன்றிமணியளவு திரிகடுகுத்தூளுடன் தேனில் கொள்ள வளிநோய்கள், ஐயநோய்கள், அரோசகம், அன்னத்துவேசம், தீராவாந்தி, விக்கல், நீர் வேட்கை இவைகள் தீரும். காமம் சுரக்கும், தேகம் மின்னும், உடல் இறுகும்.

25. காடிக்காரச் செந்தூரம்

இலிங்கம் பலம் ஒன்று, இரசச் செந்தூரம் பலம் ஒன்று-இவ்விரண்டையும் தனித் தனியாகப் பொடிக்கவும். காடிக்காரம் பலம் ஒன்றைத் தனியாகப் பொடிக்கவும்.

ஒரு கல்கார்க்குப் புட்டியில் முதலில் இரசச் செந்தூரத் தூளில் பாதி பாகம் போட்டு, அதன் மீது இலிங்கத்தூளில் பாதி போட்டு அதன்மீது காடிக்காரத் தூள் முற்றும் கொட்டி, பிறகு மிகுதியாயுள்ள இலிங்கத் தூளையும் அதன் மீது இரசச் செந்தூரத்தையும் கொட்டி, காற்று நுழையா வண்ணம் மூடிவிட்டு, தோல்பட்டையினால் புட்டி தெரியாமல் சுற்றிக் கட்டி, வேக வைத்துக் கொட்டின நெற்குவியல் மத்தியில் புதைக்கவும். சூடாறியபின் கல்வத்தில் பொடியைப் போட்டு அரைத்து எடுக்கவும். 1/2 முதல் 1 அரிசி எடைஎடுத்துத் தேன், இஞ்சிச்சாறு, துளசிச் சாறு ஆகிய ஏதேனுமொன்றில் கொள்ள பாரிசவாதம் முதலிய வளி நோய்களும் ஊழிபோன்ற பேதிகளும் நீங்கும்.

26. துருசுச் செந்தூரம்

துருசு	1 பலம்
வேப்பிலை	2 பலம்

இவற்றை நீர் விடாமல் கல்வத்திலிட்டு அரைத்து வில்லை செய்யவும். பிறகு பிரண்டையை அரைத்து அதற்குள் இவ்வில்லையைப் பொதித்து, முற்றும்

காய்வதற்குள் 10 வறட்டியில் புடம் இடவும். இவ்வாறே செந்தூரமாகுமட்டும் புடமிடவும். இதில் 1/4 முதல் 1/2 குன்றிமணியளவு தக்க அனுபானத்தில் கொடுக்க வளிநோய்கள் பலவும் தீரும். இவை தவிர குன்மம், சூலை, மகோதரம், பித்த, கபநோய்கள் போன்றனவும் தீரும்.

27. *சிவனார் அமிர்தம்*

இருவி
சுக்கு
இரசம்
மனோசிலை
கறுநாபி
வெங்காரம்
நெல்லிக்காய்
கந்தகம்
அரிசித் திப்பிலி

ஆகிய இவைகள் வகைக்கு 1 பலம். மிளகு 8 பலம் - இவைகளை முறைப்படி சுத்தி செய்து தனித்தனியே சூரணமாக்கிக் கல்வத்திலிட்டு 7 நாட்கள் விடாமல் அரைத்திடவும். இது கறுப்பு நிறத்தை அடையும். வளி நோய்களுக்குத் தக்க துணை மருந்தில் வழங்கலாம். தவிர அழல் நோய்கள், ஐயநோய்கள், சுவாசம், குட்டம், குன்மம்,சன்னி, மூலநோய், சயம், பெருவயிறு ஆகியனவும் தீரும்.

அரணை, தேள் கடி விடங்கள், வலிப்பு இவைகட்கு ஆக்கிராண (நசியம்) மருந்தாகவும் பயன்படும்.

28. பறங்கிப்பட்டைப் பதங்கம்

5 பலம் பறங்கிப்பட்டையைப் பொடிப்பொடியாகக் கண்டமாக்கி, கழுதை லத்திச்சாற்றில் பிசறி உலர்த்தவும். இவ்வாறே குப்பைமேனிச்சாறு, பொடுதலைச்சாறு, கையான்சாறு, சங்கன்குப்பிச்சாறு, பசுவின்பால் இவைகளிலும் பாவனை செய்யவும்.

கந்தகம் 1 பலம், இரசம் 5 பலம், இலிங்கம் 5 பலம். இம்மூன்றையும் பொடி செய்து ஒரு சட்டியிலிட்டு, சட்டி வாய்க்குப் பொருத்தமான துளைகளிட்ட மடக்கால் பொருத்தி, அதன் மீது பாவனை செய்யப்பட்டப் பறங்கிப்பட்டையை வைத்து மேல்

சட்டி மூடி, பொருத்துவாய்க்கு மண்சீலை வன்மையாகச் செய்து அடுப்பின் மீது வைத்து ஒரு சாமம் எரித்து ஆறவிட்டெடுத்துப் பட்டையைப் பொடித்துக் கொள்ளவும்.

கழஞ்சளவு பொருத்தமான அனுபானத்தில் கொடுக்கச் சூலை, பிடிப்பு, மேகம் ஆகியன தீரும். தோல் நோய்களுக்கும் இதைத் தக்க அனுபானத்தில் வழங்கலாம். அளவு கழஞ்சு என்று கூறியிருப்பினும் 1 முதல் 3 குன்றிமணி அளவே போதும். 1 மண்டலம் அருந்தலாம். பத்தியமில்லை.

29. இரச மெழுகு

வாலை இரசம் 2 வராகனெடை, பறங்கிப்பட்டைச் சூரணம்1 வராகன், திப்பிலிச் சூரணம் 4 வராகன், இலவங்கச் சூரணம் 4 வராகன், கரும்பு வெல்லம் போதுமான அளவு. இவைகளைக் கல்வத்திலிட்டு இரசம் மடியும்படி நன்றாகக் கலந்தரைத்துப் பத்திரப்படுத்தவும். ஒரு மாதம் பழகின பிறகு பயன்படுத்துதல் வேண்டும்.

மிளகளவு பனைவெல்லத்தில் காலை மாலை 2 வேளையாக 7 நாட்கள் உண்ண கை, கால் முடக்கு, மேகச் சூலை, அரையாப்பு, கிரந்தி, தடிப்பு, புண்கள், வெள்ளை முதலியன தீரும்.

உப்பில்லாப் பத்தியம், பால் சாதம். மறுபத்தியம் 7 நாட்கள். 15-ஆம் நாள் தலை முழுகவும். தலை முழுக்கன்று கோழிச்சாறு சேர்க்கலாம்.

30. இரசகந்தி மெழுகு

இரசம்
வாலுளுவை அரிசி
சிறுதேக்கு
கந்தகம்
சோம்பு
தாளிசப்பத்திரி
இரசக்கற்பூரம்
ஏலம்
திராட்சை
அரிதாரம்

மிளகு
எட்டி விதை
துருசு
கார்போகரிசி
தேற்றான் விதை
துத்தம்
மாசிக்காய்
நீர்முள்ளி
மிருதார் சிங்கி
திப்பிலிக்கட்டை
எள்ளு
சுக்கு
வாய்விடங்கம்
கொள்ளு
ஓமம்
வசம்பு
கொப்பரைத்தேங்காய்
மஞ்சள்
இலவங்கம்
சின்னிவேர்
திப்பிலி
சேராங்கொட்டை
அமுக்கரா வேர்
அரத்தை
கடுக்காய்த்தோல்
ஆகாய கருடன் கிழங்கு
கோஷ்டம்
கறுஞ்சீரகம்
சித்திரமூலம்
காட்டுச் சீரகம்

மேற்கண்ட சரக்குகள் வகைக்கு 1 வராகனெடை.

கோழி முட்டை 2

கோழி முட்டை நீங்கலாக மற்றவைகளைக் கல்லுரலில் போட்டு நன்றாகப் பூனில்லா உலக்கையால் இடித்துப் பொடித்துக் கோழி முட்டையை உடைத்து அதில் ஊற்றி 46 வராகனெடை பனைவெல்லம் சேர்த்து 4 சாமம் நன்றாகக் கலந்து மெழுகுபோல் திரளும்படி இடித்துச் சிமிழில் பதனம் செய்யவும். மோரும் சோறும் உண்டு அதற்குப்பிறகு மெழுகைச் சுண்டைக்காய் பிரமாணம் உட்கொள்ளவும். உட்கொள்ளும் நாட்கள் 1 மண்டலம். பத்தியமில்லை. வளிநோய்கள், சூலை நோய்கள், தோல் நோய்கள், புற்று நோய்கள், மேக நோய்கள் முதலியன தீரும். நோய்த் தடுப்பாற்றலை உடலில் மிகுதிப்படுத்தும். நோய்த் தடுப்பாற்றல் குறைவால் வரும் நோய்களுக்கு நன்கு பயன் தரும்.

31. இடிவல்லாதி

10 பலம் சேராங்கொட்டையை மூக்கை வெட்டி சாணப்பாலில் 3 நாள் ஊறவைத்துக் கழுவி எடுக்கச் சுத்தியாகும். இதனைக் கல்லுரலில் போட்டு அத்துடன் 10 பலம் எள்ளை இடித்துச் சேர்த்துக் கொப்பரைத் தேங்காய் 2 சேர்த்துப் பூணில்லா உலக்கையால் நன்றாக இடித்துப் பிறகு பறங்கிப்பட்டை, அமுக்கரா, சித்திரமூலவேர்ப் பட்டை, கஸ்தூரி மஞ்சள், கறுஞ்சீரகம், வாலுளுவை, குரோசாணி ஓமம், வெற்றிலைக் காம்பு, கடுக்காய்த்தோல், திப்பிலி, கோஷ்டம் வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து நன்றாக இடித்து வடிகட்டி மேற்படி சேராங்கொட்டையுடன் சேர்த்து, மெழுகுபோல் ஆகும் வரை நன்கு இடித்து 1/2 பலம் இரசக்கற்பூரத்தைக் குங்குமம் போல் பொடித்து அதில் சேர்த்துப் பிறகு பனைவெல்லம் 5 பலம் சேர்த்து உறவாகும்படி இடித்துக் குப்பியில் அடைக்கவும்.

சுண்டையளவு காலை, மாலை இருவேளையாக ஒரு மண்டலம் கொள்ள வளிப் பிணிகள், தோல் பிணிகள், குன்மம் முதலியன தீரும்.

பத்தியம்: இச்சாபத்தியம். வறுத்த உப்பு, தயிர், மோர், நெய், துவரை, பாசிப்பயறு, ஆரைக்கீரை, பொன்னாங்காணிக் கீரை இவை ஆகும். மீன் ஆகாது. விளக்கெண்ணெய் தேய்த்துத் தலை முழுகவும்.

இம்மருந்தைப் பனைவெல்லத்தில் அனுபானித்தல் நலம். இச்சா பத்தியத்துடன் உப்பில்லா பத்தியம் வைத்தால் நலம். 5 நாட்களுக்கு ஒரு முறை மருந்தை நிறுத்தி மறுபத்தியம் வைத்து விளக்கெண்ணெயில் தலைமுழுகச் செய்து, மறுமுறை மருந்தை வழங்க வேண்டும்.

32. சிற்றண்ட மெழுகு

வில்வவேர் 10 வீசை நிழலில் உலர்த்திப் பாண்டத்திலிட்டுக் குழித்தைலம் இறக்கவும். ஒரு பீங்கானில் ஒரு தலைக் கோழி முட்டையை வைத்து நிரம்ப மேற்படி குழித்தைலத்தை ஊற்றிக் கொண்டே வர முட்டையும் தைலமும் சேர்ந்து மெழுகாகும். இதனைச் சுண்டைக் காயளவு தேனில் கொடுக்க வளிநோய்க் கூட்டங்கள் தீரும். சூலை நோயும் தீரும்.

32. நந்தி மை

i சேங்கொட்டை 40 எடுத்து மூக்கை வெட்டிச் சாணிப்பாலில் துலாயந்திரமாக மும்முறை வேக வைத்துக் கழுவி எடுக்க சுத்தியாகும். இதனை இரண்டாக வெட்டி, பசுநெய் கால்படியில் போட்டுக் காய்ச்சி. கொட்டை மிதந்த பிறகு நெய்யை வடித்து வைக்கவும்.

ii. எட்டி வித்து காசெடை ஐந்தை நாவற் பட்டைக் குடிநீரில் ஒரு நாழிகை வேகவைத்துத் தோல் நீக்கித் துண்டு துண்டாக வெட்டி முன் தயாரித்த நெய்யில் போட்டு வேகவைத்து, கொட்டை மிதந்த பிறகு, கொட்டையைப் பொடித்தும் நெய்யை வடித்தும் வைக்கவும்.

iii. பொன்னிமிளை வராகன் எடை 2 எடுத்து, அதற்குக் கறியுப்பையும் வெடியுப்பையும் எருக்கம்பால் விட்டு அரைத்து எடுத்த விழுதினால் கவசம் செய்து 7 முறை நெருப்பிலிட்டு வாட்டி எடுத்துப் பிறகு அதே நிமிளைக்கு முருங்கைப் பட்டையை எருக்கம்பால் விட்டு அரைத்த விழுதினால் கவசம் செய்து அவிப்புடம் போட நிமிளை பொடியாகும்.

iv. கல்நாரைப் பசும்பாலில் 3 நாள் ஊறவைத்துப் பிறகு நெருப்பிலிட்டுக் காய்ச்சிப் பசும்பாலில் தோய்க்கவும். பின் குப்பைமேனியை அரைத்து அக்கல்நாருக்குக் கவசமிட்டுப் புடம் போட்டுப் பற்பமாக்கவும். இதில் 2 வராகனெடை எடுத்துக் கொள்ளவும்.

v. கல் மதம், நண்டுக்கல் இவைகளைத் தனித்தனியே கொப்பரைத் தேங்காய்ப்பால் வார்த்து அரைத்து உலர்த்தின பொடி வகைக்கு 2 வராகன் எடை எடுத்துக் கொள்ளவும்.

vi. பச்சைக் கற்பூரம், குங்குமப்பூ, கோரோசனை இவைகள் வகைக்கு 2 வராகனெடை எடுத்து முலைப் பால் விட்டு நன்றாக அரைத்துப் பொடிக்கவும்.

vii. சீனம் பலம் 4

viii. தயாரித்த இரசச்செந்தூரம் பலம் 1/2

ix. திரிகடுகு

ஏலம்

கறுஞ்சீரகம்

சிறுதேக்கு

கிராம்பு

தாளிசப்பத்திரி

செவ்வியம்

குரோசாணி ஓமம்

காட்டுமிளகு

சித்திரமூலவேர்ப்பட்டை

வாய்விடங்கம்

திப்பிலிக்கட்டை

அதிவிடயம்

கசகசா

சாதிக்காய்

சோம்பு

சாதிப்பத்திரி

சுத்தித்த நேர்வாளம்

சீரகம்

சிற்றரத்தை

சடாமாஞ்சில்

அக்கரகாரம்

அமுக்கரா

மேற்கண்ட சரக்குகள் வகைக்கு 1 1/4 வராகனெடை. இவைகளை உலர்த்தி இடித்துச் சலித்துக் கொள்ளவும்.

x. துருசு
மனோசிலை
பால்துத்தம்
கந்தகம்
இரசம்
தாளகம்
பூரம்
குதிரைப்பல்பாடாணம்
இலிங்கம்
வெள்ளைப்பாடாணம்
இரசச் செந்தூரம்
பூநீறு

இவை வகைக்கு ஒரு வராகனெடை எடுத்து நீலிச்சாற்றால் 2 சாமம் அரைத்து வில்லைகள் செய்து காயவைத்து, நீலிக்கற்கத்தினுள் பொதிந்து சாணத்தால் கவசம் செய்து உலர்த்தி, சாணி கறுகும்பதத்தில் எடுத்துக் கவசத்தை நீக்கி, கல்வத்தில் பொடித்து, மேலே செய்யப்பட்ட மற்ற பற்பங்களுடன் சேர்த்து அரைத்து வைக்கவும்.

xi. முன்னே தயார் செய்த நெய்யை ஒரு பழகிய சட்டியில் ஊற்றி, அடுப்பிலிட்டுப் பழைய வெல்லம் 4பலம் அதில் போட்டு மற்ற பொடிகள் எல்லாவற்றையும் சிறிது சிறிதாகச் சேர்த்து, சிறு தீயில் எரித்துக் கிண்டி, புதிய தேன் 1/8 படி சேர்த்துக் கிண்டி வழித்துப் பீங்கான் பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: தேற்றான் விதையளவு.

அனுபானம்: பனைவெல்லம் பாக்களவு.

நாள் அளவு: நோய்க்குத் தக்கபடி 1/4 முதல் 1 மண்டலம் வரை.

பத்தியம் : அபத்தியப் பதார்த்தம் நீக்கி, பத்தியப் பதார்த்தம் மட்டும் சேர்க்கவும். அனைத்து வகை வளி நோய்களுக்கும் இதை வழங்கலாம்.

இம் மருந்தை உண்டபிறகு குமரித்தைலம், சந்தனாதித் தைலம், ஆமலகத்தைலம், சண்பகத் தைலம் ஆகிய தைலங்களில் 4 நாட்களுக்கு ஒரு முறை முழுகலாம்.

34. நவ உப்பு மெழுகு

கறியுப்பு
மூங்கிலுப்பு
இந்துப்பு
கல்லுப்பு
வளையலுப்பு
பாறையுப்பு
பொட்டிலுப்பு
பூநீறு
அமுரியுப்பு

ஆகிய 9 வகை உப்புகளை வகைக்கு 1/4 பலம் எடுத்து ஒரு பாண்டத்திலிட்டுத் தும்மட்டிச்சாறும் ஆவின்பாலும் கலந்து 1 படி ஊற்றி, துத்திவேர்க் கற்றையால் நன்றாகச் சுழற்றிக் கலக்கி, மணல் போக்கித் தெளிவினை இறுத்து வடித்துக் காய்ச்சினால் குழம்பாகச் சுண்டி வெண்மையாக இருக்கும்.

இதனைக் கல்வத்தில் ஊற்றி அதில் வீரம் 1 பலம், கற்பூரம் 1/2 பலம், திரிகடுகு வராகனெடை 3, வாளம் 1/4 பலம் இவைகளைத் தனித்தனியாகப் பொடித்துச் சேர்த்து, திரிபலைக் குடிநீரால் 1 சாமம் அரைத்துப் பிறகு, தாய்ப்பாலால் ஒரு சாமம் அரைத்து மெழுகுபதம் வந்தவுடன் கொம்புச் சிமிழில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு : மிளகளவு

அனுபானம் : கருப்பட்டி

நாள்: காலையில் மாத்திரம் 1 முதல் 3 நாள் உடல் வன்மைக்குத் தக்கவாறு கொடுக்கலாம். வளி நோய்களுக்குக் கால் மண்டலம் கொள்ளலாம்.

தீரும் நோய்: மலம் கழியும். சூலை, உதரவாய்வு, அண்டவாதம், வலி வாதம், முடக்கு வாதம், விட வாதம், தமர் வாதம், தந்துவாதம், பாரிச வாதம், மகோதரம், வலி குன்மம் முதலான எண்வகை குன்மம் தீரும்.

பத்தியம்: வெந்நீரும் சோறும். மறுபத்தியத்தில் வறுத்த உப்பு, பசும்பால், நீர்மோர், சிறுகீரை, பிஞ்சு முருங்கை, கத்தரி, அவரை, பாசிப்பயறு, துவரை, பிஞ்சுக் கோழி, காடை முதலியன ஆகும்.

35. நாயுருவி உப்பாதி மெழுகு

நாயுருவி உப்பு
வீரம்
வாழையுப்பு
பூரம்
தாழையுப்பு
நவாச்சாரம்
தெங்கினுப்பு
பூநீறு
அன்னபேதி
இந்துப்பு
வளையலுப்பு
சத்திச்சாரம்
வெண்ணாபி
கந்தகம்
சங்குப்பற்பம்
திரிகடுகு

மேற்கண்ட சரக்குகளை வகைக்கு 1 பலம் எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்துச் சாராயம், எருக்கம்பால், கள்ளிப்பால் இவை வகைக்கு முறையே 1/4 படி, விட்டரைத்து ஒரு மட்பாத்திரத்தில் சேர்த்து நெய் 1/4 படி தேன் 1/4 படி சேர்த்து மெழுகு பதம் வரும் வரையில் கொதிக்கவைத்து ஆற விட்டுப் சிமிழில் அடைக்கவும். 1 குன்றிமணி அளவு மெழுகும் தாம்பிரச் செந்தூரம் நெல் எடையும் சேர்த்து வழங்கவும்.

அனுபானம்: வெள்ளைச் சர்க்கரை.

வளிநோய்களும் குன்ம நோய்களும் தீரும். 1/2 மண்டலம் சாப்பிடலாம்.

36. பஞ்ச சூத மெழுகு

இலிங்கம்

வீரம்

பூரம்

இரசச் செந்தூரம்

இரசம்

ஆகிய பஞ்ச சூதங்களை வகைக்கு 2 வராகனெடை எடுத்து இரும்புக் கரண்டியில் இட்டு , செப்பு நெருஞ்சில் சாறு, முருங்கைப்பூச்சாறு, தாய்ப்பால் மூன்றும் சமஅளவு சேர்த்து, ஒரு சாமம் மேற்படி கரண்டியிலுள்ள சரக்குகளைச் சுருக்குக் கொடுத்து, மெழுகுபோல் ஆன பிறகு வழித்தெடுத்து கல்வத்தில் சேர்த்து 1 சாமம் அரைக்க மெழுகுபோல் திரளும். இதனைக் கொம்புச் சிமிழில் பதனம் செய்க.

அனுபானம்: கொடிவேலி வேர்ப்பட்டைக் குடிநீர். தீரும் நோய்: முடக்குவாதம், சூலை.

மிளகுப் பொடியில் கொடுக்கப் பக்கவாதம், மார்புநோய், பக்கச் சூலை, குண்டல வாயு தீரும். வெள்ளுள்ளித் தைலத்தில் கொடுக்கப் புறவலிப்பு, வலி, நாசிகாபீடம் தீரும்.

37. வான்மெழுகு

இம்மருந்தில் சரக்குகள் ஐம்பூத அடிப்படையில் சேர்க்கப்பட்டுள்ளன.

மண்கூறுப் பொருள் : மிருதார் சிங்கி, காந்தம்

நீர்க்கூறுப் பொருள்: வெள்ளை, கௌரி

தீக்கூறுப் பொருள்: தாளகம், பூரம், வீரம், கந்தகம்

காற்று கூறுப் பொருள்: இலிங்கம், இரசச் செந்தூரம்

வெளிக்கூறுப் பொருள்: சாம்பிராணி, கற்பூரம், அபின், இரசம்.

அனைத்தும் சம அளவில் எடுத்துக் கொள்க.

முதலில் தீக்கூறாகிய கந்தகத்தையும் வெளிக் கூறான இரசத்தையும் ஒன்றாகக் கூட்டிக் கறுநிறம் அடையு மட்டும் அரைத்துத் தனிப்படுத்தி மற்ற மிருதார் சிங்கி முதல் அபின் ஈறாக உள்ள சரக்குகளைக் கூட்டி நன்றாகக் கலந்து அரைத்தபின் கந்தகத்தையும் இரசத்தையும் அரைத்ததைக் கூட்டிக்

கலந்தவுடனே, முட்டைக் கரு தைலத்தைக் கூட்டி அரைத்தல் வேண்டும். மெழுகு பதத்தில் வந்தவுடன் பத்திரப்படுத்திக் கொள்ளல் வேண்டும்.

அளவு: உளுந்தளவு.

அனுபானம்: பனைவெல்லம்.

நாளளவு: நாளுக்கு 2 வேளை 5 நாட்கள் கொடுக்கலாம்.

இடைவெளி விட்டு மறுபடியும் நோய்க்குத் தக்கவாறு வழங்கலாம்.

தீரும் நோய்: பக்க வாதம், கீல்வாயு முதலான வளி நோய்கள் தீரும். இவை தவிர சன்னி முதலான பல்வகையான நாட்பட்ட அழல், ஐய நோய்கட்கும் வழங்கலாம்.

38. மகாவீர மெழுகு

வீரம் பலம் 1க்கு 1 படி முருங்கைப் பட்டைச் சாற்றைச் சுருக்குக் கொடுத்துப் பூரம் 1 பலம், இலிங்கம் 1 பலம் சுத்தி செய்து சேர்த்து, திரிகடுகு வகைக்கு 1 பலம், சித்திர மூல வேர்ப்பட்டை 6 பலம் -ஆக மொத்தம் 12 பலத்தை வேண்டிய அளவு தேனும் தாய்ப் பாலும் விட்டரைத்து, கடைசியில் குங்குமப்பூ, கோரோசனம், பச்சைக் கற்பூரம் வகைக்கு 1 வராகன் எடை சேர்த்து மெழுகாககச் செய்து கொள்ளவும். 1 முதல் 2 பயறளவு உண்ண வளி நோய்களும், மேகநோய்களும் தீரும். பாலும் சோறும் மட்டும் சாப்பிடவும்.

39. அமுக்கராச் சூரணம்

கிராம்பு	1 பங்கு
சிறுநாகப்பூ	2 பங்கு
ஏலம்	4 பங்கு
மிளகு	8 பங்கு
திப்பிலி	6 பங்கு
சுக்கு	32 பங்கு
அமுக்கரா	64 பங்கு
சர்க்கரை	128 பங்கு

சர்க்கரை நீங்கலாக மற்றவைகளை முறைப்படி சுத்தித்துத் தனித்தனியே பொடித்து எல்லாவற்றையும் ஒன்றபடக் கலந்து பிறகு சர்க்கரையும் சேர்த்துக் கலந்து, இதனை அளவுப்படி கொடுக்க வளிநோய்கள் நீங்கும். எண்வகைக் குன்மம், இடப்பாட்டீரல் நோய், கை, கால் எரிவு, சயம் முதலியவற்றிலும் வழங்கலாம்.

40. ஏலாதிச் சூரணம்

கிராம்பு	1 பங்கு
மிளகு	2 பங்கு
சிறுநாகப்பூ	4 பங்கு
தாளிசப் பத்திரி	8 பங்கு
கூகை நீறு	16 பங்கு
சுக்கு	32 பங்கு
ஏலம்	64 பங்கு

எல்லாம் சேர்ந்த அளவு அதாவது 127 பங்கு சர்க்கரை. சர்க்கரை நீங்கலாக மற்ற சரக்குகளைச் சுத்தித்துப் பொடித்து, எல்லாவற்றையும் சர்க்கரையுடன் சேர்த்து ஒன்றுபடக் கலந்து புதுக் கலசத்தில் பத்திரப் படுத்தவும்.

அளவு: வெருகடி அளவு, 2 வேளை.

தீரும் நோய்: வளிநோய், பித்த வாயு, விரணம், பெரும்பாடு, கிரந்தி, குட்டம், சயம் முதலியன.

41. சீந்தில் சூரணம்

21 முறை தண்ணீரில் இட்டுச் சுத்தி செய்த சீந்தில் தண்டை உலர்த்திப் பாலில் பிசறிக் காய வைத்தது 10 பலம், கரிசாலைச் சூரணம் 10 பலம். பூநாகத்தைப் பாலில் போட்டு வைக்க மண்ணைக் கக்கிவிடும். இவ்வாறு சுத்தி செய்யப்பட்ட பூநாகத்தைக் காய வைத்து இடித்துப் பொடியாக்கி மும்முறை பாலில் கரைத்து வடிகட்டி உலர்த்தி எடுத்த பொடி 10 பலம். இம்மூன்றையும் கலந்து வெருகடி நெய்யில் கொள்ள மேகம், கவிசை, ஈளை, காசம், இளைப்பு, சயம், கிரிச்சரம், அண்டவாயு இவற்றுடன் வளி நோய்களும் தீரும்.

42. மூக்கிரட்டைச் சூரணம்

மூக்கிரட்டை வேர்
வெண்குன்றி வேர்
கொன்றை வேர் - வகைக்கு 1 பங்கு
கடுக்காய்த் தோல் - 3 பங்கு

இவைகளைப் பொடித்து அளவுப்படி கொடுக்க மலக்கட்டு, திமிர் வாதம் ஆகியன தீரும்.

43. தாளிசாதி சூரணம்

தாளிசம்
சீரகம்
தான்றிக்காய்
இலவங்கப்பட்டை
சதகுப்பை
கடுக்காய்
ஏலம்
நற்சீரகம்
மிளகு
மதுரம்
திப்பிலிக்கட்டை
சிறுநாகப்பூ
பெருங்காயம்
கிராம்பு
சண்பகமொக்கு
நெல்லிமுள்ளி
சாதிப்பத்திரி
வாய்விடங்கம்
கோஷ்டம்
கற்கடகசிங்கி
இலவங்கப்பத்திரி
திப்பிலி
சாதிக்காய்

வகைக்கு 8 வராகனெடை.

கொத்துமல்லி விதை 18 வராகனெடை. இவைகளைச் சுத்தித்து நன்றாக வெயிலில் உலர்த்த வேண்டியவைகளை உலர்த்தி, பொன்வறுவலாக வறுக்கவேண்டியவைகளை வறுத்து, பொரிக்க வேண்டியதைப் பொரித்துப் பொடித்து வடிகட்டி, சீனி 96 வராகனெடை சேர்த்துக் கலந்து அளவுப்படி இருநேரம்

கொள்ள வளி நோய்கள் தீரும். இது தவிர அழல், ஐயம், போன்ற நோய்களும் தீரும். மேலும் வறட்சி, தாகம், பொருமல், காதிரைச்சல், இருமல், கைகால் குடைச்சல், கடுப்பு முதலியனவும் தீரும்.

44. தாளிசாதி வடகம்

தாளிசப்பத்திரி	1 பலம்
சுக்கு	3 பலம்
மிளகு	1 பலம்
இலவங்கப்பட்டை	1/4 பலம்
செவ்வியம்	1 பலம்
இலவங்கப்பத்திரி	1/4 பலம்
திப்பிலி	2 பலம்
சிறுநாகப்பூ	1/4 பலம்
திப்பிலி மூலம்	2 பலம்
ஏலம்	1/4 பலம்
சிற்றரத்தை	1/4 பலம்
கரும்பு வெல்லம்	16 பலம்
பசும்பால் வேண்டிய அளவு	

ஒரு சட்டியில் பசும்பாலை ஊற்றி வேடுகட்டி, அடுப்பேற்றி எல்லாச் சூரணங்களையும், வெல்லத்தையும் ஒன்றாகக் கலந்து, அதன் மீது வைத்து மேற்சட்டி கொண்டு மூடி பிட்டுப் பதம் வரும் வரையில் வைத்து எரித்து எடுத்து, உரலிலிட்டு இடித்துச் சிறு கொட்டைப் பாக்களவு உருட்டி உலர்த்தி உபயோகிக்கக் கபம், வளிநோய்கள், கிரகணி, அலசம், அதிசாரம், பக்கநோய் முதலியன தீரும்.

45. கந்தக இலேகியம்

கந்தகம்	10பலம்
திப்பிலி	1 பலம்
அமுக்கரா	5 பலம்
வாய்விடங்கம்	1 பலம்
பறங்கிச்சக்கை	2 பலம்

ஏலம்	1 பலம்
கடுக்காய்	1 பலம்
இலவங்கம்	1 பலம்
நெல்லிக்காய்	1 பலம்
சந்தனம்	1 பலம்
தான்றிக்காய்	1 பலம்
கடலைப்பருப்பு	1 பலம்
சுக்கு	1 பலம்
சித்திரமூல வேர்ப்பட்டை	1 பலம்
மிளகு	1 பலம்

இவைகளைத் தனித்தனியே சூரணம் செய்து, பிறகு எல்லாவற்றையும் ஒன்றுபடக் கலந்து சர்க்கரை, தேன், நெய் கலக்கவும்.

10 முதல் 15 குன்றியளவு உண்ண, மூத்திரக் கிரிச்சரம், கிராணி, மூலம், குன்மம், குட்டம் முதலியன தீரும்.

46. பஞ்ச தீபாக்கினி இலேகியம்

திரிகடுகு, ஏலம், சீரகம் வகைக்கு 1 பலம். இவைகளை முறைப்படி சுத்தித்து இளவறுப்பாய் வறுத்துச் சூரணித்து, இரண்டு படி பசுவின்பாலில் 8 பலம் பனைவெல்லம் சேர்த்துக் கரைத்து வடிகட்டி, அடுப்பிலிட்டுக் கொதிக்க வைத்துப் பாகுபதம் வந்தபின் சிறிது சிறிதாக சூரணத்தைத் தூவிக் கிண்டிக் கொண்டே நெய் 1 1/4 படி சேர்த்துக் கிண்டி இறக்கி, சற்று சூடு ஆறியபின் 1/2 படி தேன் சேர்த்துக் கிண்டி மெழுகுபதமாகச் செய்து கொள்ளவும். பாக்களவு இருவேளை 1 மண்டலம் கொள்ள வாய்வு, வாதம் நீங்கும். மேலும் உடல் உஷ்ணம், பித்த வாயு, உடல் உளைவு, உடற்குத்து, வலி, கடுப்பு, எரிச்சல், பேதி, பொருமல், கிராணி, வாந்தி முதலியனவும் தீரும்.

47. தேற்றான் இலேகியம்

தேற்றான் கொட்டை 5 பலம்
திரிகடுகு
திரிபலை

சிற்றரத்தை

சீரகம் வகைக்கு 1/2 பலம்

இவைகளைப் பொடித்துக் கொண்டு, சர்க்கரை 4 பலத்தை 1 படி ஆவின்பாலில் கரைத்து வடிகட்டி அடுப்பின் மீது வைத்துப் பாகுபதம் வரும்போது மேற்படிப் பொடியைச் சிறிது சிறிதாகக் கொட்டிக் கிளறி, கிளரும் சமயத்தில் பசுநெய் 1/4 படி ஊற்றிக் கிண்டி இறக்கித் தேன் 1/8 படி விட்டுத் தளறக் கிண்டவும். பாக்களவு இலேகியத்துடன் 1/2 குன்றிமணியளவு நாகபப்றபம் கூட்டி 2 வேளை, 20 நாள் உட்கொள்ள மூல நோய் தீரும். அன்றியும் சயம், அத்தி சுரம், வளிநோய்கள், அக்கினி மந்தம் இவைகளும் போம்.

48. சேராங்கொட்டை நெய்

சுத்தித்த சேராங்கொட்டை ஐந்து பலத்தைச் சிறு துண்டுகளாக வெட்டி உட்பருப்பை நீக்கி, ஒரு படி பசுவின் பாலை மூன்று பங்காக்கி, ஒரு பங்கில் கொட்டையிட்டுக் காய்ச்சி எடுத்து, மற்று இரு பங்கிலும் தனித்தனியே இவ்விதம் காய்ச்சி, காய்ச்சி எடுத்த பாலுக்குச் சமவெடை 'பசுவின் நெய் சேர்த்து, நெய் பதம் வரும் வரை காய்ச்சி, காசெடை வீதம் காலை மாலை இருவேளை கொடுத்துவரத் தோல் நோய்களும், வளிப் பிணிகளும் தீரும். உடல் பலமுண்டாகும். எனவே காசம், சுவாசம், சயம் இவைகளும் நீங்கும். இதை உண்ணும் சமயம் புளி நீக்க வேண்டும்.

49. கந்தகச் சுடர் தைலம்

கந்தகம்

வெடியுப்பு

மனோசிலை - வகைக்கு 1 பலம்

நவாச்சாரம்

வீரம் - வகைக்கு 20 குன்றிமணி எடை

பசுவின் வெண்ணெய் 4 பலம்

இவைகளை முறைப்படி சுத்தி செய்து தனித்தனியாகப் பொடித்து மனோசிலை நீங்கலாக மற்றவைகளைக் கலந்து வெண்ணெய் சேர்த்தரைத்து, கடைசியில் மனோசிலைப் பொடியையும் சேர்த்து அரைத்துத் துணித்துண்டில் தடவித் திரியாய்த் திரித்து, நெய் விளக்கேற்றித் திரிகளைக் கொளுத்திச்

சுடரடியில் ஒரு பீங்கானைப் பிடிக்க, தைலம் துளித்துளியாய்ச் சொட்டும். இவ்வாறே எல்லா மருத்தும் முடியுமட்டும் செய்யவும்.

தைலத்தை 3 3/4 குன்றிமணியளவு எடுத்துச் சர்க்கரையில் காலை, மாலை 2 வேளையாக 10 நாள் கொள்ள வளிநோய்கள், தோல் நோய்கள், வெள்ளை, சயம், குன்மம் ஆகிய நோய்கள் தீரும். உப்பு, புளி நீக்கவும்.

50. சித்திர மூலத் தைலம்

1 பலம் கொடிவேலி வேர்ப்பட்டையைப் பசுவின் பாலில் விட்டு நன்றாக மைபோல் அரைத்து, 1 படி எண்ணெயில் இட்டு மெழுகு பதத்தில் காய்ச்சி வடித்து முழுக மண்டையிடி சூரியனைக் கண்ட பனிபோல் விலகும்.

51. சுக்குத் தைலம்

தோல் சீவின சுக்கு பலம் 80ஐத் துண்டு துண்டாக நறுக்கி ஒரு பாத்திரத்தில் சேர்த்து, ஆற்றுநீர் 8 மரக்கால் ஊற்றி அடுப்பிலிட்டுக் காய்ச்சி ஒரு மரக்காலாகக் குறுக்கி வடித்து அதில் பசும்பால் 2 படி, எள்நெய் 2 படி சேர்த்துச் சிற்றரத்தை, திரிகடுகு, கோரைக் கிழங்கு, மஞ்சிப்டி, திரிபலை, தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு, அகில் கட்டை, எருக்கன்வேர், கடுகுரோகணி, கோஷ்டம், கொடிவேலிவேர், தேவதாரம், சந்தனம், வெள்ளைக் குங்கிலியம், செவ்வியம், ஆமணக்கு வேர், வெள்ளலத்திப்பட்டை, பேரீச்சங்காய், திராட்சை, இந்துப்பு ஆகியவைகளில் வகைக்கு 1/4 பலம்; கஸ்தூரி, குங்குமப்பூ இவை வகைக்கு 1/2 வராகனெடை. கடைசி சரக்குகள் இரண்டு நீங்கலாக மற்றவைகளை நன்றாகப் பொடித்து மேற்படி எண்ணெயில் கலந்து சிறு தீயில் எரித்து வடித்து, கஸ்தூரியையும் குங்குமப்பூவையும் சேர்க்கவும். இத்தைலத்தை ஒரு பாத்திரத்தில் ஊற்றி வாய் பொருத்தமான ஓடு கொண்டு மூடி சீலை செய்து 1 மாதம் நெற்புடம் வைத்து எடுக்கச் சுத்தியாகும்.

இத்தைலத்தால் துவாலையிட உடலில் உண்டாகும் ஆவர்த்த வாதம். தீரும். நசியமிட தலைநோயும் பீனிசமும் தீரும். தோல்பையிலிட்டுத் தலையில் வைக்கத் தலைநோய் போம். பத்தியம்: இச்சாபத்தியம்.

52. சூலை குடாரத் தைலம்

கடுக்காய்
சரக்கொன்றை

வில்வம்
சித்திரமூலம்
ஆடாதோடை

இவற்றின் வேர்கள் வகைக்கு 1 பலம் இடித்து ஒரு பாண்டத்திலிட்டு நீர் படி விட்டு அடுப்பிலிட்டுக் காய்ச்சி 1 1/2 படியாகக் குறுக்கிய குடிநீரில் சிற்றாமணக்கு நெய் 1 1/2 படி சேர்த்து, திரிகடுகு, வெள்ளைப் பூண்டு, இந்துப்பு, நேர்வாளப் பருப்பு, கடுகுரோகணி இவை வகைக்கு 2 1/2 வராகனெடை பொடித்து மேற்படி குடிநீரினால் நன்றாக அரைத்துக் கலக்கி, சிறு தீயில் எரித்து வடித்து 1/4 பலம் வீதம் காலையில் மாத்திரம் 3 நாட்களுக்குக் கொடுக்கவும்.

நோய் வன்மைக்கும் உடல் வன்மைக்கும் தக்கவாறு உப்பில்லா பத்தியமாகவும் இச்சாபத்தியமாகவும் வைக்கவும். இவ்விதம் 3 முறை கொடுக்க வளிசூலை முதலான சூலைநோய்க் கூட்டங்கள் யாவும் தீரும்.

53. மேகநாதத் தைலம்

புங்கம்பட்டை
அழிஞ்சிப்பட்டை
பிராயம்பட்டை
எட்டிப்பட்டை
மாம்பட்டை
ஒதியம் பட்டை
இலுப்பைப்பட்டை
சங்கம்பட்டை
புரசம்பட்டை
சுரப்புன்னைப்பட்டை
நூற்றாண்டு வேம்பின் பட்டை
ஊழலாத்திப் பட்டை
முதிர்ந்த பூவரசன்பட்டை
நிலவிளாப்பட்டை
சிவன் வேம்புப்பட்டை

இவை வகைக்கு 10 பலம் நன்றாக இடித்து ஒரு பாண்டத்தில் சேர்த்து ஒரு குறுணி நீர் விட்டு அடுப்பிலிட்டு நன்றாகக் குழம்பாக வெந்தபின்பு வடித்து அதில்

ஆடுதீண்டாப்பாளைச்சாறு
கழற்கொடிச் சாறு
சங்கன் குப்பிச்சாறு
செருப்படைச் சாறு
கொட்டைக் கரந்தைச் சாறு
பொடுதலைச்சாறு

இவை வகைக்கு 1/4 படி எடுத்து மேற்படிச் சாற்றுடன் சேர்த்து அடுப்பில் வைத்துச் சுண்டிக் குழம்பு பாகம் அடையும்பொழுது நல்லெண்ணெய் 2 படி சேர்த்துப் பறங்கிப்பட்டை 2 பலம் பொடித்துப் போட்டு, சுத்தித்த சேங்கொட்டை 1 பலம் இடித்துப் போட்டு, மெல்ல எரித்து அடி பற்றாமல் மெழுகு பதத்தில் இறக்கி வைக்கவும்.

அளவு: முட்டைக் கரண்டியளவு 2 வேளை கற்கத்துடன் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்: கால், கை முடக்கு முதலான வளிநோய்கள், புற்று, தோல் நோய்கள், அரையாப்பு, மதுமேகம் போன்றன.

பத்தியம்: உப்பு, மொச்சை, பாசிப்பயறு, துவரை, முளைக் கீரை இவற்றைச் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். 5 நாள் மருந்துண்டு பின்னர் பசுமோர் கூட்டலாம். 15 நாள் சென்றபின் எண்ணெயிட்டு மூழ்கலாம்.

54. வளி சுரக் குடிநீர்

பெருங்காஞ்சொறிவேர்
கழற்சிவேர்
திப்பிலி மூலம்
கண்டங்கத்தரி
சித்திரமூலம்
பேராமுட்டி
சங்கன் வேர்
சிற்றரத்தை
வெள்ளறுகு
மாவிலங்கம்வேர்
நிலவேம்பு

பேரரத்தை
முருக்கன்விதை
சிறுகாஞ்சொறி
சுக்கு
சதகுப்பை
திப்பிலி
விஷ்ணுகிரந்தி
செவ்வியம்
சிறுதேக்கு
கோஷ்டம்

இவைகளை எல்லாம் நன்றாக இடித்து 21 பங்குகளாக்கி, ஒரு பாகத்திற்கு 3 சேர் நீர் சேர்த்து, 30 நாழிகை ஊறவைத்தபின் அடுப்பேற்றிக் கால் சேராகச் சுண்டக் காய்ச்சி இறக்கிக் கொள்க. வாதராக்கதக் குளிகை பணவெடை பொடித்துத் தேன் கழஞ்சு சேர்த்து இழைத்து மேற்படி கியாழத்துடன் இருநேரம் தர வளிசுரங்களும், நடுக்குவாதமும் போம்.

55. தமரகக் குடிநீர்

வெள்ளாட்டின் தமரகம் ஒன்றை எடுத்துத் துண்டு துண்டாக நறுக்கி நீரிலிட்டுக் கழுவி ஒரு பீங்கான் சாடியிலிட்டு அத்துடன் சிறிது உப்பு, மிளகு 10, இலவங்கப்பட்டை 1 துண்டு, சீரகம் 1 சிட்டிகை, சோம்பு 1 சிட்டிகை, சாதிக்காய்த்தூள் 1 சிட்டிகை இவைகளையும் சேர்த்து மேல் மூடி பொருத்து வாய்க்கு உளுந்தமாவு அல்லது கோதுமை மாவை நீர் விட்டுப் பிசைந்து பூசி, ஒரு வாயகன்ற சட்டியில் சாடியை வைத்து அதன் கழுத்தளவுக்கு நீர் ஊற்றி மேல் சட்டி மூடி 3 மணி நேரம் எரித்து எடுத்து வடித்து உட்கொள்ளவும். படபடப்பு மூச்சுவாங்கல் நீங்கும். வளிக் கீல்வாயு நோயில் காணப்படும் தமரக பாதிப்புக்கு இக்குடிநீரை வழங்குவது அவசியம்.

56. தலைவலிக்குக் கலிக்கம்

மிளகு
திப்பிலி
துவரம்பருப்பு

அக்கரகாரம்

ஏலரசி

இவைகளைச் சமமாகச் சேர்த்து வெற்றிலைச்சாறு, கொசுத்தேன் ஆகிய இவைகளைத் தனித்தனியிட்டு நன்றாக அரைத்து, நீளக்குளிகைகளாக உருட்டி உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டு, தாய்ப்பாலில் இழைத்துக் கண்ணிலிட தலைவலி, மண்டைக்குத்து முதலியன தீரும்.

57. தலைவலிக்கு நசியம்

தும்பைச்சாறு, நொச்சிக் கொழுந்துச் சாறு ஆகிய இவற்றில் வெடியுப்பு, மிளகு, சீரகம், ஓமம் ஆகிய இவைகளைச் சமமாகச் சேர்த்து அரைத்து, மாத்திரையாகச் செய்து வைத்துக் கொண்டு வேண்டும் பொழுது துளசிச் சாற்றில் உரைத்துப் பஞ்சில் நனைத்து நாசியில் பிழியத் தலைவலி முதலிய சிரோ நோய்களெல்லாம் விலகும். இவ்வாறே குப்பைமேனிச் சாற்றிலும் உரைத்து உபயோகிக்கலாம்.

58. குங்கிலிய வெண்ணெய்

சுத்தி செய்த குங்கிலியம்	1 பலம்
வன்னியிலைச் சாறு	1 ஆழாக்கு
பசுநெய்	1 ஆழாக்கு

இவற்றைக் கலந்து சட்டியிலிட்டு எரித்துச் சிறிது ஆறின பின்னர் நீர் நிறைந்த ஒரு வாயகன்ற மண்பானையில் கொட்டி மத்திட்டுக் கடைய கட்டிகட்டியாய் வெண்ணெய் திரளும். இதை ஒரு பாத்திரத்திலிட்டு நீர் ஊற்றி ஒவ்வொரு தினமும் பழைய நீரை நீக்கிப் புதுநீர் சேர்த்து வருக. இதில் நாள் ஒன்றுக்கு 2 முறையாக கொட்டைப் பாக்களவு கொடுக்கக் கீல்பிடிப்பு, வளிமீறல், பிரமேகம், நகங்களில் உண்டான விரணங்கள் நீங்கும்.

II

"அகத்தியர் வைத்திய சிந்தாமணி வெண்பா 4000" என்ற நூலில் பல்வகையான மருந்து செய் முறைகள் விளக்கப்பட்டுள்ளன. அவற்றில் வளிநோய்களுக்குக் கூறப்பட்டள்ள உள் மருந்துகளைப் பற்றிய விபரங்களை இங்கு காண்போம்:

1. வளிநோய் கியாழம் அல்லது குடிநீர்

ஆடாதோடை வேர், சீந்தில் -சம அளவு எடுத்து முறைப்படிக் குடிநீர் செய்து விளக்கெண்ணெய் கலந்து அருந்த வேண்டும். உடலில் தோன்றும் பலவித வளி நோய்களுக்கும் வழங்கலாம்.

2. சர்வாங்க வாதக் கியாழம்

முள்ளி வேர்
சுக்கு
கண்டங்கத்தரி வேர்
மிளகு
குமட்டி மாதுளை வேர்
திப்பிலி
வில்வ வேர்
நவாச்சாரம்
சிற்றாமணக்கு வேர்
இந்துப்பு
சிறுபீளை -சம அளவு

முள்ளி முதல் சிறுபீளை ஈறான ஆறு வேர்களையும், திரிகடுகையும் சேர்த்துக் குடிநீரிட்டுக் கொண்டு பின் நவாச்சாரம், இந்துப்பைப் பொடி செய்து தூவி அருந்த வேண்டும். 7 நாட்கள் அருந்த வேண்டும். சர்வாங்க வாத நோய் தீரும்.

3 யோகராச குக்கில் சூரணம்

மைசாட்சி குங்கிலியம்	10 பலம்
கற்கண்டு	5 பலம்
ஓமம்	1/8 பலம்
செவ்வியம்	1/8 பலம்

வசம்பு சுட்ட சாம்பல்	1/8 பலம்
வாய்விடங்கம்	1/8 பலம்
சுக்கு	1/8 பலம்
சிறு தேக்கு	1/8 பலம்
சீரகம்	1/8 பலம்
கறுஞ்சீரகம்	1/8 பலம்
அதிவிடயம்	1/8 பலம்
கொடிவேலி	1/8 பலம்
பெருங்காயம்	1/8 பலம்
கடுகு	1/8 பலம்
யானைத் திப்பிலி	1/8 பலம்
மருள் கிழங்கு	1/8 பலம்
ஆடுதீண்டாப்பாளை வேர்	1/8 பலம்
கடுகுரோகணி	1/8 பலம்
கடுக்காய்	3/4 பலம்
நெல்லிக்காய்	3/4 பலம்
தான்றிக்காய்	3/4 பலம்

மேற்கண்ட சரக்குகளை முறைப்படி சுத்தி செய்து இடித்துச் சலித்துச் சூரணம் செய்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

நடுக்கு வாதம், வில்வாதம், திமிர்வாதம் புற வீச்சு, சோணிதவாதம், மதவாதம், சிரோவாதம், மூத்திரக்கிரிச்சரம், சூலை முதலிய நோய்கள் தீரும்.

4. யோகராச குக்கில் சூரணம் (வேறு முறை)

மைசாட்சி குங்கிலியம் - 18 பலம்.

சிறு தேக்கு

வெண்கடுகு

ஏலம்

கொடிவேலி

வேளைவேர்

செவ்வியம்

இசங்கு

குடசப்பாலை
வாய்விடங்கம்
திப்பிலி மூலம்
பொன்முசுட்டை
ஓமம்
சுக்கு
சதுரக்கள்ளி
மிளகு
மருக்காரை
திப்பிலி
சீரகம்
வசம்பு
பூண்டு-வகைக்கு 1/4 பலம்.
கடுக்காய்
நெல்லிக்காய்
தான்றிக்காய் - வகைக்கு 4 பலம்.

இடித்துச் சலித்து, சரக்குகளை முறைப்படி சுத்தி செய்து சூரணித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

வளிநோய்கள், மேகம், சூலை, சோணிதவாதம் ஆகியவை தீரும்.

5. குக்கில் சூரணம்

குங்கிலியம்	6 பலம்
பறங்கிப்பட்டை	4 பலம்
கந்தகம்	2 பலம்
திப்பிலிமூலம்	
ஓமம்	
கொடிவேலி	
சுக்கு	
வாய்விடங்கம்	
திப்பிலி	

பேய்ப்புடல்- வகைக்கு 1 பலம்.
பொன்முசுட்டை
புளிச்சகீரை - வகைக்கு 1/2 பலம்.
கடுகுரோகணி
கடுக்காய்
நெல்லிக்காய்
தான்றிக்காய் - வகைக்கு 1/4 பலம்.
சிவனார்வேம்பு
வெள்ளறுகு
சங்கு
பூலாத்தி - வகைக்கு 1/8 பலம்.

மேற்கண்ட சரக்குகளை முறைப்படி சூரணித்துச் சலித்து எடுத்து உட்கொள்ள வேண்டும்.

வளிநோய்கள், சூலை, கிரந்தி வாயு, விரணங்கள் தீரும்.

6. சூரண ராசன்

மிளகு
திப்பிலிமூலம்
வறட்சுண்டி
மஞ்சள்
செவ்வியம்
யானைத்திப்பிலி
முட்காய்வேளைவேர்
சித்திரமூலம்
கருணைக்கிழங்கு
ஓமம்
நிலவேம்பு
இலவங்கம்
கறுஞ்சீரகம்
எவச்சாரம்

ஆமணக்கு வேர்
சாறணைவேர்
கல்லுப்பு
மரமஞ்சள்
கடுக்காய்
கறியுப்பு
நெல்லிக்காய்
வளையலுப்பு
சத்திச்சாரம்
தான்றிக்காய்
அதிவிடயம்
சுக்கு
வெடியுப்பு
குறிஞ்சாவேர்
திப்பிலி

மேற்கண்ட சரக்குககளைச் சம அளவில் எடுத்து முறைப்படி சுத்தம் செய்து சூரணித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

வளிமீறலினால் வரும் வளிகுன்மம் தீரும். உன்மாதம், தலைநோய், சூலை முதலியவையும் தீரும். சயம், காசம், நீர்க்கோவை, பாண்டு போன்ற நோய்களிலும் வழங்கலாம்..

7. கந்தகச் சூரணம்

கந்தகம் - 5 பலம்
சுக்கு
மிளகு
திப்பிலி
ஏலம்
இலவங்கம்
பட்டை
இலவங்கப்பத்திரி
சிறுநாகப்பூ

கடுக்காய்
நெல்லிக்காய்
தான்றிக்காய்
பச்சைக் கடலை - வகைக்கு 2 பலம்.

மேற்கண்ட சரக்குளைச் சுத்தி செய்து இடித்துச் சலித்துப் பத்திரப்படுத்த வேண்டும்.

வளிநோய்கள், மேக நோய்கள் முதலியவற்றில் இதை வழங்கலாம்.

8. சாறணைவேர் சூரணம்

முற்றிய சாறணைவேரைக் கரணைகளாக நறுக்கிப் பசும்பால், வெள்ளாட்டுப் பால் இவற்றில் தனித்தனியே மூழ்கும்படி விட்டு வேகவைது எடுக்க வேண்டும். இவ்விதம் 7 முறை செய்ய சுத்தியாகும். பின் இதனை உலர்த்தி இடித்துச் சூரணித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

வெல்லம், நெய் போன்றவற்றில் அனுபானம் செய்து நல்க வேண்டும்.

வளிநோய்கள், பாண்டு,குன்மம், துன்மாங்கிசம், பசியின்மை, காசம், குட்டம் முதலியன தீரும்.

9. தாபவனலச் சூரணம்

ஓமம்
முத்தக்காசு
பெருங்காயம்
கல்லுப்பு
சிறுதேக்கு
கொடிவேலி
கறியுப்பு
கறுஞ்சீரகம்
அதிவிடயம்
வளையலுப்பு
சீரகம்
செவ்வியம்
வெடியுப்பு
சுக்கு

சத்திச்சாரம்
இந்துப்பு
மிளகு
எவச்சாரம்
மரமஞ்சள்
திப்பிலி
ஆடுதீண்டாப்பாளை
திப்பிலிமூலம்
கடுக்காய்
நெல்லிக்காய்
பெருமரத்தோல்
மஞ்சள்
தான்றிக்காய்
வெட்பாலை அரிசி
முள்ளிவேர்
யானைத்திப்பிலி
கோஷ்டம்
வாய்விடங்கம்

மேற்கண்ட சரக்குகளைச் சம அளவு எடுத்து முறைப்படி சுத்தம்செய்து, இடித்துச் சலித்து எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். பசுநெய்யில் அனுபானம் செய்யவும். திமிர் வாதம், சூலை, அசீரணம், வாந்தி, குன்மம், காமாலை, காசம், சயம், இருமல், பேதி, கிராணி முதலியன குணமாகும்.

10. சந்தனாதி சூரணம்

சந்தனம்
முத்தக்காசு
பூலாங்கிழங்கு
கோஷ்டம்
மஞ்சள்
ஏலரிசி
நன்னாரி

இலுப்பைப்பூ
தாமரை வளையம்
கடுகுரோகணி
முந்திரி
நெய்தற்கிழங்கு
கற்பூரம்
அதிமதுரம்
மரமஞ்சள்
சீந்தில்
விலாமிச்சம்வேர்
நெல்லி வற்றல்

சம அளவு சரக்குகளைச் சுத்தி செய்து சூரணித்துச் சலித்து எடுத்து, சூரணத்தின் சம அளவு சர்க்கரை சேர்த்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அனுபானம்: பசுவின்பால். மேகநோய்கள், வளிநோய்கள், இரத்தப் பித்தம் தீரும்.

11. அமுக்கராதி சூரணம்

கண்டங்கத்தரிவேர்
சுக்கு
நெல்லிக்காய்
முள்ளிவேர்
மிளகு
தான்றிக்காய்
சாறணை
திப்பிலி
திப்பிலி மூலம்
ஓமம்
எவச்சாரம்
கொடிவேலி
கடுக்காய்
வளையலுப்பு

கல்லுப்பு
சீரகம்
இந்துப்பு
வெடியுப்பு
கறுஞ்சீரகம்
கறியுப்பு
சத்திச்சாரம்

மேற்கண்ட சரக்குகள் வகைக்கு 1/4 பலம். எல்லாச் சரக்குகளும் சேர்ந்த எடைக்குச் சமமாக அமுக்கரா. எல்லாச் சரக்குகளையும் முறைப்படி சுத்தித்துச் சூரணம் செய்து சலித்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

நெய்யில் உண்ண வளிநோய்களும் அழல் நோய்களும் நீங்கும்.

12. பறங்கிப்பட்டை பதங்கச் சூரணம்

ஒரு தோண்டியில் கூளாத்தி வேரைப் போட்டு ஒரு துளையிட்ட மடக்கில் பறங்கிப்பட்டையை அடைத்து வைத்து அதன் மேல் ஒரு தோண்டி வைத்து இரண்டு தோண்டிகளையும் வாய்ப்புறம் சேர்ந்திருக்கும் படி சீலைமண் செய்து சுற்றி மூடி விடவேண்டும். கூளாத்திவேர் இருக்கும் பகுதியை அடுப்பில் வைத்து எரிக்க, பகுதியை பறங்கிப்பட்டை வெந்து புகையாய் மேற்சட்டியில் படிந்திருக்கும். இதனைச் சேர்த்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தக்க அளவில் 10 நாள் சாப்பிடலாம். உப்பு, புளிப்பு நீக்க வேண்டும்.

கைகால் எரிச்சல், சூலை, கிரந்தி தீரும்.

13. மண்டூர வடகம்

மண்டூரப்பற்பம்
கண்டத்திப்பிலி
அயப்பற்பம்
இந்துப்பு
செவ்வியம்
சுக்கு
வெள்ளுள்ளி
மிளகு

கொடிவேலி
திப்பிலி
சீரகம்
முத்தக்காசு
அரிசித்திப்பிலி
சதகுப்பை
ஏலம்
திப்பிலிமூலம்

எல்லாம் சம அளவு. இவைகளைச் சுத்தி செய்தபின் இடித்துப் பொடித்து வைத்துக் கொள்ளவும். அதன்பின்

குப்பைமேனி
கீழாநெல்லி
சங்கன்குப்பி
பூவரசு
நொச்சி
தழுதாழை
கையாந்தகரை

ஆகியவற்றின் குடிநீரால் 7 நாட்கள் அரைத்து, நெல்லிக்காயளவு உருண்டைகள் உருட்டி நிழலில் காயவைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்கள்: வளிநோய்கள், காசம், சயம், காமாலை, குன்மம், வாந்தி, நெஞ்சுவலி, எட்டி விதையினால் உண்டாகும் விடம்.

14. *திப்பிலி இலேகியம்*

திப்பிலி	16 பலம்
சீரகம்	4 பலம்
செவ்வியம்	4 பலம்
வாய்விடங்கம்	4 பலம்
சிறுதேக்கு	4 பலம்
திப்பிலிமூலம்	2 பலம்
மிளகு	4 பலம்

கையான்	2 பலம்
சுக்கு	4 பலம்
அயச்செந்தூரம்	2 பலம்
இலிங்கச் செந்தூரம்	2 பலம்
சர்க்கரை	2 பலம்
தேன்	2 படி

சரக்குகளைச் சூரணித்துச் செந்தூரங்களைச் சேர்த்து, அவற்றுடன் சர்க்கரை, தேன் சேர்த்து அரைத்தெடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்கள்: வாய்வுடன் கூடிய வளிநோய்கள், சுவாச காசம், வாந்தி, குன்மம்.

15. பறங்கிப்பட்டை இலேகியம்

பறங்கிப்பட்டை	5 பலம்
திப்பிலி	1 பலம்
சர்க்கரை	5 பலம்
கிரந்திதகரம்	1 பலம்
கந்தகம்	8 பலம்
கொட்டைக்கரந்தை	1 பலம்
குங்கிலியம்	3 பலம்
வெள்ளைப்பூண்டு	1 பலம்
நெய்	1 1/2படி

சரக்குகளை முறைப்படி சுத்தி செய்து சூரணித்து அத்துடன் சர்க்கரை, நெய் கலந்து கிளறி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்கள் : சூலை, வாதம், மேகம், கிரந்தி.

16. கந்தக இலேகியம்

கந்தகம்	1 1/2 பலம்
திப்பிலி மூலம்	1 1/2 பலம்
சீரகம்	1 1/2 பலம்
தான்றிக்காய்	1 1/2 பலம்
தாளிசப்பத்திரி	1 பலம்

நெல்லிவற்றல்	1 பலம்
இலவங்கப்பட்டை	1 பலம்
ஏலரிசி	1 பலம்
கூகைநீறு	1 பலம்
இலவங்கப்பத்திரி	1 பலம்
திப்பிலி	3 பலம்
மிளகு	2 பலம்
கடுக்காய்	2 பலம்
சுக்கு	1 1/4 பலம்
சர்க்கரை	10 பலம்
இலவங்கம்	1 1/2 பலம்
அதிவிடயம் சுட்டகரி	3 பலம்

மேற்கண்ட சரக்குகளில் சுத்தி செய்ய வேண்டியவைகளை முறைப்படி சுத்தி செய்து தூளாக்கி அதில் தேன்,நெய் சரியளவிட்டு மத்தித்து வைத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

தீரும் நோய்கள்: கம்பவாதம், சோணித வாதம், சிரோவாதம், சூலை, மேகம், கிரந்தி, பீலிகைவாய்வு சிறுசிரங்கு.

17. கந்தக இலேகியம் (வேறு முறை)

கந்தகம்	1 பலம்
சீரகம்	1/2 பலம்
அரத்தை	1/2 பலம்
வால்மிளகு	1/2 பலம்
சிறுநாகப்பூ	1/2 பலம்
ஏலரிசி	1/2 பலம்
சிறுதேக்கு	1/2 பலம்
சுக்கு	1/2 பலம்
மிளகு	1/2 பலம்
திப்பிலி	1/2 பலம்
யானைத்திப்பிலி	1/2 பலம்
சாதிக்காய்	1/2 பலம்

இலவங்கம்	1/2 பலம்
தக்கோலம்	1/2 பலம்
கச்சோலம்	1/2 பலம்
தாளிசப்பத்திரி	1/2 பலம்
வாய்விடங்கம்	1/2 பலம்
அசமதா ஓமம்	1/2 பலம்
ஓமம்	1/2 பலம்
பறங்கிப்பட்டை	2 பலம்

மேற்கண்ட சரக்குகளை இடித்துச் சூரணித்து அத்துடன் நெய், தேன், சர்க்கரை கலந்து கிளறிக்கொள்ள வேண்டும். தக்க அளவில் கொள்ள மேக சூலை, சோணித வாதம், கம்பவாதம், திமிர்வாதம், சிரோவாதம், கிரந்தி, விரணம் ஆகியன தீரும். தேகபலம் உண்டாகும்.

18. மகாலசுனபுட்டி

தோல் உரித்த வெள்ளுள்ளி 100 பலம் எடுத்து அரைத்து வேகவைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

நொச்சி
முட்காய்வேளை
பிரமி
முடக்கற்றான்
விழுதி
குப்பைமேனி
பாவட்டை
சாறணை
ஆடாதோடை
அமுக்கரா
முருங்கை
ஆடுதீண்டாப்பாளை
பொன்னாவாரை
கொட்டைக் கரந்தை
சாறுவேளை- இவற்றின் சாறு வகைகள் வகைக்கு 1 நாழி .

ஆட்டுப்பால்
பசுநீர்
தேங்காய்ப்பால்
நாரத்தம்பழச்சாறு - வகைக்கு 1 நாழி.
விளக்கெண்ணெய்
பசுநெய், எள்நெய் வகைக்கு - 1 படி.

இவை அனைத்தையும் ஒன்று கலந்து பாகுபதத்தில் எரிக்க வேண்டும்.

வெங்காரம்
வெண்கடுகு
கறுங்கடுகு
சுக்கு
மிளகு
திப்பிலி
சிற்றரத்தை
பேரரத்தை
படிகாரம்
சதகுப்பை
செவ்வியம்
கறியுப்பு
கல்லுப்பு
வெடியுப்பு
வளையலுப்பு
சத்திச்சாரம்
கோஷ்டம்

இவைகள் வகைக்கு 1 பலம். இச்சரக்குகளைச் சுத்தித்துச் சூரணித்து மேற்படி பாகில் கலந்து கிளறி இறக்கிக் கொள்ள வேண்டும். அதனை 1 மண்டலம் தானியபுடம் வைத்தெடுக்க வேண்டும்.

கடுக்காயளவு உருட்டி உட்கொள்ள வேண்டும்.

வளிநோய்கள், சர்வாங்க வாதம், தந்தவாயு, கண்டமாலை, தோல் நோய்கள், வலிப்பு, மகோதரம் முதலியன தீரும்.

19. மகாபிரசாத இலேகியம்

நவாச்சாரம், எவச்சாரம், கல்லுப்பு, சவுக்காரம் படிகாரம்-வகைக்கு 2 கழஞ்சு.

இந்துப்பு, கறுஞ்சீரகம், கடுகு, திப்பிலி மூலம், மிளகு, ஓமம், வாய்விடங்கம், விழலரிசி-வகைக்கு 2 பலம். கற்கடகசிங்கி, சாதிக்காய், திப்பிலி,சிறுநாகப்பூ, தக்கோலம்,சாறணைவேர், சிறுதேக்கு, மிளகரணை, கடுகுரோகணி, யானைத்திப்பிலி, வேலிப்பருத்திவேர், கரிவிளா வேர்-வகைக்கு 1பலம்.

நரளை வேர், அவுரி, நற்பாலைவேர், பேரரத்தை, நேர்வாளம், சாதிப்பத்திரி, பெருமரப்பட்டை, கஸ்தூரி மஞ்சள்-வகைக்கு 1/2 பலம்.

சுக்கு	5 பலம்
கொடிவேலி	3 பலம்
பெருங்காயம்	5 பலம்

இவற்றை நன்றாக இடித்துப் பால் விட்டு அரைத்து வழித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

நத்தைச் சதை
கிளிஞ்சல் சதை
கறுங்கோழி சதை - வகைக்கு 2 படி
விளக்கெண்ணெய்
வேப்பெண்ணெய்
எள் நெய் வகைக்கு 1 நாழி

இவ்வெண்ணெய்களை விட்டு ஒரு நாள் முழுதும் வெயிலில் வைக்கவேண்டும். பின் கற்கம் சேர்த்து நீர் வற்றும் வரை அடுப்பிலிட்டுக் காய்ச்ச வேண்டும். பின் இறக்கி ஆறவைத்து எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

வளி மீறல் நோய்கள், திரட்சி வாய்வு, குன்மம், கவிசை, பக்கச்சூலை, வெப்புப்பாவை, பிலீகை நோய்கள் தீரும். உடல் பலம் உண்டாகும்.

20.வாத ராட்சசம்

கந்தகம்	7 பலம்
இரசம், அயம் வகைக்கு	5 பலம்
சாதிலிங்கம்	
நாபி	
வெங்காரம்-வகைக்கு	2 பலம்

மனோசிலை	
கந்தகம்-வகைக்கு	1 பலம்.

இவற்றை முறைப்படி சுத்தி செய்து கல்வத்திலிட்டுக் கொடிவேலிக் குடிநீர் விட்டு ஒரு நாள் அரைத்து, உளுந்தளவு மாத்திரை செய்து நிழலில் உலர்த்தி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

15 நாள் காலை, மாலை 1 மாத்திரை இஞ்சிச் சாற்றில் அனுபானித்துக் கொடுக்க வளிநோய்கள் தீரும்.

21. வாத ராட்சசம் (வேறு முறை)

பாதரசம்	
வெங்காரம்	
கந்தகம்	
அரிதாரம்	
மனோசிலை-வகைக்கு	1 பலம்
சாதிலிங்கம்	3 பலம்
நாபி	1 பலம்

இவற்றை முறைப்படி சுத்தி செய்து, கொடிவேலிச்சாற்றில் ஒரு நாளும், இஞ்சிச்சாறு, எலுமிச்சம்பழச்சாறு இவற்றால் ஒவ்வோர் நாளும் அரைத்துப் பச்சைப்பயறு அளவு உருண்டை செய்து கொள்ள வேண்டும்.

தக்க அனுபானத்தில் கொடுக்க வளிநோய்கள் நீங்கும். சன்னி, சுரதாகம் ஆகியனவும் நீங்கும்.

22. அமிர்தரசம்

கந்தகம்	1 பங்கு
இரசம்	2 பங்கு

இவற்றை அவுரிச் சாற்றில் அரைத்து ஓட்டிலிட்டு வறுத்துப் பதத்தில் இறக்கிக் கொண்டு, மீண்டும் அவுரிச்சாறு விட்டு அரைத்துக் குன்றிமணியளவு மாத்திரை உருட்டிக் கொள்ள வேண்டும்.

சுரம், சன்னி, வளிநோய்கள் நீங்கும்.

23. சுயமாக்கினி செந்தூரம்

இரசம்	1 பங்கு
நாபி	2 பங்கு
காந்தம்	6 பங்கு
கந்தகம்	8 பங்கு
அயப்பொடி	8 பங்கு

இவற்றை முறைப்படி சுத்திசெய்து கற்றாழைச் சாற்றில் ஒரு நாள் அரைத்து ஒரு வெங்கலப்பாத்திரத்தில் வைத்து வாயை மற்றொரு பாத்திரத்தால் மூடி வெயிலில் வைக்கப் புகைந்து செந்தூரமாகும்.

தேனில் அனுபானித்துக் கொடுக்க வளிநோய்கள் நீங்கும். அத்துடன் குன்மம், குட்டம், கிராணி, காமாலை, மகோதரம், வயிற்றில் உண்டாகும் கட்டி இவை யாவும் தீரும்.

24. ஆயில்பட்டை எண்ணெய்

ஆயிலியத்தோல்	1/2 தூக்கு
பூண்டு	5 பலம்
வேப்பெண்ணெய்	1 படி

ஆயில் பட்டையையும் பூண்டையும் நறுக்கி வேப்பெண்ணெயில் கலந்து வெயிலில் வைத்து எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இதனை உள்ளுக்கும் அருந்தி, மேலுக்கும் தடவிப் பிடித்துவிட அற்புதவாதம் என்னும் வாயைப் பிடித்து இழுக்கும் நோய் தீரும்.

25. மகாநாராயணத் தைலம்

கூத்தன் குதம்பை
கண்டங்கத்தரி
முள்ளி
செம்புளிச்சை
நொச்சி
புங்கு
ஆமணக்கு
வில்வம்

காட்டுமுன்னை
சாறுவேளை
நெருஞ்சில்
பேய்க்கருப்பு
எருக்கு
பொன்முசுட்டை
வறட்சுண்டி
கொடிவேலி
குமிழ்
பேய்த்தும்மட்டி
சீதேவி செங்கழுநீர்
நரிப்பயறு
செந்தொட்டி
கறிப்பாலை
பாதிரிவேர்
காட்டுமுருங்கை
கொன்றை
முருங்கைப்பட்டை
சீந்தில்
முத்தக்காசு
மரமஞ்சள்
அமுக்கரா
அரத்தை
மஞ்சள்
கருங்காலி
பெருங்கோரைக் கிழங்கு

மேற்கண்ட சரக்குகள் வகைக்கு 10 பலம்.

எண்ணெய் 1 பதக்கு

கற்கச் சரக்குகள்:

சாதுர்சாதம்

சாதிக்காய்
பொன்முசுட்டை
சதகுப்பை
தேவதாரு
குங்குமப்பூ
மஞ்சள்
சீரகம்
இந்துப்பு
கொங்கு
அகில் - வகைக்கு 4 பலம்.
சீரகாகோளி
காகோளி
இலுப்பைப்பூ
அதிமதுரம்
செவ்வியம்
அதிவிடயம்
சடாமாஞ்சில் - வகைக்கு 4 பலம்.

மருட்கிழங்கு, மஞ்சிட்டி, தக்கோலம், திரிகடுகு, கஸ்தூரி, மரமஞ்சள், திரிபலை, விலாமிச்சைவேர், சந்தனம், சிறுதேக்கு, சிறுநாகப்பூ, திப்பிலிமூலம், கடுகு, பெருங்குமிழ்வேர், கறிப்பாலைவேர், கஸ்தூரி மஞ்சள், நரிப்பயற்றம்வேர், வெள்ளைக் காக்கணம், நீலக்காக்கணம், இலவம்பிசின், முத்தக்காசு, பெருங்காயம், ஓமம், தாமரை வளையம் திப்பிலிமூலம், கொட்டைக் கரந்தை, கிரந்தித் தகரம் வகைக்கு 4 பலம்.

நரிப்பயற்றங்கொடிச் சாறு 1 பதக்கு
பால் 2 தூணி

கற்கச் சரக்குகளைப் பாலில் அரைத்து மற்றவைகளுடன் கலந்து அடுப்பிலிட்டுக் காய்ச்சி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். தலை மூழ்கவும் மூக்கில் நசியமிடவும் பயன்படுத்தலாம்.

அனைத்து வகை வளிநோய்களும் தீரும்.

26. மகாபூதிகாத் தைலம்

ஆயில்தோல் - 50 பலம்.
கொள்ளு - 2 படி.
நன்னாரி
இலந்தை
நீர்முள்ளி
செம்புளிச்சை
நொச்சி
சங்கங்குப்பி
புங்கு
புளிச்சை
பெருமரத்தோல்
சீந்தில்
சாறுவேளை
செந்தொட்டி
எருக்கம்வேர்
கொடிவேலி
கொன்றை
முத்தக்காசு
மருதோன்றி
சிற்றாமணக்கு
அசுவகந்தி
முடக்கற்றான்
முருங்கைத்தோல்
அரத்தை
கருங்காலி
முன்னை
சரளதேவதாரு
குன்றி - வகைக்கு 10 பலம்.

மேற்கண்ட சரக்குகளை முறைப்படி குடிநீர் செய்து கொள்ள வேண்டும்.

ஏலம்
சுக்கு
மிளகு
திப்பிலி
மஞ்சள்
கச்சோலம்
முத்தக்காசு
கிராம்பு
கடுக்காய்
நெல்லிக்காய்
தான்றிக்காய்
சீரகம்
அதிமதுரம்
சதகுப்பை
தாமரைக்கிழங்கு
கோரைக்கிழங்கு
மருள்
கடுகு
சடாமாஞ்சில்
முசுமுசுக்கை
மஞ்சிட்டி
குங்குமப்பூ
அகில்பட்டை
சாதிக்காய்
காகோளி
சீரகாகோளி
சந்தனம்
கஸ்தூரி
கோஷ்டம்
கஸ்தூரி மஞ்சள்

கறிப்பாலை
எட்டிவிதை
வாய்விடங்கம்
இலுப்பைப்பூ
வெட்பாலையரிசி
விலாமிச்சம் வேர்
தக்கோலம்
கரந்தையிலை
திப்பிலிமூலம்
செருப்படி
பெருங்குரும்பை
இலவங்கப்பத்திரி
கிரந்தித்தகரம்
தாமரைக் கிழங்கு
கோழிப்பித்து
பன்றிப்பித்து - இவை வகைக்கு 1 பலம்

இவற்றை இடித்து முன் செய்து வைத்துள்ள குடிநீரில் கலக்க வேண்டும்.

எண்ணெய் - 1பதக்கு
பால் - 1 தூணி

இவற்றையும் முன் கலவையையும் சேர்த்து அடுப்பேற்றி எரித்துக் கரகரப்பு பாகத்தில் இறக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

வளி நோய்களில் உள்ளுக்கும், உடலில் பூசிப்பிடிக்கவும் பயன்படும். தலையில் தேய்க்கவும், மூக்கில் விடவும் செய்யலாம்.

27. சதுர்சாதத் தைலம்

கள்ளி
தழுதாழை
எருக்கு
நொச்சி

இவற்றின் இலைச்சாறு வகைக்கு 1 படி. எண்ணெய் 1 படி. இவற்றை ஒன்று கலந்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

செம்புளிச்சை
அகில்
கோஷ்டம்
கருக்காய்
சுக்கு
சாறணைவேலி வேர்
திப்பிலிமூலம்
வசம்பு
அரத்தை
முருங்கை
சிறுபீளைவேர்
சரளதேவதாரு
இந்துப்பு
அமுக்கரா - சம அளவில்

இச் சரக்குகளை, சாறுகள், எண்ணெய்க் கலவையுடன். சேர்த்துக் காய்ச்சி வடித்து வைத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

பயன். இதனை உள்ளுக்கும் அருந்தி மேற்பூச்சாகவும் பயன்படுத்த வேண்டும். திமிர்வாதம், தோள் அசைவு, வில்வாதம், அடித்தொடை வலி, கழுத்துப்பிடிப்பு, பட்சவாதம், உடல் கனம் ஆகியன தீரும்.

28. மகா நிர்க்குண்டித் தைலம்

நொச்சி
தழுதாழை
புங்கு
மாவிலங்கு
முருங்கை
அரத்தை
மாசிப்பச்சை
அமுக்கரா
செம்புளிச்சை

இவற்றின் வேர் வகைக்கு 10 பலம். நல்லெண்ணெய் - 1 மாகாணி.

சுக்கு
மிளகு
திப்பிலி
காட்டாத்திப்பூ
ஏலரிசி
முத்தக்காசு
சிறுதேக்கு
மஞ்சள்
செவ்வியம்
கடுக்காய்
நெல்லிக்காய்
தான்றிக்காய்
கொடிவேலி
சிற்றரத்தை
சடாமாஞ்சில்
விலாமிச்சம் வேர்
வாய்விடங்கம்
சிறுநாகப்பூ
சந்தனம்
கடுகுரோகணி
சாதிக்காய்
வசம்பு
காயம்
கஸ்தூரிமஞ்சள்
திப்பிலிமூலம்
அதிமதுரம
சீரகம்
கறுஞ்சீரகம்
தகரைவிதை
சாதிப்பத்திரி

இலவங்கம்
மரமஞ்சள்
நன்னாரி
மஞ்சிட்டி
மணத்தக்காளி
இலவங்கப்பத்திரி

மேற்படி சரக்குகள் வகைக்கு 1 கழஞ்சு. இச்சரக்குகளைச் சூரணம் செய்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

முன் சொன்ன நொச்சி முதல் செம்புளிச்சை ஈறான வேர்களை இடித்துக் கரைத்து நல்லெண்ணெய் விட்டு அடுப்பேற்றிக் காய வைத்து, மேற்சொன்ன சூரணங்களைக் கலந்து கொள்ள வேண்டும்.

பின்பு, முருங்கை, வெண்ணொச்சி, புங்கு, பொன்னாங்காணி, செம்முள்ளி சாறு வகைகள் வகைக்கு 1 படி. பசுவின் பால் 1 படி. இவற்றைக் கலந்து காய்ச்சி வடிகட்டிக் கொள்ள வேண்டும்.

பயன்: அனைத்து வகை வளி நோய்களுக்கும் தலைமுழுகவும், நசியம் செய்யவும், உண்ணவும் பயன்படும்.

29. சம்பீரத்தைலம்

எலுமிச்சம்பழச்சாறு 1 1/2படி
நல்லெண்ணெய் 1 படி
பச்சைக் கற்பூரம்
கற்பூர சிலாசத்து
கல்நார்
அதிமதுரம்
அக்கிரகாரம்
இலவங்கப்பத்திரி
சாத்திரபேதி
கோஷ்டம்
வாய்விடங்கம்
சாதிக்காய்

இலவங்கப்பட்டை
சீரகம்
கறுஞ்சீரகம்
கோமூத்திர சிலாசத்து
பூலாங்கிழங்கு
மரமஞ்சள் - வகைக்கு 1/4 பலம்.
கோரோசனை - 1 நிடகம்

எலுமிச்சம்பழச்சாறு, நல்லெண்ணெய் இவற்றை ஒன்று கலந்து கோரோசனை தவிர, ஏனைய சரக்குகளைக் கற்கமாகத் தண்ணீர் ஊற்றி அரைத்து மேற்படி திரவங்களுடன் கலந்து அடுப்பிலிட்டுக் காய்ச்சிப் பதத்தில் வடிகட்ட வேண்டும் வடிகடத்தில் கோரோசனைத் தூளை வடிகட்டு முன் போடவேண்டும்.

உச்சிக்கரண்டியளவு உண்ணலாம். தலைவலி அனைத்தும் தீரும். மேக நோய்களுக்கும் சிறந்தது.

30. தேவதூரபத் தைலம்

கறுங்குங்கிலியம் 2 பலம்
கஸ்தூரிமஞ்சள்
கீழாநெல்லிவேர்
ஆமணக்குவிதை
விட்ணுகாந்திவேர்
கறுஞ்சீரகம் - வகைக்கு 1 பலம்
சீரகம் - 1/4 பலம்

சதுரக்கள்ளிப்பால் விட்டு மேற்கண்ட சரக்குகளை அரைத்து, எண்ணெய் 2 படியில் போட்டுக் காய்ச்சிப் பதத்தில் வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

வளி நோய்கள் அனைத்திற்கும் உள்ளே அருந்தவும், உடலில் பூசவும் பயன்படும்.

31. இலகுனாதி தைலம்

தோல் உரித்த வெள்ளுள்ளி 1 படி
நல்லெண்ணெய் 4 படி
கரந்தை

வாய்விடங்கம்
வசம்பு வகைக்கு - 1/2 பலம்
செவ்வியம்
மஞ்சள்
மரமஞ்சள் - வகைக்கு 1 பலம்
மிளகு
திப்பிலி மூலம்-வகைக்கு 3 பலம்
சுக்கு 5 பலம்
திப்பிலி 2 பலம்
முருங்கை
நொச்சி
கண்டங்கத்தரி
முள்ளி
எருக்கம்பூ
ஆயில்பட்டை
கொடிவேலி

இவை வகைக்கு 1/4 பலம்.

கற்கச் சரக்குகளை அரைத்து எண்ணெயுடன் கலந்து காய்ச்சிப் பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

பயன்: அனைத்து வகை வளிநோய்களிலும் மூக்கில் விடவும் உடல், தலை இவற்றில் தேய்த்து மூழ்கவும் பயன்படும்.

32. பூதிகாத் தைலம்

ஆயில்பட்டை 100 பலம்
தண்ணீர் 2 தூணி

இவற்றைக் காய்ச்சி 1 பதக்காக வற்றியபின் வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

சிற்றாமுட்டிவேர், நன்னாரி வகைக்கு - 30 பலம்
தவசி முருங்கை - 40 பலம்

இவற்றையும் முன்போலக் குடிநீர் செய்து வடிகட்டி, முன் குடிநீருடன்

கலந்துகொண்டு அத்துடன் நல்லெண்ணெய்-1 குறுணி சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அதிமதுரம்
சடாமாஞ்சில்
அகில்
வாய்விடங்கம்
ஓமம்
அரத்தை
கடுக்காய்
மஞ்சள்
அமுக்கரா

இவைகள் வகைக்கு 1 பலம், இவற்றைப் பொடி செய்து முன் மருந்துடன் கலந்து கொண்டு அதனுடன் வெள்ளாட்டுப்பால் -1 பதக்கு சேர்த்துக் காய்ச்சிப் பதத்தில் வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இத்தைலத்தைத் தலையில் தேய்த்து மூழ்கிவரக் கண்ணில் உண்டாகும் நீர்ப்பாய்ச்சல், வளிநோய்கள், தலை நோய்கள் தீரும்.

33. மகா பூதிகாத் தைலம்

ஆயில்பட்டை 100 பலம், தண்ணீர் 8 பங்கு-சேர்த்துக் காய்ச்சி 1/4 பங்காக குறுக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவேண்டும். நல்லெண்ணெய்-குடிநீருக்கு 1/4 பங்கு.

வாய்விடங்கம்
சுக்கு
சிற்றரத்தை
பேரரத்தை
கச்சோலம்
கல்லுப்பு
கடுக்காய்
கொடிவேலி
பறங்கிச் சக்கை
தக்கோலம்

கிரந்தித் தகரம்
கழற்சி விதை
பெருங்காயம்
பூமிசர்க்கரைக் கிழங்கு
எருக்கு
நொச்சி
செம்புளிச்சை
முள்ளி
அரிசித்திப்பிலி
அமுக்கரா
சாறணைவேர்
பேய்க்குமட்டி வேர்
கொழுஞ்சி
ஆமணக்கு
நரிப்பயற்றம் வேர்
சூரியகாந்தி வேர்- இவைகள் வகைக்கு 1 பலம்.
வெள்ளாட்டுப்பால் 1 பதக்கு

சரக்குகளைச் சூரணித்து முன் மருந்துடன் கலந்து, ஆட்டுப் பால் விட்டுக் காய்ச்சிப் பதத்தில் வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.

- பயன்: உடலில் பூசவும், நசியமிடவும், தலை மூழ்கவும் பயன்படும். அனைத்து வகை வளிநோய்களும் நீங்கும்.

34. பஞ்சார்க்கத் தைலம்

எருக்கஞ் சமூலச்சாறு 1 நாழி
நொச்சி
சாறணை
ஆதண்டை
அமுக்கரா
முருங்கை
வேலிப்பருத்தி
மூக்கிரட்டை - வகைக்கு 5 பலம்

தண்ணீர் -1 நாழி

இவற்றைக் குடிநீரிட்டு எருக்கன்சாறுடன் கலந்து கொள்ளவேண்டும்.

இந்துப்பு
தகரைவிதை
கிராம்பு
சுக்கு
ஏலக்காய்
கோஷ்டம்
கஸ்தூரி மஞ்சள்- வகைக்கு 1 பலம்.

இவற்றைச் சூரணித்து முன் மருந்துடன் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இவற்றுடன் நல்லெண்ணெய் 4 படி, வெள்ளாட்டுப் பால் 4 படி கலந்து காய்ச்சிப் பதத்தில் வடிகட்டி வைத்து கொள்ள வேண்டும்.

பயன்: தேகத்தில் தடவிப் பிடித்துவிடவும் உள்ளுக்கு அருந்தவும் பயன்படுத்தலாம்.

தீரும் நோய்கள்: திமிர்வாதம், வில்வாதம், சோணித வாதம் மற்றும் இதர வளிநோய்களும் குணமாகும்.

35. பிரசாரணித் தைலம்

முதியார் கூந்தல் சாறு
பசுவின் தயிர்
நல்லெண்ணெய் - வகைக்கு 2 படி
காடி - 4 படி
இந்துப்பு
அரத்தை
கொடிவேலி
அதிமதுரம்
திப்பிலிமூலம்
எவச்சாரம்
ஏலம்
முதியார் கூந்தல் வேர்
சுக்கு-வகைக்கு 2 பலம்.

கற்கச் சரக்குகளை அரைத்து முன் மருந்துகளுடன் கலந்து அடுப்பிலிட்டுக் காய்ச்சிப் பதத்தில் வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

பயன்: மூக்கில் நசியமிடவும். உடலில் பூசிப்பிடித்து விடவும்.

தீரும் நோய்: தமரகநோய், கம்பவாதம், திமிர் வாதம், தலையைப் பற்றிய வளிநோய்கள் முதலியன தீரும்.

36. கேதகித் தைலம்

தாழம் விழுதிச் சாறு
தாழம்பூச் சாறு
எள்ளெண்ணெய்
வெள்ளாட்டுப்பால் - வகைக்கு 2 படி
கோஷ்டம்
கொடிவேலி
ஏலம்
இலவங்கம்
சிறுநாகப்பூ
இலவங்கப்பட்டை
சடாமாஞ்சில்
முத்தக்காசு
வெட்டிவேர்
வேளை
விலாமிச்சம்வேர்
நன்னாரி
சிற்றாமுட்டி
தேவதாரம்
செங்கழுநீர்க் கிழங்கு
சதகுப்பை
அமுக்கரா
குங்குமப்பூ
கடுக்காய்
கஸ்தூரிமஞ்சள்

மஞ்சிட்டி

கஸ்தூரி - வகைக்கு 4 நிடகம்.

மேற்படி கற்கச் சரக்குகளை இடித்துப் பொடித்து அரைத்து முன் கலவையுடன் கலந்து காய்ச்சிப் பதத்தில் வடிகட்டிக் கொள்ள வேண்டும்.

பயன்: தலையில் தேய்த்து மூழ்கவும் உள்ளுக்கு அருந்தவும் பயன்படுத்தலாம். இஞ்சிநீரில் அனுபானித்து வழங்கச் சோணித வாதமும், பல்வகைவாதங்களும் நீங்கும்.

37. இந்திராணித் தைலம்

புங்கு

விழுதி

கழற்சி

ஆதண்டை

கொழுஞ்சி

தழுதாழை

சதுரக்கள்ளி

குட்டிவேல்

அவுரி

பாதிரிவேர்

முருங்கை

நரிவிளா

அமுக்கரா

மிளகரணை

முன்னை

கொடிவேலி

கிலுகிலுப்பை

நிலாவாரை

எட்டி

வேலிப்பருத்தி

மாவிலிங்கவேர் - இவை வகைக்கு 2 நாழி.

பெருமரப்பட்டை

ஆயில்பட்டை
பாதிரிப்பட்டை
செங்கத்தாரிப்பட்டை - வகைக்கு 2 நாழி.
நாய்வேளை
வெள்ளறுகு
மணத்தக்காளி
பேய்க்குறிச்சி
தூதுவளை
முடக்கற்றான்
நொச்சி
நல்வேளை
குப்பைமேனி
பெருமருந்து
சிவனார்வேம்பு
தராய்
சன்னிநாயகம்
ஆடாதோடை - வகைக்கு 2 நாழி.
தண்ணீர் - 8 மரக்கால்

இவற்றைக் குடிநீரிட்டு 1 பதக்காகக் குறுக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

புங்கெண்ணெய்
ஆமணக்கெண்ணெய்
நல்லெண்ணெய்
வேப்பெண்ணெய்
இலுப்பை எண்ணெய் - வகைக்கு 1 படி.
அரத்தை
வாலுளுவை
வெட்பாலை
விழாலரிசி
ஏலரிசி

மரமஞ்சள்
சதகுப்பை
பூலாங்கிழங்கு
தேவதாரு
கார்போகரிசி
பெருங்காயம்
சுக்கு
வெட்டிவேர்
குங்கிலியம்
செவ்வியம்
இந்துப்பு
கறுஞ்சீரகம்
ஆயில்பட்டை
இலவங்கம்
மிளகு
திப்பிலி
கடுக்காய்
நெல்லிக்காய்
தான்றிக்காய்
பூதக்கரப்பான்பட்டை -வகைக்கு 8 பலம்.
நேர்வாளம் - 50 எண்ணிக்கை

இவற்றைப் பொடித்து அரைத்துக் குடிநீர், எண்ணெய்கள் இவற்றுடன் கலந்து காய்ச்சிப் பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

பயன்: காசெடையளவில் உள்ளுக்கும் உடம்பில் பூசவும் பயன்படுத்தலாம்.

தீரும் நோய்: அனைத்து வகை வளிநோய்கள்.

38. வளி மீறலுக்குக் கற்க மருந்து

கடுக்காய், கடுகுரோகணி, சுக்கு, பூண்டு, வசம்பு சம அளவு - இவற்றைக் காடியில் அரைத்து உட்கொள்ள வளி நோய் நீங்கும்.

39. கற்க மருந்து (வேறு முறை)

சுக்கு	1/2 பலம்
சங்கம்வேர்	1/4 பலம்
வெள்ளுள்ளி	2 எண்ணிக்கை

இவற்றை வெள்ளாட்டுப்பாலில் அரைத்து, உண்ண வளிநோய்கள் தீரும்.

40. வளிசூலைக் குடிநீர்

சுக்கு, கறுங்கொள்ளு, சித்திரமூலம், ஆயில்பட்டை இவற்றக் குடிநீர் செய்து குடிக்க, வளிசூலை தீரும்.

41. சந்துக்கட்டு சூலைக்கு மருந்து

பாலில் சுத்தி செய்த கந்தகத்திற்கு 4-இல் 1 பங்கு மிளகுப்பொடி சேர்த்தரைத்து இலுப்பை இலைச்சாறு, எள்ளெண்ணெய் இவற்றுடன் சேர்த்து 1/4 பலம் தூவிக் குடிக்க வேண்டும். தேனில் 8 நாள் அருந்த சந்துக்கட்டு சூலை தீரும்.

42. எழுஞாயிறு, படுஞாயிறுக்கு மருந்து

இலந்தைப் பட்டையையும் புளியையும் வெந்நீரில் அரைத்துக் குடிக்க எழுஞாயிறு தீரும்.

குமிழ்நீரைக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கப் படுஞாயிறு தீரும்.

43. சிரக்கம்ப வாதத்திற்குக் குடிநீர்

முதியார் கூந்தல், அத்தி, பொன்னாவாரை, கண்டங்கத்தரி வேர், சுக்கு சம அளவு எடுத்து முறைப்படி குடிநீர் செய்து உட்கொள்ள, சிரக்கம்ப வாதம் தீரும்.

III

"கண்ணுசாமியம் என்னும் வைத்திய சேகரம்" என்ற நூலில் கூறப்பட்டுள்ள வளி நோய்களுக்கான உள் மருந்துகள் வருமாறு:

1. மேகவாய்வுக் குளிகை

பூரம், இலிங்கம் வகைக்கு 3 கழஞ்சு வீதம் கல்வத்தில் போட்டு நன்றாக அரைத்து ஒரு மண் ஓட்டில் போட்டு, சிறு தீயில் வைத்து எரிக்கவும். புகையாவண்ணம் கொடிக்கள்ளி, கரிசாலை, கொள்ளுக்காய் வேளை, வெள்ளைச் சாட்டரணை இவைகளின் தனிச்சாற்றைச் சமமாகக் கலந்து 4 சாமம்

சுருக்குக் கொடுத்துப் பின்னர் கல்வத்தில் வழித்துப் போட்டு, அதனுடம் 3 கழஞ்சு சுத்தி செய்த ஓமம் சேர்த்து முன் கலந்து வைத்துள்ள சாற்றினால் மெழுகு பதம் வரும் வரை அரைத்து, மிளகுப் பிரமாணத்தில் மாத்திரைகள் உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

அளவு: ஒரு மாத்திரை, தினம் 2 வேளை.

அனுபானம்: பனைவெல்லம்.

நாளளவு: 5 முதல் 7 நாட்கள்.

தீரும் நோய்: கை கால் பிடிப்பு, தீராத கை கால் குடைச்சல் முதலியன.

பத்தியம்: புளி நீக்கி, இச்சாபத்தியம். சில நோயாளிகளுக்கு இது புதிய அவிழ்தமாக இருக்கும்போது பல்லீற்றில் நீர் சுரப்பு காணும். அச்சமயம் மருந்தை நிறுத்திவிடவும். இம்மாத்திரைகளைச் செய்த உடன் வழங்குவதை விட நாள்பட்டு பழகியபின் வழங்குவது மேற்கண்ட நச்சுத் தன்மையை நீக்கும்.

இதே மருந்தை வேறு விதமாக முடித்தலும் உண்டு. இம்முறையில் பூரம், இரசச்செந்தூரம் ஆகிய இரண்டையும் சம எடையாகக் கல்வத்திலிட்டு அரைத்து வைத்துக் கொண்டு, இவைகள் சேர்ந்த மொத்த எடைக்கு 8 பங்கு ஓமவரிசியை ஊறப்போட்டு நிழலில் துணியில் பரப்பி ஈரம் உலர்ந்த பின் காரமில்லாத அம்மியைச் சுத்தப்படுத்தி அதனில் இவ்வோமவரிசியை இட்டுக் கை ஓயாமல் வலுவாய் அரைக்க மெழுகு போலாகும். அத்தருணம் முன் சுத்தப்படுத்தியுள்ள சரக்கை இட்டு நன்றாய்க் கலக்க அரைத்து மெழுகு பதத்தில் திரட்டி வாய் அகன்ற கொம்புச் சிமிழில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: மிளகளவு, 2 வேளை.

அனுபானம்: பனைவெல்லம்.

தீரும் நோய் : கை, கால் பிடிப்பு, குடைச்சல், கிரந்தி, புண், புரை.

பத்தியம்: புளி நீக்கி, இச்சாபத்தியம்.

2. அயவீர மாத்திரை

சுத்தமாய் ராவிய அயப்பொடி பலம் 2

வீரம் பலம் 1

இவை இரண்டையும் கல்வத்திலிட்டு வெடியுப்பு திராவகத்தால் 3 நாட்கள் அரைத்துக் காயவைத்துப் புதுச்சட்டியிலிட்டு, கறுப்புப்புகை போக வறுக்கச் செந்தூரமாகும். நல்ல நிறம் வரும்பதத்தில் செந்தூரத்தை ஆறவிட்டுக் கல்வத்தில் அரைத்துக் கண்ணாடி சீசாவில் இடுக. இங்ஙனம் முடித்த செந்தூரம்

1 பங்கு, சுக்கு 1 பங்கு, மிளகு 1 பங்கு, திப்பிலி 1 பங்கு, நெல்லி வற்றல் 1 பங்கு, கடுக்காய் 1 பங்கு, வால்மிளகு 1 பங்கு, வாளம் 2 பங்கு எடையாகக் கல்வத்தில் இட்டு எலுமிச்சம்பழச் சாறு விட்டு நன்றாக இரண்டு மணிநேரம் அரைத்துக் குன்றிப் பிரமாணம் மாத்திரைகளாகச் செய்து நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்க.

அளவு: இம்மாத்திரையில் 1 அல்லது 2, காலை நேரத்தில் சர்க்கரையுடன் அல்லது பனைவெல்லத்துடன் பொடித்துக் கலந்து கொடுக்கவும். இரண்டொரு முறை நன்கு மலம் கழியும்.

தீரும் நோய்: வாதப்பித்தச் சூலை, முடக்குவாதம், அண்டவாதம், இரைப்பு, இருமல், கல்லடைப்பு, குடைச்சல் முதலிய நோய்கள் தீரும். இம்மருந்தை உட்கொண்ட ஒருமணி நேரத்திற்குப் பின் ஏதேனும் ஆகாரம் கொடுக்கவேண்டும்.

பத்தியம்: புளி நீக்குதல் அவசியம்.

3. கறுவங்கச் சுண்ணம்

இலுப்பை நெய்யில் 7 முறை சுத்தி செய்த 2 பலம் கறுவங்கத்தை ஒரு இரும்பு வாணலியில் போட்டு உருக்கி ஆடுதீண்டாப் பாளையை சிறிது சிறிதாகப் போட்டு இரும்புக் கரண்டியால் உலோகசத்தில்லாமல் 12 சாமம் வறுத்து, அதனுடன் சமஅளவு கெட்டிமிளகு கூட்டி மேற்படி மூலிகைச் சாறுவிட்டு அரைத்து வில்லைசெய்து நன்றாய்க் காய்ந்தபின் அகலில் அடக்கிச் சீலை செய்து உலரவைத்து 60 எருவில் புடமிடச் சுண்ணமாகும். இதனில் வேளைக்கு 1/2 குன்றி அளவு அந்தி சந்தி 2 முறை, 7 நாள் நெய், தேன் முதலிய அனுபானங்களில் கொடுத்துவர, மேகம் தொடர்பான வளிப்பிணிகள் நீங்கும்.தவிர பிரமேகம், நீரடைப்பு, மேகக்கட்டி நீங்கும். புளி ,புகையிலை, மிளகாய் நீக்கவும்.

4. வீரரசப் பதங்கம்

ஒரு பலம் சூதம், ஒரு பலம் வீரம் இவ்விரண்டையும் நன்றாக அரைத்து ஒரு சிறு அகலில் போட்டு வாய்க்கு ஓடு மூடிச் சீலை செய்து காய்ந்தபின் மூன்று செங்கல்களை அடுப்பு போலமைத்து அதன் மேல் சீலைசெய்த அகலை வைத்து அடியில் ஒரு அகன்ற மண் அகலில் நிறைய விளக்கெண்ணெய் விட்டு அதில் 25 இழை நூல் திரியிட்டு ஒரு சாமம் எரிக்கவும். பின்னர் இரண்டாம் சாமத்தில் அதைப் போன்ற மற்றொரு திரியைப் போட்டு எரிக்கவும். இங்ஙனம் சாமத்திற்கு ஒரு திரியாக நான்கு சாமத்திற்கும் நான்கு திரியாகச் சேர்த்து எரித்து பின் ஆறவிட்டு எடுத்துப் பார்க்க, மேல் சட்டியில் பதங்கம் காணும்.

இப்பதங்கத்தை நன்கு அரைத்துச் சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும். தேக வன்மை, மென்மைக்கேற்றவாறு ஒரு பலம் சிற்றாமணக்கு எண்ணெயில்

குன்றியளவு பதங்கத்தை நன்றாக உறவாகும்படிக் கலக்கிக் காலையில் மட்டும் சாப்பிட, 4 அல்லது 5 முறை பேதியாகும். இப்படி 3 நாள் உண்ண மேகம், மேகம் தொடர்பான வளி நோய்கள், கொருக்கு, கிரந்திப்புண் தீரும்.

பத்தியம்: புளி நீக்கி, இச்சா பத்தியம் கொள்க.

இம்மருந்தின் வீரியம் 1 மாதம் வரை இருக்குமாதலால் பசி அதிகப்படும். எனவே நல்ல உணவு உட்கொள்ள வேண்டும். அவசரப்பட்டு வேறு மருந்து கொள்ளலாகாது. தேவைப்படின் இதே மருந்தை 1 மாதம் கழித்து மீண்டும் கொள்ளலாம்.

5. வெள்ளிப் பற்பம்

இரசம்
நவாச்சாரம்
வெள்ளைப் பாடாணம் - வகைக்கு 1 கழஞ்சு
வெள்ளி அரப்பொடி - 7 கழஞ்சு

இவற்றைக் கல்வத்திலிட்டு நாகமல்லியிலைச் சாற்றால் 4 சாமம் இடைவிடாது நன்றாக அரைத்து வில்லை செய்து வெயிலில் காயவைத்துப் பின்னர் அகலில் வைத்து மேல் அகல் மூடிச் சிலை செய்து 30 எருவில் புடமிடப் பற்பமாகும். ஒரு சமயம் புடமிட்டெடுத்ததில் வெள்ளியின் சத்து இருப்பதாகத் தெரிந்தாலும், நிறம் கறுப்பாக இருந்தாலும் முன் அரைத்த மூலிகைச் சாற்றால் மீண்டும் 4 சாமம் அரைத்து வில்லை செய்து முன்போல் புடமிட நல்ல பற்பமாகும்.

இதனில் கால் குன்றி அளவு தினம் 2 வேளை, தேக வன்மை மென்மைக் கேற்றவாறு 5 முதல் 7 நாட்கள் நெய், வெண்ணெய் முதலியவற்றில் கொடுக்க வளி தொடர்பான நோய்கள் நீங்கும். வெள்ளை, தந்துமேகம், நீரடைப்பு முதலியனவும் குணமாகும்.

6. சூதப்பற்பம்

ஒரு கோப்பையில் சூதத்தை விட்டு அதன் எடைக்குப் புகைநீர் எனப்படும் வெடியுப்புத் திராவகத்தை விட்டு வெயிலில் வைக்க, ஒருவிதமாகச் சிறிது கட்டுப்பட்டுப் பூத்துப் புட்டு போலாகும். இதனை நன்குலர்த்திப் பொடி செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

ஒரு சிற்றண்டத்தில் துளை செய்து அதன் மூலமாக உள்ளிருக்கும் கரு திரவத்தை வெளியேற்றவும். பின்னர் அதனை ஈரமில்லாமல் வெயிலில் உலர்த்தி

அதனில் ஒரு வராகன் எடையாக முன்னர் செய்த சூதப்பொடியை உட்செலுத்தி, வாய்க்கு ஒரு முட்டை ஓட்டின் துண்டை மூடிச் சீலை செய்து நன்றாகக் காய்ந்தபின் 12 வறட்டியில் புடம் போடவும்.

ஆறியபின் கவசம் நீக்கி அண்டத்தின் ஓட்டையும் உள்ளிட்ட பற்பத்தையும் சேதப்படாமல் கல்வத்திலிட்டு அரைத்து வைத்துக் கொண்டு இரண்டு மூன்று அரிசிப்பிரமாணம் கருப்பட்டியில் தினம் 2 வேளை 5 நாட்கள் கொடுக்க, மேகவாயுவால் வரும் பிடிப்புகள் நீங்கும். கிரந்தி, கொருக்கு நோய்களும் தீரும்.

பத்தியம்: இச்சாபத்தியம். பசுவின் மோர், நெய் சாப்பிடவும். தேகம் சூடாகாமல் இருக்க இவ்வுணவு அவசியம்.

7. காலாந்த கௌரிப் பதங்கம்

வெள்ளைப்பாடாணம்
துருசு
காந்தம்
வீரம்
இலிங்கம்
தாளகம்
கௌரி
கந்தகம்
மனோசிலை

ஆகிய இச்சரக்குகள் வகைக்குக் கால் பலமாக எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டுச் சிற்றண்ட வெண்கரு ஜெயநீரால் (சிற்றண்ட வெண்கருவோடு எருக்கம்பால் விட்டு வெயிலில் வைத்து முறித்தது) நன்றாக அரைத்து அதனில் ஒரு மூசையும் 5.6 துவாரங்களுடன் கூடிய மேல்மூடி ஒன்றையும் செய்து வெடிக்காமல் நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும்.

இரண்டு பலம் வாலை இரசத்தை அம்மூசையில் இட்டுத் துவாரங்கள் உள்ள மூடியைக் கொண்டு வாய்மூடி, சந்திற்கு நீர்விட்டுப் பிசைந்த உளுந்த மாவைக் கொண்டு பூசி இரண்டொரு சீலை செய்து காயவைத்துக் கொள்க.

பின்னர் 4படி உப்பை நன்கு தூள்செய்து ஒரு வலுவான மட்பாண்டத்தில் போட்டமுத்தி இடையில் பள்ளம் செய்து முன் செய்யப்பட்ட மூசையை (குகை) வைத்து, வாய்மட்டத்திற்கு உப்பிருக்கும்படி அழுத்தி வைத்துக் கொள்க.

பின் அப்பாண்டத்திற்குப் பொருத்தமான மேல் மூடியை எடுத்து அதன் உட்புறம் கரிசிலாங்கண்ணி இலைச்சாற்றைப் பூசி உலர வைக்கவும்.

சாறு உலர்ந்த பின் மேல் மூடி, உப்புப்பாண்டத்தின் மேல் வைத்து மூடி 7 சீலை செய்து காய்ந்தபின் அடுப்பேற்றி முத்தீயாக 10 சாமம் எரித்து ஆறவிட்டுப் பார்க்க, மேல் சட்டியில் பதங்கம் ஏறி நிற்கும். இதனைச் சேதப்படாமல் சுரண்டி எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டு அரைத்துச் சீசாவில் இடவும்.

அளவு: கடுகுப் பிரமாணம், தினம் 2 வேளை.

அனுபானம்: பனைவெல்லம்.

நாட்கள்: 3 நாட்கள்.

தீரும் நோய்: முடக்கு வாதம் போன்ற மகா வாத ரோகங்கள், சூலை, குட்டம், கூன் முதலியன தீரும். பிரசவ சன்னி நோய்க்கும் வழங்கலாம்.

சீதள சம்பந்தத்தினால் கபம் மீறி பிழைப்பது அரிதாகத் தோன்றும் காலத்திலும் மருந்தின் அளவைக் கவனியாது சந்தர்ப்பத்திற்கேற்றவாறு அதிகப் படுத்தியும் கொடுக்க, நெருங்கி நின்ற காலனையும் ஓட்டி விடும் என்பர்.

பத்தியம். பால் கஞ்சி அல்லது பாலன்னம் உண்ணலாம்.

8. திரிலோகப் பூபதி

தங்க அரப்பொடி
கெட்டிமுத்து - வகைக்கு 2 குன்றி எடை
வெள்ளி அரப்பொடி
தாம்பிர அரப்பொடி
சீமைக் கல்நார்
பவழம் - வகைக்கு 3 குன்றிஎடை

மேற்கண்ட சரக்குகளைக் கல்வத்திலிட்டுப் பழச்சாற்றினால் 4 சாமம் அரைத்து வில்லை செய்து காயவைத்து ஒரு அகலில் மெலிதாகச் சீவிய கற்றாழையின் சோற்றை வைத்து, அதன் மீது வில்லையை வைத்து அதற்கு மேல் முன்போல மெலிதாகச் சீவிய கற்றாழைச் சோற்றை வைத்து மேல் அகல் மூடிச் சீலை செய்து 7,8 வறட்டியில் புடமிடவும். இவ்வாறு அரைத்து அரைத்து 4,5 புடமிடவும். பற்பம் கிடைக்கும். இப்பற்பம் அதிக வெளுப்பாயிராது. மேக வர்ணத்தை விடச் சிறிது வெளுத்தே காட்டும்.

அளவு: அரிசிப் பிரமாணம், தினம் 2 வேளை.

நாள்: 7,9 நாட்கள்.

அனுபானம்: ஏதேனுமொரு இளகம்.

தீரும் நோய்: மேகம் தொடர்பான வளி நோய்களும், குன்ம நோய்களும் தீரும். நரம்புகள் பலப்பட்டுத் தாது வலுக்கும். நல்ல ஆகாரம் உட்கொள்ள வேண்டும்.

9. அயவடைச் செந்தூரம்

i. இரும்புத் துண்டுகளைப் பழுக்கக் காய்ச்சி ஒன்றன்பின் ஒன்றாகக் குறட்டினால் பிடித்துக் கொண்டு அதன்மீது சிலைக்கந்தகத்தை மற்றொரு குறட்டினால் பிடித்துத் தேய்க்க அயம் கந்தகத்துடன் உறவாடி உறுகிக் கீழே சிட்டங்களாக விழும். அல்லது பழுக்கக் காய்ச்சிய இரும்பைக் குறட்டினால் பிடித்துக் கொண்டு கந்தகப் பொடியை அதன்மீது தூவ, முன்போல உருகிக் கீழே விழும். இவ்விதமாகச் செய்தெடுக்கப்பட்ட அயம் 10 பலத்தை எடுத்துக் கொள்க.

ii. இவ்வாறு எடுக்கப்பட்ட அயச்சிட்டத்தைக் கல்வத்திலிட்டுப் பழச்சாற்றால் 4 சாமம் அரைத்துக் காயவிட்டு, மீண்டும் சிற்றண்ட வெண்கருவால் 4 சாமம் அரைத்து ஒரே வில்லையாக அகலமாகத் தட்டிக் காய வைக்கவும்.

iii. ஒரு முழ அகலமும் ஒரு சாண் உயரமும் உள்ள இரண்டு சட்டிகளை ஒன்றன்வாய் மற்றதுடன் பொருந்துமாறிருக்கும்படியும், அடி மட்டமாக உள்ளதாகவும் செய்து வைத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

iv. வில்லையை ஒரு சட்டியில் வைத்து மற்றொரு சட்டி கொண்டு வாய் பொருத்தி மூடி 7 சீலைமண் செய்து காய வைத்து 4 சாமம் எரிக்கவும்.

v. பின்னர் பாண்டத்தைத் திறந்து முன் வைத்த வில்லையைக் கீழ்மேலாகப் புரட்டி வைத்து, மேல் சட்டி மூடி 7 சீலை செய்து முன்போல 4 சாமம் எரிக்கச் செந்தூரமாகும்.

vi. இச் செந்தூரத்தையே உபயோகிக்கலாம் எனினும், இதை மீண்டும் கையான்சாறு, செம்பருத்தியிலைச்சாறு, வாழைப்பழச் சாறு ஆகியவற்றால் இரண்டிரண்டு சாமமரைத்து, வில்லை தட்டி முன்போல எரிக்க உயர்தரமான செந்தூரமாகும்.

அளவு: குன்றியளவு, 2 வேளை.

அனுபானம்: தேன்.

தீரும் நோய்: வளிநோய்கள், இரத்தக் குறைவால் வரும் பாண்டு, மேக நோய்கள் தீரும்.

பத்தியம்: புளி நீக்குவது நல்லது. காரம் குறைவான உணவு உட்கொள்வது நலம்.

10. இராமபாணச் செந்தூரம்

அரப்பொடி - பலம் 5

வீரம்

பூரம்

இரசம்

இலிங்கம் - வகைக்கு பலம் 1

இவற்றைக் கல்வத்திலிட்டு வெள்ளைச் சாட்டரணைச் சாற்றாலும், எருக்கம்பாலாலும் 4 சாமம் அரைத்து வில்லை செய்து உலரவைத்து, செந்தூரம் எரிப்புக்கான மண் சட்டியில் வைத்து மேல் சட்டி மூடி மண் சீலை செய்து காய்ந்தபின், இரு பகல் ஒரு இரவு வேப்பங்கட்டையால் எரிக்க நல்ல செந்தூரமாகும்.

அளவு: 1/2 குன்றியளவு, 2வேளை.

அனுபானம் : தேன் அல்லது நெய்.

தீரும் நோய்: பக்கவாதம், பிடிப்பு, குத்தல் மேகரோகங்கள்.

பத்தியம்: புளி சேர்க்காமலிருப்பது நல்லது.

11. பஞ்சசூதச் செந்தூரம்

வீரம், இரசச் செந்தூரம், இலிங்கம், பூரம், சூதம் வகைக்கு 1/2 பலம். இவற்றைக் கல்வத்தில் அரைத்து ஒரு மண் ஓட்டில் போட்டுத் தீயின்மேல் வைக்கவும். முருங்கைப் பூச்சாறு, செப்பு நெருஞ்சிலிலைச் சாறு, தாய்ப்பால் ஆகியவற்றைச் சமனளவாகக் கலந்து வைத்துக் கொண்டு 4 சாமம் சுருக்குக் கொடுத்து ஆறினபின் இரண்டொரு நாள் உலரும்படி வைத்துக் கல்வத்திலிட்டு 1 வாரம் வரையில் தினம் 2,3 மணி நேரத்துக்குக் குறையாமல் அரைத்து வரச் செந்தூரமாகும்.

அளவு: 1/2 முதல் 1 குன்றியளவு.

அனுபானம்: தேன் அல்லது நெய்.

தீரும் நோய்: பக்கவாதம், கைகால்பிடிப்பு, சர்வாங்க வாதம், குடைச்சல் முதலியன.

பத்தியம்: புளி நீக்கி, இச்சாபத்தியமாக இருக்கவேண்டும்.

இச் செந்தூரத்தைத் தேன் விட்டு அரைத்து மெழுகு பதத்தில் வைத்துக் கொள்வதும் உண்டு. இதற்குப் பஞ்சசூத மெழுகு என்று பெயர்.

செந்தூரத்தையோ, மெழுகையோ செய்தவுடன் கொடுப்பதை விடச் சற்றுப் பழகியபின் கொடுப்பது நன்று.

12. ஆறுமுகச் செந்தூரம்

நயப்பான அரப்பொடி - பலம் 8

நல்ல காந்தம் - பலம் 4

வீரம்

பூரம்

இலிங்கம்

கந்தகம்-வகைக்கு 1 வராகன் எடை எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டுச் சுண்ண நீரால் 12 சாமம் அரைத்து வில்லை செய்து உலர்த்தி அகலில் இட்டு மேல் அகல் கொண்டு மூடி சீலை செய்து உலர்த்தி 30 வறட்டியில் புடமிடவும். பின் ஆறவிட்டு எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டுப் புளியங்காயை இடித்துப் பிழிந்த சாறு, பழச்சாறு, புளிப்பு மாதுளைப் பழச்சாறு இவைகள் ஒவ்வொன்றினாலும் அரைத்து வில்லை செய்து அகலிலிட்டு, 2 புடம் இடவும். இவ்வாறு முடிந்த செந்தூரம் உயர்ந்த தரம் உடையதாக இருக்கும்.

அளவு: 1/2 குன்றி அல்லது 1/4 குன்றி, 2 வேளை.

அனுபானம்: தேன், நெய்.

தீரும் நோய்: வளிநோய்கள், கைகால்பிடிப்பு, தேகக் குத்தல், பாண்டு, மகோதரம், வயிற்றுவலி, எரிச்சல்.

13. ஆறுமுகச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

சூதம்	பலம் 5
கந்தகம்	பலம் 9
காந்தம்	பலம் 7

வெங்காரம்	பலம் 8
இந்துப்பு	பலம் 4
அயப்பொடி	பலம் 12

இவைகளைக் கல்வத்திலிட்டுக் கற்றாழைச்சாற்றினால் 3 நாள் அரைத்து வில்லை செய்து உலர்த்தவும். ஒரு மட்பாண்டத்தில் கற்றாழைச் சோற்றை மூன்று அங்குலம் கனத்திற்குப் பரப்பி அதன் மேல் வில்லையை வைத்து அதற்கு மேல் முன்போல கற்றாழைச்சோற்றைப் பரப்பி, மேல் சட்டி கொண்டு மூடி சீலை செய்து 8 சாமம் எரித்து எடுத்து மீண்டும் முன்போலரைத்து வில்லை செய்து காயவைத்து எரித்தெடுக்க நல்ல செந்தூரம் கிடைக்கும்.

தக்க அனுபானங்களில் 1/2 குன்றி கொடுக்க வளிரோகங்கள், வெடிசூலை, தலைநோய், பாண்டு, சோகை, சுவாசகாசம், ஈளை, மூலரோகங்கள், நீர்ரோகங்கள் தீரும்.

பத்தியம்: வியாதிக்கேற்ப புளி சேர்த்தும் சேர்க்காமலும் கொடுக்கவும்.

14. பால சஞ்சீவி செந்தூரம்

இரசச்செந்தூரம்

இலிங்கம்

பூரம்

நேர்வாளம்-வகைக்கு 1/4 பலம். கல்வத்திலிட்டு நன்றாக அரைத்து அதனுடன் நற்சங்கனிலையை அரைத்து 1 1/2 பலம் கூட்டி மெழுகுபதம் வர அரைத்து வில்லை செய்து காயவைக்கவும். கரிநெருப்பின் மீது ஒரு புது மண் ஓட்டை வைத்து அதன் மீது வில்லையைப் புதையாது புரட்டிப்புரட்டிக் கொடுத்துக் கொண்டுவருக. செந்தூர நிறம் வரும்போது எடுத்து ஆறவிட்டுக் கல்வத்தில் போட்டு நன்றாக அரைத்துச் சீசாவில் இடுக.

அளவு: குழந்தைகட்கு அரிசிப்பிரமாணம். பெரியவர்களுக்கு 1/2 குன்றியளவு.

அனுபானம்: தேன், நெய்.

தீரும் நோய்: வாய்வு சம்பந்தமான வலி, பாரிசவாதம், சன்னி, விடாச்சுரம், சுவாசகாசம் முதலியன.

15. இரசச் செந்தூரம்

அரை வீசை கந்தகத்தைக் கல்வத்தில் இட்டுக் கறுப்புக் கம்மாறு வெற்றிலைச் சாறு விட்டு 10 நாள் அரைக்கவும். மொந்தை போன்ற மட்பாத்திரத்தில் முக்கால் பாகம் கந்தகத்தைப் போட்டு இடையில் பள்ளம் செய்து அதில் 10 பலம் சூதத்தை விட்டு மிகுதி கந்தகத்தை அடையாகச் செய்து மேலிட்டு மெதுவாக அழுத்திக் குடுவையின் வாய்க்குப் பொருத்தமான அகல் மூடிச் சீலை செய்து சிறு கம்பியால் வரிந்து கட்டிக் குடுவை முழுவதும் 7 சீலை செய்து காயவைக்கவும். ஒரு பெருஞ்சட்டியில் மூன்று அங்குலம் மணல் பரப்பி அதனிடையில் குடுவையை வைத்து மறையும் படி மணலிட்டு, வாய்மூடி சீலை செய்து இரண்டு பகல் ஒரு இரவு முத்தீயாக எரித்து இரண்டு நாள் ஆறவிடவும். குடுவையிலிட்ட மருந்தைப் பார்க்க இரசகெந்தகமானது குடுவையின் பக்கங்களிலும் மேல்பாகத்திலும் சில சமயம் மேலேறி உருகியும் செந்தூரமாக அடியில் விழுந்திருக்கும். இதனைப் பத்திரமாக மண் சம்பந்தமில்லாது பெயர்த்து எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டு அரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

அளவு: 1/2 முதல் 1/4 குன்றி எடை, தினம் 2 வேளை .

அனுபானம்: நெய், தேன்.

தீரும் நோய்: வாதப்பிடிப்பு, சன்னி, மேகச்சுரம்.

16. காளமேக நாராயணச் செந்தூரம்

வெங்காரம்
பூநீறு
படிகாரம்
கெந்தி
கரியுப்பு
கடல்நுரை - வகைக்கு 1 பலம்

இவற்றைப் பொடி செய்து ஒரு பீங்கானில் போட்டு பனிசலத்தையேனும், சிறிது நீரையேனும் விட்டுக் குழம்பு பதமாகக் கரைத்து வாய் மூடிச் சீலை செய்து சமாதியில் 21 நாள் வைத்தெடுத்துத் தெளிந்துள்ள நீரைப் பாத்திரத்தில் வடித்துக் கொள்க. இதற்குக் காரநீர் என்று பெயர்.

கந்தகம்	12 வராகனெடை
இலிங்கம்	15 வராகனெடை
அரிதாரம்	10 வராகனெடை

சூதம் 30 வராகனெடை

மனோசிலை 4 வராகனெடை

இவற்றைக் கல்வத்திலிட்டு நன்றாக அரைத்து முன் தயாரித்த காரநீர் விட்டு 4 சாமத்திற்குக் குறையாமல் அரைத்து உலர்த்தி எண்ணெய்க் குடுவை என்னும் சிறுவாயையுடைய குடுவையொன்றில் போட்டு வாய்க்குப் பொருத்தமான மண் ஓட்டை மூடிச் சீலை செய்து பின்னர் குடுவை முழுவதும் சூழ 4,5 சீலை வலுவாகச் செய்துலர்த்தி வாலுகா இயந்திரத்தில் இட்டு மணல் மறைவுப் புடமாக 12 சாமம் எரித்து நன்றாக ஆறவிட்டு, குடுவையிலிட்ட மருந்தைப் பார்க்க முன்னிட்ட சரக்குகள் யாவும் உருகி மேலேறி சிவந்து மேலும் கீழுமாக உருகி நிற்கும். இவைகளைக் கல்வத்திலிட்டு அரைக்க முருக்கம்பூ வர்ணமாகத் தோன்றும்.

வழங்கும் முறை: நெற்பொரி, அசமதாகம், சுக்கு, மிளகு இவற்றை வெதுப்பிப் பொடித்த திரிகடிகைப் பிரமாணம் சூரணத்துடன் அரைக் குன்றி அளவு செந்தூரம் சேர்த்து முருங்கைப் பட்டை சுரசம் (சாறு) சேர்த்துக் கலக்கிச் சாப்பிடப் பக்கவாதம், சர்வாங்கவாதம், தோள்வாதம், எரிவாதம், உதிரவாதம், நடுக்குவாதம், பிடிவாதம், முடக்கு வாதம் எனக் காரணப் பெயர்களைப் பெற்ற சகலவிதமான வளிமீறல் நோய்களும் குணமாகும்.

வெள்ளுள்ளித் தைலத்தில் அரைக் குன்றி எடை தினம் 2 வேளை 10 நாள் உட்கொள்ள வளிநோய்கள், வாதச்சீதளத்தால் உண்டான நரம்பு சம்பந்மான வலி, மூர்ச்சைகள், பித்தச் சீதளத்தால் உண்டான சன்னி மூர்ச்சைகள் தீரும்.

17. சண்டமாருதம்

கந்தகம்

வீரம்

இரசச்செந்தூரம் - வகைக்கு 2 வராகனெடை

இலிங்கம் 8 வராகனெடை

பூரம் 10 வராகனெடை

இவ்வைந்து சரக்குகளையும் கல்வத்திலிட்டு 3 சாமம் அரைத்து எடுக்கப் பவழ நிறமுடைய செந்தூரமாகும்.

அளவு: கால் குன்றியளவு, 2 வேளை

நாள்: 5 முதல் 7 நாட்கள்.

அனுபானம்: நெய், தேன்.

தீரும் நோய்: பக்கவாதம், நடுக்குவாதம் முகவாதம், கணுக்கால் வாதம், பிற வளிநோய்கள், பவுத்திரம், கண்டமாலை, சன்னி, குன்மம், பிலீகை, மகோதரம், புண், புரைகள் தீரும்.

நோயாளிக்கு மலபந்தம் இருப்பின் இச்செந்தூரத்துடன் நான்கில் 1 பங்கு சுத்தி செய்த வாளம் சேர்த்து அரைத்துக் கொடுக்க மலம் வெளியாகும்.

மலப்போக்கு இருப்பின் நாலிலொரு பங்கு அபினி சேர்த்தரைத்துக் கொடுக்கலாம் மலப்போக்கு நிற்கும்.

இச்செந்தூரத்துடன் நாலிலொருபங்கு பொரித்த படிகாரம் சேர்த்தரைத்து வைத்துக் கொண்டு கொடுக்க மருந்தினால் எந்தக் கெடுதியும். ஏற்படாவண்ணம் சாந்தமாக நோய் தீர்க்கும் வல்லமை உண்டாகும்.

18. பூரச் செந்தூரம்

சுத்தி செய்த இரசக்கற்பூரம்	4 பலம்
வாலை இரசம்	2 பலம்

சுத்தி செய்த கந்தகம் - பலம் 2. இவைகளைக் கிரமப்படி முதலில் கந்தகத்தையும் வாலை இரசத்தையும் கல்வத்திலிட்டு நன்றாக அரைத்துச் சுத்த கறுப்பாக இருக்கும் அளவுக்கு அரைத்து அப்பக்குவத்தில் அதனுடன் இரசக் கற்பூரத்தைக் கூட்டி இரண்டு மூன்று சாமம் வரையில் எல்லாம் உறவாகும்படி நன்றாக அரைத்துத் தேங்காய் அளவில் உள்ள ஒரு மட்குடுவையில் போட்டு, இத்தகைய மற்றோர் குடுவையை வாய் பொருத்தும்படி கவிழ்த்து இடைவெளியில்லாமல் பொருத்தி மண் அப்பி 7 சீலை செய்து வெயிலில் காய வைக்கவும்.

மேல் குடுவையில் உச்சியில் குடைக்கம்பி தாராளமாக நுழையும் அளவில் ஒரு துளையிட்டு வைத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

பின்னர் ஒரு வாயகன்ற மட்பாண்டத்தில் நால் விரல் கடை அளவு மணல் கொட்டி அதன் மத்தியில் குடுவை முக்கால் பாகம் மணலில் மறையுமளவிற்கு மணல் கொட்டிப் பரப்பி வைக்கவேண்டும்.

இம்மட்கலத்தை அடுப்பேற்றி 4 சாமம் முத்தீயாக எரிக்கவும். இவ்வாறு எரிக்கும்போது நாழிகைதோறும் மேற்குடுவையிலிட்ட துளையின் வழியாக குடைக்கம்பியை விட்டு மருந்தைக் கிளறிக் கொடுத்துக் கொண்டு வரவேண்டும். கம்பியின் முனை சிவந்த வர்ணம் காட்டினும், வெளுத்த புகை வந்திடினும் செந்தூரம் தயாரிக்கப்பட்டதை அறியலாம்.

அளவு: 1/2 முதல் 1 குன்றியளவு, 2 வேளை.

நாள்: 5 முதல் 7 நாட்கள்.

அனுபானம்: நெய் அல்லது தேன்.

தீரும் நோய். வாதக் குடைச்சல், சூலை, கிரந்தி, மேகவிரணம், சுரம், சன்னி முதலியன.

பத்தியம்: நோய்களுக்குத் தக்கவாறு புளி நீக்கியோ, நீக்காமலோ வழங்கலாம்.

இச்செந்தூரத்துடன் இரண்டு தோலா மொட்டு நீக்கிய கிராம்பு சேர்த்து, கம்மாறு வெற்றிலைச்சாறு விட்டு நன்றாக அரைத்து உளுந்தளவு மாத்திரைகளாகச் செய்து வைத்துக் கொண்டு வழங்குவதும் உண்டு.

19. வெள்ளி ரசச்செந்தூரம்

அரைபலம் சுத்தமான வெள்ளியை 5 ரூபாய் எடை வாலைரசம் கொள்ளத் தக்கதாகவும் சிறிது மேலே இடம் காலியாக இருக்கும்படியாகவும உள்ள ஒரு மூசை அல்லது சொப்பு போல் செய்து அதன் வாய்ப்பாகத்தில் மூன்று சிறு துவாரங்களை இட்டு வெள்ளி அல்லது இரும்புக் கம்பியால் உரி போல் கட்டி வைத்துக் கொள்ள வசதி செய்துகொள்ளவும்.

பின் ஒரு முழ உயரமுள்ள ஒரு மட்கடத்தில் 8 பலம் கந்தகத்தைக் கட்டிகளாகப் போட்டு வைக்கவும்.

முன் தயாரித்த மூசையில் 5 ரூபாய் எடை வாலைரசத்தை விட்டு அதனில் தொடுத்திருக்கும் உரிக் கம்பிகளை கந்தகத்திற்கு மேலே 6 விரல் கடை உயரத்திலமரும்படி கடத்தின் மூடியில் மூன்று சிறு துவாரங்களையிட்டு அதனில் உரிக் கம்பிகளின் முனையைப் பொருத்தி அசையாமல் முடிந்து சந்தில்லாமல் மண்பூசவும். கடத்திற்கும் அதன் மூடிக்கும் ஏற்பட்ட பொருத்து வாய்க்கும் மண் சீலை 7 செய்து உடனே அடுப்பேற்றி 6 சாமம் முத்தீயாக எரிக்க வேண்டும்.

ஆறின பின்னர் மூசையைத் திறந்துபார்க்க வெள்ளி மூசையானது அதில் இட்ட வாலை இரசத்தைக் கிரகித்துக் கனத்துச் செந்தூரமாயிருக்கும். இதனைக் கல்வத்திலிட்டு நன்றாக அரைத்துச் சீசாவில் பத்திரப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

அளவு: 1/4 முதல் 1/2 குன்றி, 2 வேளை

அனுபானம்: நெய், தேன்.

தீரும் நோய்: மேகவாய்வு, வளிநோய்கள், சன்னி சுரம். தாதுவிருத்தி, உண்டாகும்.

20. எஃகு செந்தூரம்

பூநுறு	1/2 கழஞ்சு
நவாச்சாரம்	1 கழஞ்சு
சூதம்	2 கழஞ்சு
வெடியுப்பு	3 கழஞ்சு
கந்தகம்	4 கழஞ்சு
சிட்டம்	5 கழஞ்சு
காந்தம்	6 கழஞ்சு
எ.்.கு	7 கழஞ்சு

இவற்றைக் கல்வத்தில் போட்டு எருக்கம்பாலினால் 4 சாமமும், கையான் சாற்றில் 4 சாமமும் அரைத்து அகலமாக ஒரே வில்லை தட்டி வெயிலில் காயவைத்து, செந்தூரம் எரிப்பதற்காகக் கூறப்பட்டுள்ள மட்கடத்தின் நடுவில் வைத்து அத்தகைய மற்றோர் கடம்கொண்டு மூடி 7 சிலைமண் செய்து காய்ந்தபின் அடுப்பேற்றி 4 சாமம் முறைப்படி முத்தீயாக எரித்து ஒரு நாள் முழுவதும் ஆறவிட்டுக் கடத்தைப் பிரித்துப் பார்க்க வில்லை சிவந்திருக்கும். இதனைக் கல்வத்தில் போட்டு அரைத்து சீசாவில் பத்திரப்படுத்திக் கொள்ளவும்.

அளவு: பணவெடை வீதம் தினம் 2 வேளை.

அனுபானம்: தேன், நெய்.

தீரும் நோய்: வளி தொடர்பாலுண்டான நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு, சதையடைப்பு, கல்லடைப்பு முதலியன.

21. ஆக்கிராண மெழுகு

வெள்ளைப்பூண்டு
தும்பைப்பூ
குங்குமப்பூ
சவுரிப்பழம்
ஆதொண்டைப்பழம்
கஸ்தூரிமஞ்சள்
வேப்பம்பட்டை
இலிங்கம்
நொச்சியிலை

இவற்றைச் சமவெடையாக கல்வத்தில் போட்டு வேப்பெண்ணெய் விட்டு நன்றாக அரைத்து மெழுகு பதத்தில் வாயகன்ற குப்பியில் இடுக.

வேண்டிய சமயத்தில் கடலைப் பிரமாணம் மெழுகைச் சீலையில் தடவித் திரிபோல் சுருட்டித் தீப் பற்ற வைத்து அதிலிருந்து வரும் புகையை முகரத் தீராத தலைப்பாரம், தலையிடி, தலைநோய் முதலியன குணமாகும். பத்தியம்: பாலன்னம் மட்டுமே ஆகும்.

22. வீரமெழுகு

அரைப்படி கொடிக்கள்ளிச்சாறும் அரைப்படி தாய்ப்பாலும் தனித்தனியே சேகரித்து வைத்துக் கொள்ளவும் ஒரு மண் ஓட்டில் ஒரு பலம் வீரத்தைச் சிறுதுண்டுகளாக நறுக்கிவிட்டு அடுப்பின் மீது ஏற்றிச் சிறு தீயாக எரித்து ஒன்றன்பின் ஒன்றாய் சுருக்கிட்டுக் கொண்டு வரின், வீரம் கரைந்து சுண்டி மெழுகு பதமாகும். பின்னர் சமனெடை பனைவெல்லம் சேர்த்து நன்றாக அரைத்துப் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: குன்றியளவு தினம் 2 வேளை, 3 நாட்கள்.

தீரும் நோய்: வளி மீறலால் உண்டான எவ்விதப் பிடிப்புகளும் குணமாகும்.

பத்தியம்: புளி நீக்கி இச்சாபத்தியம் இருத்தல் வேண்டும்.

23. இலிங்க மெழுகு

சுக்கு
மிளகு
திப்பிலி
சிற்றரத்தை
கிராம்பு

இவற்றை வகைக்கு 1 பலம் தனித் தனியே பொன்மேனியாக வறுத்து இடித்துச் சூரணமாகச் செய்து கொள்ளவும். பின்னர்

இலிங்கம்	1 வராகன்
வீரம்	1/4 வராகன்
பூரம்	3/4 வராகன்
இரசச்செந்தூரம்	1/2 வராகன்

இவைகளைக் கல்வத்திலிட்டு முதலில் தயாரித்த சூரணத்தையும் கூட்டி மெழுகு பதத்திற்குத் தேவையான தேனைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக விட்டு தினம் ஒன்றுக்கு

4 சாமத்திற்குக் குறைவின்றி 3 நாள் வரையிலும் மெழுகு பதத்திலேயே அரைத்துச் சீசாவில் அல்லது கொம்புச்சிமிழில் வைத்துக் கொள்க.

அளவு: தூதுளங்காய் அளவு, தினம் 2 வேளை, 7 நாட்கள்.

அனுபானம்: சர்க்கரை.

தீரும் நோய்: கை கால் பிடிப்பு, சர்வாங்க குடைச்சல் முதலிய மேகவளி நோய்கள்.

பத்தியம்: புளி நீக்க வேண்டும்.

மருந்தைப் பழகிய பின் உபயோகித்தல் நலம்.

24. தங்க இலிங்க மெழுகு

i. ஒரு பலம் இலிங்கத்தை 3 நாள் தாய்ப்பாலில் ஊறவைத்து எடுத்து சுத்தி செய்து கொள்ளவேண்டும்.

ii. சுத்தி செய்த இந்த இலிங்கத்தை ஒரு புது மண் ஓட்டிலிட்டுச் சிறு தீயில் எரித்துச் சேராங்கொட்டை குழித்தைலம் கொண்டு 4 சாமம் புரட்டிப் புரட்டிச் சுருக்குக் கொடுக்க, இலிங்கமானது தைலத்துடன் நன்கு உறவாடி மென்மையாகும் இப்பக்குவத்தில் ஊசியால் குத்திப் பார்க்க நொறுங்கும்.

iii. இத்தருணத்தில் இலிங்கத்தைக் கல்வத்தில் இட்டு அதனுடன் 1 வராகனெடை தங்கரேக்கைச் சிறு துண்டுகளாகக் கத்தரித்துக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் போட்டு நன்றாக அரைக்கவும். அரைப்பதற்குப் போதிய பசையில்லாவிடின் வேண்டிய அளவு சேராங் கொட்டைத் தைலத்தைத் துளித்துளியாக விட்டு இலிங்கம் இளகாமல் மெழுகு பதத்திலேயே இருக்கும் பொருட்டு இரண்டு மூன்று நாள் அரைக்கவும்.

iv. ஒரு முற்றின தேங்காய் கொப்பரையின் மேலிருக்கும் மெல்லிய தோலை நீக்கித் தலைப்புறம் சுண்டு விரலளவில் துளை போட்டு அதன் வழியாக முன் செய்த மெழுகை உள்ளே செலுத்தவும். மர ஆப்பு கொண்டு துளையை மூடி, உளுத்தமாவை நீர் விட்டுப் பிசைந்து பூசி, கொப்பரை தெரியாவண்ணம் கும்ப கலத்திற்கு நூல் சுற்றுவது போல் நெருக்கமாகவும் அழுத்தமாகவும் சுற்றி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

v. 10 படி நீர் கொள்ளக் கூடியதும் உயரமானதுமான ஒரு மட்பாண்டத்தைத் தேர்வு செய்து அதில் 5 படி பசும்பால் விடவும்.

vi. கொப்பரை பாலில் மிதக்காமல் பாத்திரத்தின் அடித்தூருக்கு 3 அங்குலத்திற்கு மேல் நிற்கும்படியாக ஒரு சுத்தமான கல்லை ஒரு கயிற்றால் கட்டித் தொங்கவிட்டு மற்றோர் முனையைப் பாண்டத்தின் வாய் வரம்பின் மேல் குறுக்காக ஒரு சட்டம் அமைத்து அதனில் கட்டி நடுவே தொங்குமாறு செய்க.

vii. மட்பாண்டத்தை அடுப்பிலேற்றிச் சிறு தீயிட்டு பால் பொங்காமல் எரிக்கவும். பால் சுண்டிக் கொப்பரைக்குக் கீழ் வரும்போது கொப்பரையை எடுத்து ஒரு இரவு முழுதும் ஆறவிட்டு மறுநாள் கொப்பரை மேல் சுற்றியுள்ள நூல்களைக் களைந்து இரண்டாகத் துண்டித்து, உள்ளேயிருக்கும் மெழுகைக் கத்திகொண்டு வழித்துச் சிமிழில் அடைத்து வைக்கவும்.

அளவு: பச்சைப்பயறு அளவு அல்லது உளுந்தளவு, 1 மண்டலம்.

அனுபானம்: சர்க்கரை.

தீரும் நோய்: வளி தொடர்பான நோய்கள், குன்மம், நரம்பு பலவீனம் முதலியன. நல்ல உடல் ஒளி உண்டாகும். இரத்தப் பெருக்கும் உண்டாகும்.

பத்தியம்: நெய், பால் சேர்ந்த நல்ல உணவு உட்கொள்ள வேண்டும். மருந்துண்ணும் காலத்தே மது, மாது தகாது.

மருந்தை 1 மண்டலம் உண்ணும் பொழுது 4 முறையாக மும்மூன்று நாள் இடைவெளி விட்டு உண்ணுதல் நலம்.

25. திருமூர்த்தி செந்தூரம்

இலிங்கம் - 1 பலம்

தாளகம் - 3/4 பலம்

வீரம் - 1/2 பலம்

இவற்றைக் கல்வத்திலிட்டு நன்றாக அரைத்து வைத்துக் கொள்க. ஒரு அரைச் செங்கல்லின் மத்தியில் ஒரு சிறு பள்ளம் தோண்டி அதனில் முன் தயாரித்த சரக்கைப் போட்டமுத்தி அக்குழியின் வாய்க்குப் பொருத்தமான செங்கல் துண்டையேனும், மண் ஓட்டையேனும் தேய்த்துச் சொருகி சந்துக்கு மண் பூசி செங்கல் முழுதும் சூழ 7 சீலை மண் செய்து காய வைத்து 25 வறட்டியில் புடமிடவும். தீப்பற்றி அடிவரையிலும் வறட்டி வெந்து வந்த சமயம் புடத்தைப் பிரித்து, உள்ளிட்ட செங்கல்லைக் கோவின் சாணத்தில் பொதிந்து சூடாறின பின்னர் எடுத்துச் சிலையை நீக்கிப் பார்க்க உள்ளிட்ட மருந்து செந்தூரம் ஆகியிருக்கும். இதனை அரைத்துக் குப்பியிலிடவும்.

அளவு: 1/4 அல்லது 1/2 குன்றி, 2 வேளை, தேனில் கொடுக்கப் பாரிசவாதம், சுரம், சன்னி, ஈளை, சுவாசகாசம் நீங்கும். பத்தியம்: தேவைப்படின் புளி நீக்கவும்.

26. சிந்தாமணிக் குளிகை

வாலைரசம் - 2 பலம்
கந்தகம் - 2 பலம்

இவற்றைக் கல்வத்திலிட்டுச் சிற்றாமணக்கெண்ணெய் துளித்துளியாக விட்டு மெழுகு பதத்திலேயே அரைத்து, கோழிமுட்டை போல் உருண்டை செய்து ஒருநாள் காயவிட்டு அதன்மேல் கறுப்புப் பட்டுத் துணியைச் சுற்றிப் பின்னர் நூலால் வரிந்து கட்டி வைக்கவும். 1 1/2 படி பிடிக்கும்படியான ஒரு சட்டியில் 5 அங்குலம் மணல்போட்டுப் பரப்பி, அதன் மீது முன் தயாரித்த உருண்டையை வைத்து நிறைய மணல் கொட்டி மேல் மூடிச் சீலை செய்து, காலையில் அடுப்பேற்றி 4 சாமம் முத்தீயாக எரிக்கவும்.

ஓர் இரவு ஆறவிட்டு மறுநாள் எடுத்துப் பார்க்க உருண்டையானது பளுவாக இருத்தல் வேண்டும். அதன் மேல் இருக்கும் பட்டுத் துணியை நீக்கி அவ்வுருண்டையின் மேல் வெள்ளி மோதிரத்தை இழைக்க, உறைவிழ வேண்டும்.

அவ்வுருண்டையானது பளுவாக இருந்து முன் கூறப்பட்ட சோதனைக்கு நிற்காவிடின் மீண்டும் ஒரு சிறு குடுவையில் 2 அங்குலம் மணல் போட்டு உருண்டையின் மீது பட்டுச் சுற்றி நூலால் கட்டிவைத்து மணல் கொட்டி ஒரு சாமம் எரிக்கவும். நன்றாக ஆறிய பின்னர் மறுபடியும் முன்போல சோதிக்கவும்.

சொல்லியவண்ணம் இரசமும் கந்தகமும் எடை குறையாமல் இறுதியில் வெள்ளியின் உரையை வாங்கும்படியான குளிகையாய்விடின் இதுவே மிகச் சிறந்தது. உருண்டை இலேசாய்ப் போய்விடின் மருந்து பயன்படாது.

அளவு: குன்றிப்பிரமாணம்.

அனுபானம்: திப்பிலி, மிளகு, கிராம்பு, தாளிசப்பத்திரி சம எடையாக நிறுத்துப் பொன்னிறமாக வறுத்து இடித்து எடுத்தச் சூரணம் 1/2 வராகனெடை மற்றும் தேன்.

நாள்: 2 வேளை 5,7,10 நாட்கள்.

தீரும் நோய்: சன்னி, வளி நோய்கள், காக்கை வலி, தனுர்வலி, இடிவாதம், கரபாத சன்னி, வாய், கண்முகம் கோணல், பிரசவசன்னி.

பத்தியம்: புளி தள்ளி, இச்சா பத்தியம்.

IV

"சரபேந்திர வைத்திய முறை -வாதரோக சிகிச்சை" என்ற நூலில் கூறப்படும் முறைகள் வருமாறு:

1. சாறணையாதிக் கல்கம்

சாறணைக் கொழுந்து
வேளை
குப்பைமேனி
உத்தாமணி
ஆவாரைக் கொழுந்து

இவற்றை வகைக்கு ஒரு பிடி சேர்த்துக் குடிநீர் செய்து கொள்ளவும்.

கடுகு
மஞ்சள்
சுக்கு
ஓமம்
இந்துப்பு
கறுஞ்சீரகம்
வெள்ளைப்பூண்டு
வெந்தயம்

இவற்றில் வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து முன் சொன்ன குடிநீரிட்டு அரைத்துத் தினமும் தின்றுவர வேண்டும்.

தீரும் நோய்: குடல் வாதம்.

2. சித்திரமூல எண்ணெய்

சித்திரமூலம்
வெள்ளுள்ளி
கடுக்காய்

இவைகளை வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து இடித்துத் தூளாக்கித் துணியில் சலித்துக் கொண்டு அதில் வேப்பெண்ணெய் விட்டுப் பதமாக எரித்து வடிகட்டிக் கொள்ள வேண்டும்.

அளவு: 1 வராகனெடை தினம் 1 முறை உள்ளே சாப்பிட்டு, மேலுக்கும் பூசி வெந்நீரில் குளிக்கவும்.

நாள்: 40 நாள்.

பத்தியம்: புளி நீக்கவும்.

3. நொச்சிக்குழம்பு

முற்றின நொச்சியிலை ச்சாறு 3 படி எடுத்து ஒரு பானையில் விட்டு ஒரு ஆழாக்காக வற்றக் காய்ச்சி எடுத்துக் கொள்ளவும். இதுவே நொச்சிக் குழம்பு.

அளவு: கழஞ்சியெடை உள்ளுக்குச் சாப்பிட்டு, மேலுக்கும் தடவி வரவேண்டும்.

நாள்: 1 மண்டலம்.

தீரும் நோய்: எல்லாவித வளிநோய்களும் தீரும்.

4. பஞ்சார்க்கத் தைலம்

எருக்கின் இலை, வேர், பட்டை, பூ, காய் இவை 32 பலம் எடுத்து ஒரு பாண்டத்தில் போட்டு 4 மரக்கால் தண்ணீர் விட்டு நாலிலொன்றாகக் காய்ச்சி அதனுடன்

நல்லெண்ணெய் -2 படி, ஆட்டுப் பால் - 1 படி, விட்டு அதில்

கடுகு
தேவதாரம்
சிற்றரத்தை
அட்டுப்பு
வசம்பு
கொடிவேலி
இந்துப்பு
திரிகடுகு
கோஷ்டம்
சதுரக்கள்ளிப்பால்
ஆயில் பட்டை

இவை வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து இடித்துத் தூள் செய்து கலந்து எரித்து உள்ளுக்குச் சாப்பிட்டு, மேலுக்குப்பூசி, புளிப்பு, கசப்பு தள்ளி பத்தியமாக இருந்தால் வளிநோய்கள் தீரும்.

5. தேற்றான் தைலம்

தேற்றான் வேர்
உடும்பிறாஞ்சிவேர்
கள்ளிப்பால்
வசம்பு
மிளகு
நத்தைச்சூரியிலை
சாறணைவேர்
வெள்ளைப்பூண்டு
கறுஞ்சீரகம்

இவை வகைக்கு 2 கழஞ்சு எடுத்து நல்லெண்ணெய் ஒரு நாழியில் போட்டு எரித்து உள்ளுக்குக் கொடுத்து, உடம்பில் பூச வளிநோய்கள் தீரும்.

6. சீரகத்தைலம்

சீரகம்
கோஷ்டம்
கிராம்பு
கார்போகரிசி
கச்சோலம்
கடுகுரோகணி
வாலுளுவை
தக்கோலம்
இந்துப்பு
கற்கடகசிங்கி
அரத்தை
கடுக்காய்ப் பிஞ்சு

இவை வகைக்கு 1 கழஞ்சு எடுத்து அதில் எண்ணெய் 1/4 படி, ஆட்டுப்பால் 1/2 படி விட்டு எரித்து வடித்துக் காலையும் மாலையும் சாப்பிட்டு வர, வளிநோய்கள் தீரும்.

7. பூண்டு நெய்

வெள்ளைப்பூண்டு 100 பலத்தை மேல்தோல் போக்கி அரைத்து வைத்துக் கொண்டு

திரிகடுகு
சத்திச்சாரம்
பெருங்காயம்
திப்பிலி
ஏலம்
சீரகம்
யவச்சாரம்
ஓமம்

இவை வகைக்கு 3 பலம் எடுத்து அரைத்து நெய் 1 சேர், ஆமணக்கெண்ணெய் 1 சேர் விட்டு எரித்து நெய்ப் பாத்திரத்தில் 5 நாள் வைக்கவும். இதைச் சாப்பிட வாதம், வலிப்பு, குன்மம் தீரும்.

8. சேராங்கொட்டை நெய்

சேராங்கொட்டையைச் சாணிப்பாலில் சுத்தி செய்து பசுநெய் விட்டுப் பதமாக எரித்து இறுத்து வைத்துக்கொண்டு அரைக்காசெடை சாப்பிட்டு வர நாள்பட்ட வாதம் தீரும்.

9. குக்கில் மாத்திரை

ஆமணக்கெண்ணெய் 2 சேர் எடுத்து அதில்
கந்தகம் 6 பலம்
திரிபலா சூரணம் 1 சேர்
வெள்ளைக்குங்கிலியம் 1 சேர்
ஓமம்
பொன்முசுட்டை
மருள்கிழங்கு
குரோசாணி ஓமம்
வசம்பு
சீரகம்
சிற்றரத்தை
தேவதாரம்
புங்கம்பட்டை

விளாம்பழம்
வாய்விடங்கம்
இந்துப்பு
வெட்பாலை
காயம்
சிறுதேக்கு
அதிமதுரம்
யானைத் திப்பிலி
வாலுளுவை அரிசி
சதகுப்பை

இச் சரக்குகளை வகைக்கு 1/2 பலம் எடுத்துப் பொடி செய்து மற்ற சரக்குகளுடன் கலந்து வெல்லம் போட்டு உருண்டைகளாகச் செய்து இதனோடு நெய் கலந்து சாப்பிட, மேகவிரணங்கள் அனைத்து வகை வளிநோய்கள், மூக்கில் வரும் நோய்கள் யாவும் தீரும்.

10. வாதராட்சத சூரணம்

அரப்பொடி
கல்நார்
காந்தம்
கல்மதம்
முதியார்கூந்தல்
கந்தகம்
அன்னபேதி
கற்பூரம்
கற்பூர சிலாசத்து
சகஸ்ரபேதி

இவைகள் வகைக்கு 1 காசெடை எடுத்து

பாதரசம் 4 வராகனெடை
வெங்காரம் 4 வராகனெடை கூட்டி
கறுஞ்சீரகம்
ஓமம்

அரத்தை

திரிகடுகு

இவைகள் வகைக்கு 1 பலம்

வெடியுப்பு 10 பலம் எடுத்து, எல்லாச் சரக்குகளையும் சேர்த்துத் தூள் செய்து துணியில் சலித்துக் கொள்ளவும்.

நோயாளியின் வன்மைக்குத் தகுந்தபடி தக்க அளவில், தக்க அனுபானத்தில் வழங்க வளிநோய்கள் தீரும்.

11. குரு உருண்டை

சுத்தி செய்த கந்தகம், சுத்தி செய்த இரசம்-இரண்டும் சமஎடை எடுத்து ஆமணக்கெண்ணெய் விட்டு 6 நாள் வெயிலில் வைக்க வேண்டும். பிறகு அவ்வெண்ணையுடன் அரைத்து உருண்டையாக உருட்டி அதை ஒரு பட்டுத் துணியில் வைத்துப் பந்துபோல் சுருட்டி மேலே நூலைச் சுற்றி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

ஒரு மட்பாண்டத்தில் கொடிவேலி வேர்ப்பட்டைத்தூள், சங்குத்தூள் இரண்டையும் போட்டு அதில் பட்டுத்துணியால் சுற்றிய உருண்டையை வைத்து அதற்கு மேலும் மேற்கண்ட கொடிவேலி வேர்ப்பட்டைத் தூளையும் சங்குத்தூளையும் போட்டு மூடிச் சட்டியை, மேல் சட்டி கொண்டு மூடி 7 சீலை மண் செய்து, 200 வறட்டிகள் கொண்டு புடமிட்டு எடுக்கவும். 1/2 குன்றியளவு பனைவெல்லத்தில் வழங்க வளிநோய்கள் யாவும் தீரும்.

12. விட்ணுபராக்கிரம ரசகுளிகை

சுத்தி செய்த இரசம்

சுத்தி செய்த கந்தகம்

சுத்தி செய்த வெங்காரம்

சுத்தி செய்த நாபி

மிளகு

சத்திச்சாரம்

இந்துப்பு

இவைகளைச் சமனெடை எடுத்து ஊமத்தையின் சாற்றால் மத்தித்து ஒரு சிமிழில் அடைத்து, அதன்மேல் சீலைமண் செய்து குக்குடப் புடம் போட்டுப் பிறகு அதோடு பன்றியின் பிச்சு

மீன் பிச்சு-இவற்றைச் சேர்த்து அரைத்து மிளகளவு உருண்டை செய்து கொள்ளவும்.

அனுபானம்: தண்ணீர்.

அளவு: 1 உருண்டை, 2 வேளை.

தீரும் நோய்: முகவாதம், தனுர் வாதம், பக்கவாதம்.

13. எருக்கு எண்ணெய்

எருக்கம் வேர் 100 பலம்
நொச்சிவேர்
புரசின்வேர்
மாவிலிங்கம்வேர்
சிற்றாமணக்கு வேர்
கொன்றைப்பட்டைவேர்
சேவகன்வேர்
சாறணைவேர்
நொய்யில் வேர்
சிறுவழுதுணைவேர்
திராய்வேர்
ஊமத்தைவேர்
குறிஞ்சிவேர்

இவை வகைக்கு 30 பலம் எடுத்து 16 மரக்கால் நீர்விட்டு, 4 மரக்கால் நீராகக் காய்ச்சி

இலவங்கம்
சீரகம்
திப்பிலி
பெருங்காயம்
கறுஞ்சீரகம்
ஏலம்
மிளகு

வகைக்கு 3 பலம் தூள் செய்து போட்டு நல்லெண்ணெய் 1 நாழி விட்டு எரித்துப் பாக்களவு சாப்பிட, வளிநோய்கள் யாவும் தீரும்.

14. செவ்வியாதி சூரணம்

கொடிவேலி
ஓமம்
கொத்துமல்லி
சத்திச்சாரம்
வெங்காரம்
கடலுப்பு
இந்துப்பு
உவர்மண்உப்பு
வளையலுப்பு
அட்டுப்பு
ஆயில்பட்டை
திரிகடுகு
கோஷ்டம்
பேராமுட்டி
பெருங்காயம்
பொன்முசுட்டை
தாளிசப்பத்திரி
வாய்விடங்கம்
கடுக்காய்
எவச்சாரம்
அரத்தை
குரோசாணிஓமம்
திப்பிலிமூலம்
தசமூலம் (பாதிரி, வாகை, பெருங்குமிழ், வில்வம், முன்னை, சிறுவழுதுணை, நெருஞ்சில், சிறுமல்லி, பெருமல்லி, கண்டங்கத்தரி)
புங்கு
செவ்வியம்
வசம்பு
சீரகம்

கறுஞ்சீரகம்

இவைகளில் வகைக்கு அரைபலம் தூள் எடுத்து சலித்துக்கொண்டு, இந்த நிறையைப்போல் 4 மடங்கு எடையுள்ள தோல் உரித்த வெள்ளைப் பூண்டும் பசுவின் நெய்யும், தேனும் சேர்த்துத் தினமும், கழற்சிக் காயளவு 40 நாள் சாப்பிட்டுவர அனுத்தம்பவாயு அல்லது தாள்பூட்டுப் பிடிப்பு, மகோதரம், குன்மம், பக்கவாதம், தீராத பிடிப்பு நோய்கள், அண்டவாயு, சயநோய் முதலியன தீரும்.

15. ஆயில்பட்டை எண்ணெய்

ஆயில்பட்டை 40 பலத்தில் 3 குறுணி நீர் விட்டு அதை நாலில் ஒன்றாகக் காய்ச்சி நல்லெண்ணெய் 1 நாழி, பசுவின்பால் 8 1/2 நாழி விட்டு

மஞ்சள்
கல்நார்
பெருங்காயம்
நன்னாரி
வாய்விடங்கம்
சடாமாஞ்சில்
அமுக்கராவேர்
செங்கழுநீர்
கோஷ்டம்
வசம்பு
கடுக்காய்
தேவதாரம்

இவைகளை வகைக்கு 2 வராகன் எடை எடுத்துத் தூள் செய்து கலந்து எரித்து, எண்ணெய் பக்குவத்தில் எடுக்கவும்.

தக்க அளவில் உள்ளுக்குச் சாப்பிட்டுவர பாரிச வாதம், விடவாதம் தீரும்.

16. முசுமுசுக்கை வேர்ப் பால்

முசுமுசுக்கை வேரை எலுமிச்சங்காயளவு அரைத்து ஆட்டுப்பாலில் கரைத்து, அரிசிபோட்டுச் சாதமாய் சமைத்து அந்தப் பாலைச் சாதத்தில் விட்டுச் சாப்பிடவும். இவ்விதம் 3 நாள் சாப்பிட குடல்வாதம் தீரும்.

17. அமிர்த சஞ்சீவித் தைலம்

சுத்தித்த தாளகம், கந்தகம், இரசம், மனோசிலை இவற்றைச் சம எடை எடுத்து காடி நீர் விட்டு உலர்த்தி ஒரு துணியில் வைத்துச் சுருட்டித் திரியாகச் செய்து ஆமணக்கெண்ணெயில் தோய்த்துக் கொளுத்தி எரியவிடவும். எரியும் பொழுது அதிலிருந்து விழும் தைலத்தைத் சேகரிக்கவும். இதுவே அமிர்த சஞ்சீவித் தைலம் என்னும் சுடர்த்தைலமாகும்.

இத்தைலத்தில் 1/2 குன்றியளவில் உள்ளுக்குச் சாப்பிட்டு, வெளியிலும் தடவிவர வளிநோய்கள் நீங்கும்.

18. மகா வாதத்தைலம்

எருக்கன் சமூலம் இடித்த சாறு 2 படி, நல்லெண்ணெய் 1 நாழி இவற்றோடு

அமுக்கரா
நிலஉகாய்
நல்ல உகாய்
நொச்சி
மிளகரணை
கொடிவேலி
ஆதண்டை
முருங்கை
தகரம்
கஸ்தூரிமஞ்சள்
ஏலம்
கோஷ்டம்
இந்துப்பு
இலவங்கம்

இவைகள் வகைக்கு 2 கழஞ்சு வீதம் எடுத்து எல்லாவற்றையும் சேர்த்து நன்கு அரைத்துக் கலந்து அதில் 1 நாழி வெள்ளாட்டுப் பால் விட்டு, பின் அடுப்பேற்றி எரித்து வடித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

உள்ளுக்குச் சிறிதளவு கொடுத்து, மேலுக்கும் தடவி வரத் தீராத மகா வாதம் தீரும்.

19. ஆயில் புங்கனாதி தைலம்

ஆயில்பட்டை, புங்கம்பட்டை, சேவகன் பூண்டு, செம்முள்ளி இவைகள் வகைக்கு 96 பலம் எடுத்துப் பதக்குத் தண்ணீர் விட்டு, நாலில் ஒன்றாகக் காய்ச்சி இறுத்துக் கொண்டு அதில்

செம்முள்ளி
கொடிவேலிவேர்
நிலக்குமிழ்வேர்
பெருவாகைவேர்
அதிமதுரம்
கோஷ்டம்
விழலரிசி
இந்துப்பு
குங்கிலியம்
சதகுப்பை

இவைகள் வகைக்கு 1 கழஞ்சு வீதம் எடுத்து விழுதாக அரைத்துக் கொள்ளவும்.

எண்ணெய் 1 நாழி விட்டு அதில் மேற்சொன்ன விழுதினைக் கலந்து எரித்து, பதத்தில் வடித்து இறுத்துக் கொள்ளவும்.

உள்ளுக்குச் சாப்பிடவும் நசியம் செய்யவும் உதவும் இத் தைலத்தால் பேய்வாதம், அற்புத வாதம், திமிர் வாதம் முதலியன தீரும்.

20. குக்கிலாதி சூரணம்

திரிகடுகு	1/2 பலம்
திரிபலை	1/2 பலம்
சீரகம்	1/2 பலம்
பறங்கிப்பட்டை	2 பலம்

இவைகளை நன்கு இடித்துச் சூரணமாக்கி வைத்துக் கொள்ளவும்.

வெள்ளைக் குங்கிலியம் 5 பலத்தை எருக்கிலைக்குள் வைத்து, பத்து வறட்டியில் புடம் போட்டு எடுத்து வைத்துக் கொண்டு, பிறகு வேப்பம்பட்டைக் குடிநீரில் துலாயந்திரமாகக் கட்டி சுத்தி செய்து, அதன்பிறகு எருமை வெண்ணெயில் போட்டுக் காய்ச்சி வெள்ளைத் துணியில் தோய்த்துப் பிழிந்து முன்சொன்ன சூரணத்துடன் இதையும் சூரணித்துக் கலந்து சாப்பிட வாதப்பிடிப்பு, தெறிப்பு, குடைச்சல், கைகாலெரிவு முதலியன தீரும்.

21. எருக்கிலை குக்கில் களி

முற்றின எருக்கிலை ஒன்றை 3 பாகமாகச் செய்து ஒரு பாகத்தைச் சிறுக அரிந்து, அரை நாழி குருவை அரிசியோடு இடித்து, அந்த மாவின் மூன்றிலொரு பங்கு உளுந்துமாவும், 3 முட்டைகளின் வெள்ளைக் கருவையும் சேர்த்துக் கிண்டி, அதில் முதலில் கறுங்குங்கிலியப் பொடி தூவிக் கிண்டி, பிறகு மிளகுப் பொடியைப் போட்டு இறக்கிச் சாப்பிட்டு வர, முதல் நாள் சாதாரணமாக இருக்கும். மறுநாள் சாப்பிட இடுப்புவலி அதிகரிக்கும். மூன்றாம் நாள் நன்றாக வலி தீர்ந்து விடும்.

22. வில்வவேர்ப்பட்டை எண்ணெய்

வில்வவேர்ப்பட்டை	8 பலம்
சுக்கு	5 பலம்
சிற்றாமுட்டி வேர்	5 பலம்

இவைகளை இடித்துப் பதக்குத் தண்ணீர் விட்டு நாலில் ஒன்றாகக் காய்ச்சி வடித்து

நல்லெண்ணெய்	1 நாழி
பால்	1 நாழி-கலந்து அதனுடன்
வில்வவேர்ப்பட்டை	1பலம்
சிற்றாமுட்டி	1 பலம்
சுக்கு	1 பலம்

இவைகளை அரைத்துப்போட்டு 3 நாட்கள் எரித்து 4 -ஆம் நாள் ஒரு மண் கலசத்தில் வடித்துத் தினம் 2 கழஞ்சு வீதம் சாப்பிட்டு வரத் திமிர் வாதம் நீங்கும். புளிப்பு, கைப்பு தவிர்க்கவும்.

23. பிரப்பங்கிழங்குக் குடிநீர்

பிரப்பங்கிழங்கு
சுக்கு
அரத்தை
சங்கன்வேர்
புனலித்தண்டு
திப்பிலிமூலம்
பறங்கிப்பட்டை
செவ்வியம்

வகைக்கு 1 பலம் எடுத்துக் குடிநீர் செய்து சாப்பிடச் சூலை, திமிர் வாதம் தீரும்.

24. வளிமீறலுக்கு வெள்ளாட்டுப்பால்

2 நாழி வெள்ளாட்டுப் பாலைக் காய்ச்சி அதில் ஒரு படி முருங்கையிலையைப் போட்டு அதில் மேலும்

வெள்ளைப்பூண்டு	1 பிடி
வெந்தயம்	1 பிடி
கடுகு	1 பிடி

இவைகளை வெதுப்பிப் பொடி செய்து போட்டு ஊதி விட்டுக் குடிக்க வளி மீறலினால் உண்டாகும் ஓடி ஓடி வலிக்கும் ஓடிக்குத்துளைவு நீங்கும்.

25. நொச்சியிலைப் பிட்டு

ஒருபிடி வெள்ளை நொச்சியிலையைக் குறுக அரிந்துகொண்டு, ஒரு பாதி தேங்காயின் திருவலும், புழுங்கலரிசி மாவு 1 சிறங்கையளவும் சேர்த்துப் புட்டாக அவித்து, அவித்த சீலையோடு எடுத்துக் காலையும் மாலையும் ஒற்றடம் கொடுத்து, உள்ளுக்கும் 3 நாள் சாப்பிட முடக்குவாதம் தீரும், 6 நாட்கள் பத்தியமாக இருத்தல் வேண்டும்.

26. அவுரிவேராதி தைலம்

அவுரிவேர்
நல்வேளைவேர்
குப்பைமேனிவேர்
வசம்பு
வெள்ளுள்ளி

இவைகளைச் சம அளவில் எடுத்து, வேப்பெண்ணெய் 1/2 நாழியெடுத்து அதில் போட்டுப் பொன் நிறமாக எரித்து எடுக்க வேண்டும். 1 வராகனெடை உள்ளுக்குச் சாப்பிட்டு, உடலெங்கும் பூசிப் பிடித்து, அடப்பம்பட்டை சேர்த்து காய்ச்சிய நீராவியில் வேது பிடிக்க வேண்டும்.

இதனால் வளி சன்னியால் முடங்கிய வாதம் தீரும்.

27. வேப்பம்பட்டை குழித்தைலம்

வேப்பம்பட்டையைக் கொண்டுவந்து முறைப்படியாகக் குழித்தைலமிறக்கி வைத்துக் கொண்டு காலையும் மாலையும் ஒவ்வொரு கழஞ்சு வீதம் சாப்பிட எட்டே

நாளில் சூலைக் கட்டு, இசிவுவாதம் வாதக்கட்டு, பிரமியவாதம், கடுப்பு வாதம் முதலியன தீரும்.

பத்தியம்: உப்பு, புளிப்பு தள்ளவும். இளங்கீரை, மிளகு, வெந்நீரும் சாதமும் உட்கொள்ளலாம்.

28. ஆயில் புங்கன் எண்ணெய்

ஆயில்பட்டைத்தோல், புங்கன் தோல்-இவை வகைக்கு 12 பலம் எடுத்து இடித்து 6 மரக்கால் தண்ணீர் விட்டுக் குறுணியாகக் காய்ச்சிப் பால் 1 நாழி, நல்லெண்ணெய் 1 நாழி விட்டு அதனோடு

வசம்பு
கோஷ்டம்
அமுக்கரா
கடுக்காய்
அரத்தை
சிற்றாமுட்டி
தேவதாரம்

ஆகியன வகைக்கு 1 கழஞ்சளவு எடுத்து அரைத்துக் கரைத்து எரித்து வடித்து வேளைக்கு 1 கழஞ்சு உள்ளுக்குச் சாப்பிட்டு, உடம்பின் மேலும் பூச முடக்குவாதம் தீரும்.

பத்தியம்: புளி, புகையிலை, கைப்புப் பொருள் நீக்க வேண்டும்.

29. தழுதாழையாதி தைலம்

தழுதாழைச் சாறு
கள்ளிச்சாறு
பிரண்டைச் சாறு
நொச்சிச்சாறு
கோஷ்டம்
கோமூத்திரம்

இவை வகைக்கு 1 நாழி சேர்த்து, இதனுடன்

மஞ்சள்
சதகுப்பை

கொடிவேலி
செவ்வியம்
சாறனணவேர்
இந்துப்பு
சிறுகடுகு
வசம்பு
அமுக்கராவேர்
விலாமிச்சம் வேர்

இவை வகைக்கு 1 1/2 கழஞ்சு எடுத்து அரைத்து, கரைத்து எண்ணெய் 4 நாழி சேர்த்து எரித்து வடித்து, இரண்டு கழஞ்சு வீதம் அருந்தினால் முடக்குவாதம் தீரும்.

30. நொச்சி ஆமணக்குத் தைலம்

பெருங்காயம்	3 பணவெடை
வெள்ளைப்பூண்டு	3 "
கழற்சிப்பருப்பு	2 "
புங்கம் விதை	2 "
வசம்புத் தூறு	2 "
நாய்க்கடுகு	சிறிது
நல்ல கடுகு	சிறிது

இவைகளைச் சேர்த்து அரைத்து இதனுடன் அஞ்சிலை நொச்சிச்சாறு 1 நாழி, ஆமணக்கெண்ணெய் 1 நாழி விட்டுக் கரைத்துக் காய்ச்சிக் கடுகோடு தின்னக் கழல் வாதம் தீரும்.

31. திரிகடுகாதி அரைப்பு

திரிகடுகு
வெள்ளைப்பூண்டு
கழற்கொடிவேர்
வசம்பு
முருங்கைவேர்

இவற்றைச் சமநிலையெடுத்து அரைத்து, 1/2 நாழி வெந்நீரோடு சாப்பிட்டுப் பின்பு

வைக்கோல் சுட்ட சாம்பலுடன் நல்லெண்ணெயும் சேர்த்துச் சாப்பிட, 8 நாளில் கழல் வாதம் தீரும்.

32. குமிழம்வேர் அடை

குமிழம்வேர்
சாறணைவேர்
வெள்ளைப்பூண்டு
வசம்பு

இவை நான்கையும் சேர்த்தரைத்து அடைதட்டித் தின்னக் கழல்வாதம் தீரும்.

33. நீர்மேல் நெருப்பின் புட்டு

நீர்மேல் நெருப்பு
முட்டைப்பாசி

இவைகளை அரிசியுடன் இடித்துப் புட்டாக்கி 7 நாள், எலுமிச்சங்காயளவு தின்றாலும் கழல் வாதம் தீரும்.

34. கழற்சிப் பருப்பு

கழற்சிப்பருப்பை நஞ்சு நீக்கிக் கரண்டியில் போட்டு ஆமணகெண்ணெய் விட்டு வேகவைத்துத் தின்னக் கழல்வாதம் தீரும்.

35. உளுந்தங்களி

பசுவின்பால் 2 மரக்கால் எடுத்து அரைப்படியாகச் சுண்டக்காய்ச்சி, வெல்லம் 100 பலம் போட்டு அதனுடன் நல்லெண்ணெய் 2 நாழி, உழுந்துப்பொடி 1 நாழி, போட்டுக் கிண்டி தினமும் விளாங்காய் அளவு தின்று, மல்லாந்து படுக்கவும். அந்திப்பொழுதில வெந்நீரில் குளிக்கவும்.

இடுப்பில் ஏற்படும் கடுப்பு, பிடிப்பு முதலியன தீரும்.

36. வெந்தய இலேகியம்

வெந்தயம்
ஆளிவிதை
கரியபோளம்
திப்பிலிமூலம்

நறுக்குமூலம்

இவைகளை வகைக்கு 1 பலம் வீதம் எடுத்து நெய்யில் வறுத்து இடித்துச் சூரணித்துப் பழைய வெல்லம் சேர்த்து இலேகியமாகக் கிளறி, தினமும் இருவேளை கழற்சிக் காயளவு சாப்பிடவும். இடுப்புவலி தீரும். பத்தியம்: புளிப்பு, கைப்பு தவிர்க்கவும்.

37. வேப்பம்பட்டைக் குடிநீர்

முற்றின வேப்பம்பட்டை, அடப்பம்பட்டை-இவை வகைக்கு ஒவ்வொரு எடை (16 1/4 சேர்) நறுக்கி ஒரு பானையில் போட்டு 4 மரக்கால் தண்ணீர் விட்டுக் குறுணியளவாகக் காய்ச்சி வடித்து, குடிநீர்க் குழம்பாக வைத்துக் கொண்டு இருபொழுதும் ஒவ்வொரு ஆழாக்காகக் குடித்து உப்பு, புளிப்பு, கைப்பு நீக்கிப் பத்தியமாக இருக்கவும்.

38. பிசின் உருண்டை

கருவேலம்பிசின், விளாம்பிசின் இவைகள் வகைக்கு 1 1/2 சேர் எடுத்து வறுத்துக் கொண்டு கொப்பரைத் தேங்காய் 1 சேர் பழைய வெல்லம் 1 சேர் இவைகள் எல்லாவற்றையும் உரலில் போட்டு இடித்து உருண்டைகளாகச் செய்து நெய்யில் காலை, மாலை, இரவு மூன்று வேளைகளிலும் சாப்பிட்டு வர ஏழே நாட்களில் இடுப்பு வலி விலகும்.

39. மாவிலிங்கம் வேராதி கற்கம்

மாவிலிங்கம், கழற்சிக் கொடி இவற்றின் வடக்கே போகும் வேரும் இவற்றின் கொழுந்திலைகளையும் அரைத்துத் தண்ணீரில் கலந்து குடிக்கவும். வயிற்றுநோய், குடல்வாதம் தீரும்.

அரிசிநொய்யைப் பசுவின்பாலில் போட்டு அதனோடு முருங்கையிலை, உரித்த வெள்ளைப்பூண்டு இவைகளையும் சேர்த்து வேகவைத்துப் பகலில் சாப்பிடவும்.

40. முடக்கறுத்தானாதி சாறு

முடக்கறுத்தானிலை

பாவட்டையிலை

வேலிப்பருத்தியிலை

இவை வகைக்கு ஒவ்வொரு பிடி வீதம் சேர்த்து இடிக்கவும். ஒரு பானையில் நீர் விட்டு அதன் மேல் வேடு கட்டி, இடித்ததின் ஒரு பாதியை அதில் வைத்து அதன் மேல் ஒரு தேங்காயைத் திருவி வைத்து அதன் மேல் மீதமுள்ள இடித்த சரக்கினை வைத்து மூடி, அடுப்பை எரித்து வெந்த பிறகு எடுத்து ஆற்றிச் சாற்றைப் பிழிந்து கொண்டு, வெள்ளைப்பூண்டு 1/2 பலத்தை அரைத்துக் கலந்து அதில் கடுகு, வாலுளுவையரிசி-இவையிரண்டையும் பொரித்துப் பொடி செய்து போட்டு மூன்று நாள் குடித்து வரக் குடல் வாதம், வலி முதலியன தீரும்.

பத்தியம்: கைப்பு, புளிப்பு தவிர்த்துப் பசுவின்பாலும் பசுவின் நெய்யும் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

41. காட்டு முருங்கையிலையாதி பாகு

காட்டுமுருங்கையிலைத் தூள்
நொச்சியிலைத் தூள்
ஓமந்தூள்
உளுந்துமா

இவைகளை வகைக்கு 2 சேர். வெல்லத்தைப் பாகு செய்து அதில் இந்தத் தூள் வகைகளைப் போட்டுக் கிளறி எலுமிச்சங்காயளவு தின்று வரவும். தண்டு வாதம் தீரும்.

42. அறுகன் நீர்த்தாளி எண்ணெய்

அறுகன்சாறு 4 படி
நீர்த்தாளிச்சாறு 3 படி
எண்ணெய் 2 படி -கலந்து இதனுடன்
குன்றிமணிவேர்
நீர்த்தாளி வேர்
விலாமிச்சம் வேர்

இவைகள் வகைக்கு 1/2 பலம் வீதம் அரைத்துச் சேர்த்து எரித்து பதத்தில் வடித்து ஒரு மண்டலம் உள்ளேயும் சாப்பிட்டு முழங்கால் வீக்கத்திற்கும் பூசி வரச் சுரோணித வாதம் தீரும். அந்திக்கு ஆடாதோடை யிலை, பொற்கொன்றை வேர், சுக்கு இவைகளைக் குடிநீரிட்டுக் கொடுத்து வரவும்.

43. மிளகுப்பழ எண்ணெய்

ஒரு நாழி மிளகுப் பழத்தைப் பிசைந்து பதக்குத் தண்ணீர் விட்டு எரித்து ஒரு நாழியாக இறுத்துக் கொண்டு அதனுடன்

சடாமாஞ்சில்
மருதம்
அட்டில் (செஞ்சந்தனம்)
அமுக்கராவேர்
குளிவிந்த மஞ்சள்
குருந்தம்பிசின்
கச்சோலம்
சதகுப்பை
சந்தனம்
மஞ்சள்
அரத்தை
கோஷ்டம்
தேவதாரம்
முந்திரிப்பழம்
அகில்
நறும்பிசின்

இவைகள் வகைக்கு அரை வராகனெடை.

மாங்கிசபேதி 1/2 கழஞ்சு
நன்னாரிவேர் 3 பலம்

இவைகளெல்லாம் சேர்த்து அரைத்துக் கரைத்து 3 உழக்கு எண்ணெயும் 1 நாழிப் பாலும் சேர்த்து 3 நாள் எரித்துப் பதத்தில் வடித்து 3 காசெடை வீதம் சாப்பிட்டு வரச் சுரோணித வாதம் தீரும்.

44. பெருங்கால் வாத மருந்து

பெருங்கால் வாத நோயில் தினவும் எரிச்சலும் இருக்கும். ஆங்காங்கே வட்ட வட்டமாகத் தடிப்புகள் இருக்கும். இது நாட்பட்டால் அசாத்தியம். பெருங்கால் கறட்டுக்கு மேல் இரண்டு விரல்கடையளவு கீழ்நரம்பு தெரிந்தால் அட்டையை அதன் மேல் விட்டாவது அறுத்தாவது இரத்தத்தை வெளியேற்றவும். பிறகு மருந்து சாப்பிடவும்.

- ❖ ஆமணக்கெண்ணெயும் கோமூத்திரமும் சரியளவு சேர்த்துச் சாப்பிட்டு, கோமூத்திரத்தில் சாதம் சமைத்து 1 மண்டலம் சாப்பிட்டு வரவும்.
- ❖ சிவதைவேரும் கடுக்காயும் கோமூத்திரத்தில் சில நாட்களும் பாலில் சில நாட்களும் சாப்பிட குணமாகும்.
- ❖ வெள்ளைப்பூ பூக்கிற முட்காவேளை சமூலத்தைக் கோமூத்திரம் விட்டரைத்துக் காலின்மேல் 1 மண்டலம் பூசி வரவும்.

V

"அனுபோக வைத்திய நவநீதம்" என்னும் நூலில் கூறப்பட்டுள்ள வளிநோய் மருத்துவ முறைகள் வருமாறு:

1. *வச்சிர சிந்தாமணி உருண்டை*

நொச்சியிலை
புங்கனிலை
கழற்சியிலை
வெள்ளைப்பூண்டு - இவைகள் வகைக்கு 105 கிராம்.
எருக்கம்பூ
புங்கம் விதைப்பருப்புத்தூள்
கழற்சிப் பருப்புத்தூள்
இலுப்பைக்கட்டித்தூள் - இவை வகைக்கு 10 1/2 கிராம்.
பொரித்த பெருங்காயத்தூள்
வசம்புச்சாம்பல்
இந்துப்புத்தூள்
கறுஞ்சீரகத்தூள் - இவைகள் வகைக்கு 3 1/2 கிராம்.
உத்தாமணிச்சாறு - தேவையான அளவு

தூள் வகைகள் எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். மற்றவைகளைத் தனித்தனியே வெண்ணெய் போலரைத்து ஒன்றாகக் கலந்து தூளையும் சேர்த்து ஒரு மணிநேரம் அரைத்து ஒன்றாகக் கலந்தபின்பு மேற்படி உத்தாமணிச்சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து இரண்டு சாமம் அரைத்து வெண்ணெய் போலான பின்பு ஒரு வராகனெடையுள்ள மாத்திரைகளாகச் செய்து

நிழலில் உலர்த்திப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு:1 முதல் 3 மாத்திரை, காலை மாலை இரண்டு வேளையும் 7 நாள் சமயோசிதம் போல் உபயோகிக்கலாம்.

அனுபானம்: சர்க்கரை, வெல்லம், பாலேடு, வெண்ணெய், நெய்.

தீரும் நோய்: எல்லாவித அண்ட வாதம், அண்டவீக்கம், அண்ட இசிவு, முதலியன .

பத்தியம்: புளி, புகை, புணர்ச்சி நீக்கவும்.

2. அண்டவாயு உசிதம்

எருக்கம்பூ மொட்டு தேவையான அளவு- இதனைச் சட்டியிலிட்டுச் சிவக்க வறுத்துப் பழச்சாறு விட்டு வேகவைத்து, வெண்ணெய் போல வெந்தபின்பு எடுத்துக் கொஞ்சம் உப்பு சேர்த்தரைத்து 2 1/2 வராகன் எடையுள்ள உருண்டைகளாகச் செய்து வைத்துக் கொள்க.

அளவு : 1/2 முதல் 1 மாத்திரை காலையில் மட்டும்.

அனுபானம்: சர்க்கரை, வெண்ணெய், வாழைப் பழம்.

தீரும் நோய்: அண்டவாதம், விரை வாதம், அண்டக் கறுப்பு, அண்ட இசிவு முதலியன.

பத்தியம்: பால் கஞ்சி, பால் சோறு கொடுக்கவும். புளி, புகை நீக்கவும்.

3. விரை வாய்வு உசிதம்

வெள்ளைப்பூண்டை அரைத்து உரத்த துணியில் இட்டுப் பிழிந்த சாறு 1 1/2 பலம். பேராமணக்கெண்ணெய் 1 பலம். பொரித்த பெருங்காயப் பொடி 5 வராகனெடை.

இவற்றைச் சேர்த்துப் பருகச் செய்யவும். மேலேறின விதைகள் கீழிறங்கி விடும். இதற்கு விதைவாய்வு என்று பெயர். தேவையானால் மேலும் இரண்டொரு வேளை தரலாம்.

4. அண்டவாத ஒற்றடம்

கழற்சியிலை

முடக்கற்றானிலை

கழுதைவிட்டை

தேவையான அளவு எடுத்து இடித்து வறுத்துத் துணியில் வைத்து வீக்கத்தின் மீது ஒற்றடமிட்டு, அதன்மீது வைத்துக் கட்டவும். இவ்விதம் தினம் இரண்டு முறை செய்து வரின் அண்டவாதம், அண்ட வீக்கம் முதலியன தீரும்.

5. அண்டவாதக் கட்டு

பப்பாளி இலையை அரைத்து இரவில் வீக்கத்தின் மீது வைத்துக் கட்டி காலையில் அவிழ்த்து விடவும். இவ்விதம் மூன்றிரவு செய்யின் அண்டவாயு, அண்டவீக்கம், அது தொடர்பான நோவு, இசிவு, கடுப்பு ஆகியன தீரும்.

6. சகலவாயு ஒற்றடம்

சதுரக்கள்ளி - 1 சாண் துண்டு
ஆமணக்கு முத்து - 2 பிடி
கறியுப்பு - 2 பிடி
வெள்ளைப் பூண்டு இதழ் -1 சிரங்கை
முற்றின தேங்காய்த் துருவல் 1 மூடி

இவை எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகச் சேர்த்து நன்றாகச் சிதைத்து இரண்டு பாகமாக்கி, ஒரு பாகத்தை ஓட்டிலிட்டு வறுத்துத் துணியில் வைத்து நோவுள்ள இடத்தில் ஒற்றடமிடவும். இது ஆறிப் போகுமுன்னர் மறுபாகத்தை வறுத்துத் தயார் செய்து வைத்துக் கொள்ளவேண்டும். இவ்விதம் மாற்றி மாற்றி வறுத்து வறுத்து அரைமுதல் 1 மணி நேரம் சமயோசிதம் போல் ஒற்றடமிடவும். இவ்விதம் பல தடவைகள் செய்ய அண்ட வாத நோய்கள் நீங்கும். வயிறு முதலிய தேகத்தின் எந்தப் பகுதியில் காணும் வலி, வீக்கம் முதலியவற்றிலும் இதனை உபயோகிக்கலாம்.

7. வாயு மேற்பூச்சுத் தைலம்

வேப்பெண்ணெய்
முந்திரிக் கொட்டை எண்ணெய்
கொட்டாங்கச்சி எண்ணெய் - இவை வகைக்கு 10 பலம்
சூடன் 2 1/2 பலம்

முதலில் கூறப்பட்ட மூன்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து சூடனைப் பொடித்துப் போட்டு அடுப்பேற்றிச் சிறுதீயாக எரித்து இரண்டு மூன்று கொதிவந்தபின்பு இறக்கி

ஆற வைக்கவும். அடுப்பிலிருக்கும் போது கைவிடாமல் துழாவிக் கொண்டிருக்க வேண்டும். அதனைக் கல்கார்க்குள்ள புட்டியிலிட்டு காற்றுப் புகாமல் வைக்கவும்.

தீரும் நோய்: இதில் கொஞ்சம் எடுத்து நோயுள்ள இடத்தில் பூசிவர அண்டவாதம், அண்ட வீக்கம் முதலியன தீரும். உடலின் மற்ற பாகங்களில் காணும் வலிகளுக்கும் உபயோகிக்கலாம்.

8. அண்டவாத கோழிச்சூரணம்

i. பெருங்குறிஞ்சா வேர்ப்பட்டை 4 பலம்
சிறு குறிஞ்சா வேர்ப்பட்டை 4 பலம்
சிற்றாவாரை வேர்ப்பட்டை 2 பலம்
பெருமருந்து வேர் 1பலம்
தோலுரித்த வெள்ளைப் பூண்டிதழ் 2 பலம்
கடுகு 2 பலம்
மிளகு 2 பலம்
பெருங்காயம் 3 வராகன் எடை -(இதனைப் பொரித்துக் கொள்ளவும்)

ii. பருமனான கறுங்கோழி. இதனை அறுத்து, தலை, கால், உரோமம், வயிற்றில் உள்ள குடல் முதலியன நீக்கிச் சுத்தம் செய்து கொள்ளவும். நல்லெண்ணெய் தேவையான அளவு.

செய்முறை: i இல் உள்ளவைகளில் இடித்துச் சூரணம் செய்ய வேண்டியவற்றைச் சூரணித்தும், அரைக்க வேண்டியவைகளை அரைத்தும் ஒன்றாகக் கலந்து அம்மியில் வைத்து ஒரு மணி நேரம் அரைத்து நன்கு கலந்து, பின்பு சித்தப்படுத்தின கோழியின் வயிற்றில் வைத்துத் தைத்துக் கழுத்து, ஆசனம் முதலியவற்றையும் தைத்துச் சந்து இல்லாமல் சித்தப்படுத்திக் கொள்ளவும்.

ஒரு வாயகன்ற பானையில் 5 படி தண்ணீர் விட்டு அதில் 10 பலம் சிறுகுறிஞ்சா வேர், பெருங்குறிஞ்சா வேர், ஆவாரை வேர் ஆகிய மூன்று வகைகளையும் இரண்டொன்றாகச் சிதைத்து அதில்போட்டுப் பானை வாய்க்கு மூங்கில் குச்சியால் அல்லது வலையால் வேடு கட்டிச் சீலைமண் செய்து உலர்த்தி அடுப்பின் மீது வைத்து ஆரம்பத்தில் மெதுவாக எரித்துப் பிறகு மிதமாகப் பொரித்து 4 சாமம் சென்ற பின்பு ஆறவிடவும் . மறுநாள் காலையில் கவசத்தைப் பிரித்துக் கோழியை எடுத்து எலும்புகளை எல்லாம் உதறி நீக்கிவிட்டு மாமிசத்தையும் அதன் உள்ளிருக்கும் மருந்தையும் எடுத்துக் கல்லுரலில் போட்டு மைபோலிடித்துக் கொள்ளவும். ஒரு பாத்திரத்தில் நல்லெண்ணெய் விட்டு நன்றாகக் கொதித்த

பின்பு இடித்த மருந்தைச் சிறுகச் சிறுகப் போட்டுச் சிவக்க வறுத்து எடுத்து மறுபடியும் உரலில் இடித்துச் சூரணித்துப் பீங்கான் பாத்திரத்தில் வைத்துக் கொள்க. அல்லது இதனை அம்மியில் வைத்து மேற்கண்ட மூலிகைகளில் ஏதேனும் ஒன்றின் சாற்றை விட்டு அரைத்துச் சிறு வில்லைகளாகச் செய்தும் வைத்துக் கொள்ளலாம்.

அளவு: 1 முதல் 1/4 வராகனெடை, காலை மாலை 2 வேளை, 7 முதல் 11 நாட்கள் சாப்பிடவும்.

அனுபானம்: நெய், தேன், சர்க்கரை, குடிநீர் வகைகள், வெண்ணெய் முதலியன.

தீரும் நோய்: அண்டவாதம், விதை வாதம், வீக்கம், இடுப்பு வலி முதலியனவும் மேகம் தொடர்பான நோய்களும் நீங்கும்.

பத்தியம்: உப்பு நீக்கவும்.

9. விரைவாத இளகம்

கோழிமுட்டை மஞ்சள் கரு	10
கழற்சிப்பருப்புச் சூரணம்	2 1/2 பலம்
நல்லெண்ணெய்	2 பலம்
கோழியாவாரைச் சாறு	1 ஆழாக்கு

இவை எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு அடுப்பேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்துக் கைவிடாமல் துழாவிக் கொண்டேயிருந்து, இளக பதத்தில் இறக்கி ஆறின பின்பு 3 பாகமாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். ஒவ்வொரு பாகத்தையும் ஆறு பாகமாக்கி ஒரு நாளில் இரண்டு மணிக்கு ஒரு தடவை சாப்பிடவேண்டும். இவ்விதம் 3 நாள் சாப்பிடவும்.

அனுபானம்: சர்க்கரை, தேன், வெண்ணெய்.

தீரும் நோய்: அண்டவாதம், விதை மேலேறுதல் ஆகியன.

பத்தியம்: முதல் 3 நாள் உப்பில்லாமல் சாப்பிடவும். மறு மூன்று நாள் உப்பில் சங்கனிலையைப் போட்டு வறுத்து அந்த உப்பைச் சாதத்தில் சேர்த்துச் சாப்பிடவும்.

10. அண்டவாத எண்ணெய்

வேப்பெண்ணெய் 8 பலம்

வேப்பங் கொழுந்து அரைத்த விழுது 4 பலம்

தோலுரித்த பூண்டு இதழ் அரைத்த விழுது 4 பலம்

கழற்சிப் பருப்பு 1/2 பலம் (இதன் உள்முளையை நீக்கிப் பருப்பை வறுத்துத் தூள் செய்து கொள்ளவும்)

செய்முறை: முன் இரண்டு விழுதுகளையும் ஒன்றாகக் கலந்து அம்மியில் வைத்து கழற்சிப்பருப்புத் தூளையும் சேர்த்து வெண்ணெய் போல அரைத்து மேற்கண்டபடி எண்ணெயில் கலக்கி அடுப்பேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்துக் கடுகுதிரள் பதத்திலிறக்கி வடிகட்டிப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 முதல் 1 1/2 வராகனெடை, காலை மாலை 2 வேளை சாப்பிடவும். வீக்கங்களின் மேலும் பூசலாம்.

அனுபானம்: காப்பி, தேநீர், சுக்குக் குடிநீர்.

தீரும்நோய்: அண்டவாதம்.

பத்தியம்: தேவைப்படின் உப்பு, புளி நீக்கவும்.

11. அண்டவாத எண்ணெய் (வேறு முறை)

(i) சிற்றாமணக்கெண்ணெய் 8 பலம்
முடக்கறுத்தான் சமூலச் சாறு 1 ஆழாக்கு
கழற்சியிலைச் சாறு 1 ஆழாக்கு

(ii) தோலுரித்த வெள்ளைப்பூண்டிதழ் 10 வராகன் எடை
சுத்திசெய்த நேர்வாளப் பருப்பு 10 வராகன் எடை
சுத்தி செய்த ஆமணக்குப் பருப்பு 7 1/2 வராகன் எடை

(iii) இந்துப்புத் தூள் 5 வராகன் எடை
கழற்சிப் பருப்புத் தூள் 5 வராகன் எடை
மஞ்சள், கடுக்காய் தூள் 2 வராகன் எடை
மேற்தோல் சீவின சுக்குத் தூள் -2 வராகன் எடை
மிளகுத் தூள் 2 வராகன் எடை
வெள்ளைச் சாறணை வேர்ப்பட்டைத் தூள் 2 வராகன் எடை
சிவதை வேர்த்தூள் 2 வராகன் எடை
பொரித்த வெங்காரம் 2 வராகன் எடை

செய்முறை: ii லுள்ள பருப்பினங்களையும் பூண்டையும் தனித்தனியே

கல்வத்திலிட்டு அரைத்துப் பிறகு மூன்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து அரைத்து அதில் iii லுள்ள சூரணங்களை ஒன்றாகக் கலந்து சேர்த்து ஒருமணி நேரம் அரைத்து நன்றாகக் கலந்த பின்பு i லுள்ள இரண்டு சாறு வகைகளையும் ஒன்றாக் கலந்து கொஞ்சம் கொஞ்சம் தெளித்து வெண்ணெய் போலரைத்து மிகுந்த சாற்றையும் அரைத்த மருந்தையும் iலுள்ள எண்ணெயில் கலந்து நன்றாகச் சேர்த்து அடுப்பேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்துக் கடுகுதிரள் பதத்திலிறக்கி வடிகட்டிப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 முதல் 1 1/2 வராகனெடை காலையில் மாத்திரம்.

அனுபானம்: தேநீர், காப்பி, வெந்நீர்.

தீரும் நோய்: அண்ட வாதம்.

பத்தியம்: இச்சா பத்தியம். மோர் சாதம் உண்ணுவது நல்லது.

12. அண்ட எண்ணெய்

(i) பதினொரு கோழி முட்டைகளை வேகவைத்து அதன் மஞ்சள் கருவை எடுத்துப் பக்குவமாகக் கருக்கித் தைலம் எடுத்துக் கொள்க.

(ii) வேப்பெண்ணெய் 16 பலம்
திருகுக்கள்ளியை வாட்டிப்பிழிந்த சாறு 4 பலம்

(iii) கழற்சிப் பருப்புத் தூள் 2 பலம்
கறுஞ்சீரகத் தூள் 1 பலம்
வெள்ளைப்பூண்டு 1 பலம்
பால் சாம்பிராணித்தூள் 1/2 பலம்
மாவிலிங்க இலைச்சாறு 4 பலம்

(iii) லுள்ள சூரணங்களை ஒன்றாகக் கலந்து மாவிலிங்கச் சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து வெண்ணெய் போலரைத்து (ii) லுள்ள இரண்டு திரவங்களையும் ஒன்றாகக் கலந்து அதில் கரைத்து அடுப்பேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்துக் கடுகுதிரள் பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி, (i) லுள்ள அண்டத் தைலத்தை அதில் சேர்த்து நன்றாகக் கலந்து புட்டியில் பத்திரப் படுத்திக் கொள்ளவும்.

அளவு: 1 முதல் 1 1/2 வராகன் எடை, காலை மாலை 2 வேளை, 7 நாட்கள் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்: அண்டவாதம், சுவாசகாசம், எலிக்கடி.

பத்தியம்: உப்பு நீக்கவும். மறுபத்தியத்தில் 3 நாள் வறுத்த உப்பு சேர்க்கவும்.

13. அண்டவாத பேதி

கடுகுரோகணித் தூள் 4 வராகன்

சுத்திசெய்த நேர்வாளம் 4 வராகன்

முற்றல் தேங்காய் 1 (இதனைத் துருவிப் பால் பிழிந்து கொள்ளவும்).

செய்முறை: வாளத்தைக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து, கடுகுரோகணித் தூளைச் சேர்த்து மேற்படிப் பாலைக் கொஞ்சம் விட்டு வெண்ணெய் போல அரைத்து எஞ்சிய பாலில் கரைத்துக் காய்ச்சி, கடுகு திரள் பதத்திலிறக்கி வடிகட்டிப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1/4 முதல் 1/2 வராகனெடை, காலையில் மாத்திரம்.

அனுபானம்: நீராகாரம், இளநீர்.

தீரும் நோய்: அண்டவாதம், நன்கு பேதியாகும்.

14. கபால சூலைத் தைலம்

நல்லெண்ணெய் - 8 பலம்

கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை - 8 பலம்

செய்முறை: பட்டையைத் தண்ணீர் வார்த்து வெண்ணெய் போலரைத்து எண்ணெயில் கலக்கிக் காய்ச்சி மெழுகு பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்க.

தீரும் நோய்: நான்கு நாட்களுக்கு ஒரு தடவை இதனைத் தலைக்குத் தேய்த்துக் குளித்துவரக் கபால சூலை, தலை பாரம், தலை நோய் முதலியன தீரும்.

15. கபால சூலை பாளைத் தைலம்

நல்லெண்ணெய் - 10 பலம்

ஆடுதின்னாப்பாளைச் சாறு -10 பலம்

இவ்விரண்டையும் கலந்து காய்ச்சி மெழுகுபதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்: இதனை எட்டு நாளுக்கு 1 முறை தேய்த்துத் தலைமுழுக்கு செய்துவர கபால சூலை தீரும்.

16. கபால சூலை கலியாணத் தைலம்

நல்லெண்ணெய் - 10 பலம்

கலியாண முருக்கிலையில் பசுவின்பாலைவிட்டு இடித்துப் பிழிந்த சாறு 10 பலம்

மிளகு 1 பலம்

சீரகம் 1 பலம்

செய்முறை: பின்கண்ட இரண்டு சரக்குகளையும் அம்மியில் வைத்துப் பொடித்து மேற்படிச் சாற்றை விட்டு வெண்ணெய் போலரைத்து, மிகுந்த சாற்றில் கரைத்து எண்ணெயையும் கூடச் சேர்த்துக் காய்ச்சி மெழுகு பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்க.

தீரும் நோய்: நான்கு நாட்களுக்கு ஒருமுறை தலையில் தேய்த்து, தலை முழுக்கு செய்து வரக் கபால சூலை தீரும்.

17. கரிசாலைத் தைலம்

நல்லெணெய்	10 பலம்
கரிசாலைச் சாறு	10 பலம்
பசுவின்பால்	10 பலம்
அதிமதுரத்தூள்	1 1/2 பலம்

அதிமதுரத்தைப் பால் விட்டு வெண்ணெய் போல் அரைத்துப் பாலில் கரைத்து மற்ற இரண்டு திரவத்தையும் கலந்து காய்ச்சி மெழுகு பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்: 4 நாட்களுக்கு ஒரு முறை தலை முழுக்குச் செய்து வர கபால சூலை தீரும். நரைமயிர் கறுக்கும்.

18. நீலித் தைலம்

அவுரியிலைச் சாறு	8 பலம்
பச்சைமஞ்சள் சாறு	8 பலம்
நல்லெண்ணெய்	16 பலம்

இவைகளை ஒன்றாகக் கலந்து காய்ச்சி மெழுகு பதத்தில் இறக்கி வடித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்: இதனை 8 நாட்களுக்கு ஒருமுறை தேய்த்துத் தலைமுழுகிவர ஒற்றைத் தலைவலி, கபால சூலை, பீனிசம் தீரும்.

19. அவரைத் தைலம்

நல்லெண்ணெய் 8 பலம்

அவரையிலைச் சாறு 8 பலம்

இரண்டையும் கலந்து காய்ச்சி மெழுகு பதத்தில் வடிகட்டி வைத்துக் கொள்க.

தீரும் நோய்: 8 நாட்களுக்கு ஒருமுறை தலைமுழுக்குச் செய்துவரத் தலைவலி தீரும்.

20. பதங்கத் தைலம்

பளிங்கு சாம்பிராணிப் பதங்கம்	1 பலம்
நல்லெண்ணெய்	5 பலம்
ஊழலாத்தியிலையில் பசுவின்	
பாலைவிட்டு இடித்துப் பிழிந்த சாறு	15 பலம்
பச்சை மஞ்சள் சாறு	5 பலம்
வெற்றிலைச் சாறு	5 பலம்
நொச்சியிலைச் சாறு	5 பலம்
வயல் நண்டுக் கொழுப்பு	2 பலம்
கறுஞ்சீரகத்தூள்	1/2 பலம்
கஸ்தூரி மஞ்சள் தூள்	1/2 பலம்
தோலுரித்த வெள்ளைப் பூண்டிதழ்	1/2 பலம்

செய்முறை: சாறுகளை எல்லாம் ஒன்றாகக் கலந்து, மற்றச் சரக்குகளை அம்மியில் வைத்து மேற்படிச் சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து வெண்ணெய் போலரைத்து, மிகுந்த சாற்றில் கரைத்து எண்ணெயையும் அதில் சேர்த்துக் காய்ச்சி மெழுகு பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்க.

தீரும் நோய்: 3 நாட்களுக்கு ஒரு முறை தேய்த்துத் தலை முழுகி வர ஒரு தலைவலி, மண்டைக் குத்தல் ஆகியன தீரும்.

21. முகவாத மேற்பூச்சுத் தைலம்

நல்லெண்ணெய் 5 பலம்

தேங்காய்ப்பால்	10 பலம்
எருக்கம்பால்	5 பலம்
பூநாகம்	5 பலம்

செய்முறை: இவைகளை ஒன்றாகக் கலந்து காய்ச்சி மெழுகு பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்: இதனை மூக்கு, செவி, நெற்றி, கன்னம், கழுத்து ஆகிய இடங்களில் பூசித் தேய்க்கவும். இதனால் முகவாதம், முகங்கோணல், கழுத்திசிவு முதலியன தீரும்.

22. வெள்வங்கப் பற்பம்

தூய்மை செய்த வெள்வங்கம்	1 பங்கு
கறுவேலம்பட்டையை எரித்த சாம்பல்	4 பங்கு
புளியம்புறணி எரித்த சாம்பல்	4 பங்கு
மனோசிலை - தேவையான அளவு	
எலுமிச்சம்பழச் சாறு - தேவையான அளவு	

செய்முறை: வங்கத்தை இரும்புச் சட்டியில் வைத்து உருக்கி, இரண்டு சாம்பல்களையும் ஒன்றாகச் சேர்த்துச் சிறுகச்சிறுக வங்க முகத்தில் கொடுத்து இரும்புத் துடுப்பால் கிண்டி வரவேண்டும். ஒரு சாமத்திற்குள் மேற்கண்ட சாம்பல் எல்லாவற்றையும் கொடுத்து, கைவிடாமல் துழாவிக் கொண்டு இருந்தால் வங்கம் மடிந்து போகும். பின் அதற்குச் சம எடை மனோசிலை சேர்த்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து எலுமிச்சம்பழச் சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக விட்டு இரண்டு சாமம் நன்றாக அரைத்து வில்லை செய்து உலர்த்தி அகலிலிட்டு மூடி, 7 சீலை மண் செய்து கஜபுடம் இட்டு எடுக்க மிகத் தூய்மையான பற்பமாகி இருக்கும்.

அளவு: 2 முதல் 3 குன்றிமணி எடை.

தீரும் நோய்: வளிநோய்களுக்குக் கொடிவேலி வேர்ப்பட்டைத்தூள் 8 குன்றி எடை, திப்பிலித்தூள் 4 குன்றி எடை, தேன் 3 வராகன் எடை-இவை எல்லா வற்றையும் கலந்தரைத்து எடுத்து மேற்கண்ட பற்பத்தை அளவுப்படி சேர்த்துண்ண வேண்டும். இதனால் தனுர் வாயு முதலான பலவித வாயுக்கள் தீரும்.

23. வெள்வங்கப் பற்பம் (வேறு முறை)

புதுமண் பாத்திரத்தில் சுண்ணாம்பைப் பூசி உலர்த்த வேண்டும். இவ்விதம்

சுமார் 1 நூற்கனம் சுண்ணாம்பு ஏறினபின் அதில் தூய்மை செய்த வெள்வங்கத்தைப் போட்டு அடுப்பேற்றிப் பரவிய எரிப்பாக (காடாக்கினி) எரித்து வந்தால் வங்கமானது மடிந்து போகும்.

இவ்விதம் மடிந்த வங்கத்தைக் கல்வத்தில் இட்டுக் கொண்டைக் கடலைக் குடிநீரைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து, 4 சாமத்திற்குக் குறையாமல் அரைத்து வில்லை தட்டிக் காயவைத்து உலர்த்தி ஓட்டில் வைத்து மேலோடு மூடி 5 சீலை மண் செய்துலர்த்திக் கஜபுடமிட்டு எடுக்கச் சிறந்த பற்பமாகியிருக்கும். இதில் ஏதேனும் களங்கம் இருந்தால் மற்மொரு முறை அரைத்துக் கஜபுடமிட்டெடுக்கவும். சரியான முறையில் செய்தால் ஒரே முறையில் பற்பம் கிடைத்துவிடும்.

கொண்டைக் கடலைக் குடிநீர் செய்முறை: கொண்டைக் கடலை 1/4 படியை 1/2 படி நீரில் போட்டு ஒரு நாள் ஊற வைத்து மறுநாள் காய்ச்சி அரைப்படியாகச் சுண்ட வைத்து வடிகட்டித் திப்பி நீக்கி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அளவு: 2 முதல் 3 குன்றி எடை.

துணைமருந்தும் தீரும் நோய்களும்:

- இஞ்சி ரசம் 3 வராகன் எடை, தேன் 3 வராகன் எடை-இவ்விரண்டையும் கலந்து அதனுடன் பற்பத்தைச் சேர்த்துண்ணச் சூலை வாயு தீரும்.
- சோம்பைத் தண்ணீர் வார்த்து அரைத்துப் பிழிந்த சாறு 3 வராகன் எடை, தேன் 3 வராகன் எடை. இவ்விரண்டையும் கலந்து மேற்கண்ட பற்பத்தை அளவுப்படி சேர்த்துண்ண ஆனந்தவாயு தீரும்.
- ஓமத்தூள் 4 குன்றிமணி எடை, பெருங்காயத்தூள் 1 குன்றிமணி எடை, நெய் 3 வராகன் எடை- இவற்றைக் கலந்து மேற்படி பற்பத்தை அளவுப்படி உண்ண வளிசூலைநோய் தீரும். வயிற்றில் உள்ள கட்டியும் நலமாகும்.
- தண்ணீர் விட்டான் கிழங்குச்சாறு 3 வராகன் எடை, தேன் 3 வராகன் எடை- இவ்விரண்டையும் கலந்து, பற்பத்தை அளவுப்படி சேர்த்து உண்ணப் பிரமேகம் சம்பந்தமான கீல்வாயு, முடக்கு வாயு முதலியன தீரும்.
- பழையவெல்லம் 3 வராகன் எடை, நெய் 6 வராகனெடை கலந்து பற்பத்தை உண்ணப் பித்தச் சூலை தீரும்.
- தேன் 1 வராகனெடையில் பற்பத்தைக் கலந்து உண்ணக் கபச்சூலை தீரும்.

- ❖ வில்வவேர்ப்பட்டைச் சாறு, ஆமணக்கு வேர்ச்சாறு வகைக்கு 3 வராகனெடை, தேன் 6 வராகனெடை சேர்த்துப் பற்பத்தை உண்ணக் கபவாத நோய் நீங்கும்.
- ❖ அப்பளக்காரம் 4 குன்றி, தேன் 3 வராகனெடை சேர்த்துப் பற்பத்தை உண்ணப் பக்கவலி, தொடைவலி, மார்பு வலி முதலியன தீரும்.
- ❖ அப்பளக்காரம், பூநீறு வகைக்கு 2 குன்றிமணி எடை; பொரித்த பெருங்காயத்தூள் 1 குன்றிஎடை, பசுநெய் 1 வராகனெடை - இவற்றைக் கலந்து பற்பத்தை அருந்த இடுப்புப் பிடிப்பு, பக்கச் சூலை முதலியன தீரும்.
- ❖ ஏலரிசித்தூள், தாளிசப்பத்திரித்தூள் வகைக்கு 8 குன்றிமணி எடை, மருதம்பட்டைச் சாறு 2 வராகன் எடை, தேன் 4 வராகன் எடை. இவை எல்லாவற்றையும் கலந்து மேற்கண்ட பற்பத்தை அளவுப்படி உண்ண எல்லாவித சூலை நோய்களும் தீரும். எவ்வித சூலை நோய்க்கும் இதை மிஞ்சிய மருந்தில்லை என்று சொல்லலாம்.

நோய்களுக்குத் தகுந்தாற்போல உணவு முறையை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

24. வெள்வங்கச் செந்தூரம்

தூய்மை செய்த வெள்வங்கம் 1 பலம் (இதனை அரத்தால் ராவிக் கொள்ள வேண்டும் அல்லது தகடாகத்தட்டி சிறு துண்டுகளாகக் கத்தரித்துக் கொள்ள வேண்டும்). புளி இலைச்சாறு, ஆலங்கொழுந்துச் சாறு, விழுதியிலைச்சாறு, சித்தபலா இலைச் சாறு, பொன்முசுட்டை இலைச்சாறு, சிற்றரத்தை இலைச்சாறு. வகைக்கு 1 1/2 ஆழாக்கு.

செய்முறை: வங்கப்பொடியை ஒவ்வொரு சாறு கொண்டும் மேற்கண்ட அளவுப்படி தனியே விட்டு அரைத்து வில்லை தட்டிக் காய வைத்து மேலோடு மூடி 5 சீலை செய்து 60 வறட்டியில் புடமிட்டு எடுக்க வேண்டும். மொத்தம் ஆறு சாறுகளுடன் அரைத்து, ஆறுபுடமிட்டு எடுக்க முருக்கம்பூ போன்று செந்தூரம் ஆகும்.

அளவு: 1 முதல் 2 குன்றிமணி எடை.

தீரும் நோய்: மிளகு இரசத்தில் இச்செந்தூரத்தைக் கலந்துண்ண வளி நோய்கள் தீரும்.

25. கறுவங்கப் பற்பம்

தூய்மை செய்த கறுவங்கம் 2 பலம்

செம்முள்ளி இலைச்சாறு - தேவையான அளவு

செய்முறை: வங்கத்தை மண் சட்டியிலிட்டு உருக்கி மேற்படி இலைச்சாற்றைச் சிறுகச்சிறுக ஊற்றி இரும்புக் கரண்டியால் தேய்த்துவர வேண்டும். இவ்விதம் அடிக்கடி சாறு சுண்டச் சுண்ட சாற்றை ஊற்றிக் கரண்டியால் தேய்த்து வரவேண்டும். இவ்விதம் 4 சாமம் செய்தால் கசடில்லாத பற்பமாகி இருக்கும்.

இந்தப் பற்பத்தைக் கல்வத்திலிட்டு மேற்படிச் சாற்றைச் சிறுகச்சிறுக விட்டு இரண்டு சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டி உலர்த்தி ஓட்டில் இட்டு மேலோடு மூடி, 3 சீலைமண் செய்து உலர்த்திக் கவசத்தின் 5 பங்கெடை வறட்டியில் புடமிட்டு எடுக்கச் சுத்த வெண்ணிறப் பற்பமாகும்.

அளவு: 1 முதல் 2 குன்றி எடை.

தீரும் நோய்: தகுந்த துணை மருந்துகளுடன் வழங்க வளிநோய்கள், மேகம், பிரமியம், நீரெரிச்சல் தீரும்.

26. கறுவங்கப்பற்பம் (வேறு முறை)

கறுவங்கம்	1 பலம்
மனோசிலை	1 பலம்
எருக்கம்பால்	தேவையான அளவு

செய்முறை: வங்கத்தை ஒரு பைசா கனமுள்ளதாக அடித்துக் கொள்ள வேண்டும். மனோசிலையைக் கல்வத்தில் பொடித்து, எருக்கம்பாலைச் சிறுகச் சிறுக விட்டு ஒரு சாமம் அரைத்து வெண்ணெய்போலான பின் மேற்படி வங்கத் தகட்டிற்குக் கீழும் மேலும் பூசி வெயிலில் வைத்துலர்த்தி, ஓட்டில் வைத்து மேலோடு மூடி சீலைமண் செய்துலர்த்தி, கவசத்தின் 6 பங்கு எடை வறட்டியில் புடமிட்டு ஆறின பின் எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து எருக்கம்பாலைச் சிறுகச் சிறுக விட்டு இரு சாமம் அரைத்து வில்லை செய்து உலர்த்தி, ஓட்டிலிட்டு மேலோடு மூடி 5 சீலைமண் செய்து உலர்த்தி, கவசத்தின் 6 பங்கெடை வறட்டியில் புடமிட்டு ஆறினபின் எடுக்கக் கறுப்பு வண்ணப் பற்பமாகி இருக்கும். மேலும் மேலும் இவ்விதமே செய்யப் பற்பம் வெளுக்கும்.

அளவு: 1 முதல் 1/2 குன்றியளவு.

அனுபானம்: தேன், நெய்.

தீரும் நோய்: மேக நோய், வளி நோய்கள், பிடிப்பு ஆகியன தீரும்.

27. கறுவங்கச் சூதப்பற்பம்

தூய்மை செய்த கறுவங்கம்	2 பலம்
அடைவைத்த அண்ட வோடு	2 பலம்
தூய்மை செய்த இரசம்	1 பலம்
புளியிலைச் சாறு-தேவையான அளவு	

செய்முறை: வங்கத்தை உருக்கி இரசத்துடன் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். இதனைக் கல்வத்திலிட்டு, அண்ட வோட்டையும் சேர்த்தரைத்துக் கலந்து புளியிலைச் சாற்றைச் சிறுகச்சிறுக விட்டு இரண்டு சாமம் அரைத்து வில்லை செய்துலர்த்தி, அகலில் இட்டு மேலகல் மூடிச்சீலைமண் செய்துலர்த்திக் கொல்லுலையில் வைத்து ஓடு நன்றாய்ப் பழுத்துச் சிவக்கும்படியாக ஊதி எடுத்து ஆறவிட்டு எடுக்கப் பற்பமாகி இருக்கும்.

அளவு: 1முதல் 2 குன்றிமணி எடை.

தீரும் நோய்: தகுந்த துணை மருந்துகளில் மேகநோய்கள், அண்டவாயு, அண்டவீக்கம், பிரமேக நோய், குன்மம் ஆகியன தீரும்.

உணவு: நோய்க்குத் தகுந்தாற்போலவும் சமயோசிதம் போலவும் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

28. நாகப் பற்பம்

தூய்மை செய்த நாகம் - 2 பலம்

வேப்பிலைப் பழுப்பு - தேவையான அளவு

செய்முறை: இரும்புக் கரண்டியைச் சுத்தமாக விளக்கி அதில் நாகத்தை இட்டுக் கொல்லுலையில் வைத்து உருக்கி, மேற்படி வேப்பிலைப் பழுப்பைச் சிறுகச் சிறுகப் போட்டு இரும்புத் துடுப்பால வறுத்துவர, சோளப்பொரிபோல நாகமானது பொரிந்து பற்பமாகிவிடும்.

அளவு: 2முதல் 3 குன்றிமணி எடை.

தீரும் நோய்: தேன் 1 வராகன் எடையில் மேற்படி பற்பத்தை முதல்நாள் இரண்டு குன்றிமணி எடை சேர்த்து காலையில் மாத்திரம் ஒரு வேளை உட்கொள்ள வேண்டும். பின் அளவை உயர்த்திக் கொள்ளலாம். சூலைக் கட்டு, மேகவாய்வு, கை கால் பிடிப்பு முதலியன தீரும்.

பத்தியம்: புளி, புகை, புணர்ச்சி, மீன், கருவாடு ஆகியவற்றை நீக்க வேண்டும்.

29. நாகப் பற்பம் (வேறு முறை)

தூய்மை செய்த நாகம்	1 பலம்
துத்தி இலை	9 பலம்
நவாச்சாரம்	1 1/2 பலம்

செய்முறை: துத்தி இலையையும் நவாச்சாரத்தையும் தனித்தனியே 3 பங்காகச் செய்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். நாகத்தை வாயகன்ற பெருத்த இரும்புக் கரண்டியில் வைத்து உருக்கி மேற்படி துத்தி இலையின் ஒரு பாகத்துடன் நவாச்சாரத்தின் ஒரு பாகத்தைச் சேர்த்து இடித்துப் பிழிந்த சாற்றை மேற்படி உருக்கு முகத்தில் விட்டு இரும்புத் துடுப்பால் துளாவிவிட வேண்டும். விட்ட சாறானது சுண்டி விட்டால் முன்போல் துத்தி இலையின் மற்றொரு பாகத்தையும் நவாச்சாரத்தின் மற்றொரு பாகத்தையும் சேர்த்து இடித்துப் பிழிந்து சாற்றை முன்போலக் கரண்டியில் விட்டு வறுக்க வேண்டும். இந்தச் சாறும் சுண்டியவுடன் மூன்றாம் தடவையும் முன்போலவே செய்தால் நாகமானது சோளப் பொரிபோல் பொரிந்து கரண்டி நிறைந்து போகும்.

அளவு: 2 முதல் 3 குன்றிமணி எடை

தீரும் நோய்: பற்பத்தைச் சர்க்கரையில் உட்கொண்டு வர அண்டவாயு, அண்டவாதம் ஆகியன தீரும்.

பத்தியம்: இச்சாபத்தியம்.

30. வெள்ளி மெழுகு

தூய்மை செய்த வெள்ளி அரப்பொடி	2 வராகன் எடை
சூடன்	2 வராகன் எடை
தூய்மை செய்த அரிதாரம்	2 வராகன் எடை

தூய்மை செய்த பாடாணம்	2 வராகன் எடை
தூய்மை செய்த வெங்காரம்	2 வராகன் எடை
வங்கச் சுண்ணம்	
அல்லது வங்கப்பற்பம்	1 வராகனெடை
வெள்ளெருக்கம்பால் - தேவையான அளவு	

செய்முறை: வெள்ளிப் பொடியையும் வங்கச்சுண்ணத்தையும் தவிர மற்றவைகளைத் தனித்தனியே பொடித்துப் பிறகு எல்லாவற்றையும் கல்வத்திலிட்டு, வெள்ளெருக்கம் பாலைச் சிறுகச் சிறுக விட்டு 4 சாமம் அரைத்து உருண்டையாகத் திரட்டி வெயிலில் வைத்து உலர்த்தி ஒரு துண்டுத் துணியில் வடிகட்டி ஒரு கலயத்தில் முக்கால்வாசித் திருகுக்கள்ளிப் பாலை விட்டு அதில் மேற்படி முடிச்சை துலாயந்திரமாகத் தொங்கவிடவேண்டும். முடிச்சானது கலயத்தின் கீழ் படாமல் சுமார் 4" உயரமாகத் தொங்கவிடவேண்டும். கலயமானது சுமார் 5 அல்லது 6 ஆழாக்குக் கொள்ளத்தக்கதாகவும் இருக்க வேண்டும். பால் எல்லாம் சுண்டிப் போகிறவரையில் காய்ச்சி ஆறவிட்டு எடுக்க மெழுகாகி இருக்கும்.

அளவு: 1 முதல் 1 1/2 குன்றிமணி எடை.

தீரும் நோய்: தகுந்த துணைமருந்துகளில் வழங்க வளிநோய்கள், சயம், காசம், இருமல், சுரம் முதலியன தீரும்.

31 வெள்ளிச் செந்தூரம்

தூய்மை செய்த வெள்ளி	
அரப்பொடி	1 பலம்
பாதிரிப்பட்டைச்சாறு	1 படி
தண்ணீர் விட்டான்	
கிழங்குச் சாறு	1 படி
சித்திரமூல வேர்ப்பட்டைச்	
சாறு	1 படி

செய்முறை: வெள்ளிப் பொடியைக் கல்வத்தில் இட்டு, பாதிரிப்பட்டைச்சாறு சிறுகச் சிறுக விட்டு அரைக்க வேண்டும். இதனைக் கைவிடாமல் அரைக்க வேண்டும் என்று அவசியமில்லை. சாறு கிடைத்த வரையில் கணக்கு வைத்து முடிவாக மேற்கண்ட கணக்களவு அரைப்பில் சாற்றை செலுத்திவிடவேண்டும்.

இவ்விதம் அரைப்பில் 1/2 படிச் சாறு சென்றபின் வில்லை தட்டிக் காயவைத்து ஓட்டிலிட்டு மேலோடு மூடி 5 சீலைமண் செய்து உலர்த்திக் கவசத்தின் பத்து பங்கு எடை வறட்டியில் புடமிட்டு ஆறினபின் எடுத்துக் கொள்ளவும்.

பின்பு இதனைக் கல்வத்திலிட்டுத் தண்ணீர்விட்டான் கிழங்குச்சாறு சிறுகச்சிறுக விட்டு அரைத்து முன்போலவே புடமிடவேண்டும்.

முடிவாக கொடிவேலி வேர்ப்பட்டைச் சாற்றிலும் மேற்கண்டவாறே புடமிட்டு எடுக்க வெளிறின நிறமுள்ள செந்தூரமாகி இருக்கும்.

அளவு: 1 முதல் 2 குன்றிமணி எடை.

தீரும் நோய்: வாதப்பிடிப்பு, பித்தப்பிடிப்பு, ஐயப்பிடிப்பு, நரம்புப்பிடிப்பு முதலியவற்றிற்குத் தேனிலும், சூலை நோய்களுக்கு மோரிலும் வழங்கலாம்.

பத்தியம்: புளிப்பான காய்கறிகள், உடல் வன்மையைக் குறைக்கும் செய்கை, பெண்சேர்க்கை ஆகாது.

32. தங்கப்பற்பம்

தூய்மை செய்த மனோசிலை	3 வராகனெடை
ஈயச் செந்தூரம்	3 வராகனெடை

இவ்விரண்டையும் சேர்த்துக் கல்வத்தில் இட்டுப் பொடித்து அஞ்சனம்போல் நுண்மையான பின்பு ஒரு பீங்கான் பாத்திரத்தில் போட்டு வெள்ளெருக்கம்பால் அல்லது நாட்டெருக்கம்பாலை விட வேண்டும். மேற்படி சரக்கு அமிழும் அளவுக்குப் பால் கொஞ்சம் அதிகமாக இருக்க வேண்டும். அந்தப் பாத்திரத்தை வெயிலில் வைத்து இரண்டு மூன்று தடவைகள் யானைத் தந்தக் குச்சியால் அல்லது மூங்கில் குச்சியால் கிளறிக் கொடுத்து வரவேண்டும். அது நன்றாக உலர்ந்த பின்பு அதனைக் கல்வத்திலிட்டுத் தூள் செய்து மறுபடியும் பீங்கான் பாத்திரத்தில் போட்டு முன்போலவே பாலை விட்டு உலர்த்த வேண்டும்.

இவ்விதம் 7 தடவைகள் மடக்கி மடக்கிப் பாலை விட்டு உலர்த்திப் பொடித்துக் கொள்ள வேண்டும். மீண்டும் எருக்கம்பாலை அதிகமாக விட்டுப் புது ஓட்டில் வைத்து, சிறு தீயாலெரித்துப் பால் சுண்டினபின் பக்குவமாக வறுத்து எடுத்துப் பொடித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதற்குச் சிலை வங்க யோகம் என்று பெயர்.

ஒரு பங்கு தங்கத்தைக் குகையில் உருக்கி, 3 பங்கு மேற்படி சிலை வங்க யோகப் பொடியைச் சிறுகச்சிறுகக் கலந்துவரவேண்டும். இவ்விதம் பொடியைக்

கலந்தால் தங்கமானது பற்பமாகிவிடும்.

அளவு: 1 முதல் 2 அரிசி எடை

துணைமருந்தும் தீரும் நோய்களும்: தும்பைப்பூச்சாறு, விட்ணுகிரந்திச் சாறு இவ்விரண்டும் வகைக்கு 1 1/2 வராகன் எடை, தேன் 3 வராகன் எடை இவற்றைச் சேர்த்து மேற்கண்ட பற்பத்தை அளவுப்படி கலந்துண்ண இடுப்புவலி, நாலாம் முறை காய்ச்சல் முதலியன தீரும்.

சூரியகாந்தி இலைச்சாறு 1 1/2 வராகன் எடை, தேன் 2 வராகன் எடை சேர்த்து மேற்படி பற்பத்தை வழங்க ஒரு தலைநோய், சூரியாவர்த்தம் முதலியன நீங்கும்.

பாகப்படுத்தின மைசாட்சி அல்லது குக்கில் 1/4 வராகனெடை, பசுநெய் 3 வராகனெடை. இவ்விரண்டையும் சேர்த்து மேற்கண்ட பற்பத்தை அளவுப்படி சேர்த்து உண்டுவர அனைத்து வகை வளிநோய்களும் தீரும்.

மைசாட்சி பக்குவம் செய்யும் விதம்: தசமூலம் அதாவது வில்வம், பெருங்குமிழ், யானை நெருஞ்சில், முன்னை, சிறுமல்லிகை, பெருமல்லிகை, சிறுவழுதுணை, கத்தரி, பாதிரி, பெருவாகை ஆகியவற்றின் வேர் வகைக்கு 1 1/2 பலம் எடுத்துச் சிதைத்து 3 ஆழாக்கு நீரில் போட்டுக் காய்ச்சி 1 1/2 ஆழக்காகச் சுண்டக் காய்ச்சி இறக்கி இளஞ் சூட்டுடன் பிசைந்து திப்பி நீக்கி வடிகட்டிய குடிநீரில் சுத்தமான 1 பலம் மைசாட்சி போட்டுக் காய்ச்ச வேண்டும். மைசாட்சி கரைந்தவுடன் கீழிறக்கிச் சற்று நேரம் தாமதித்து மேலாக அதன் தெளிவை இறுத்து நீக்கி விட்டுக் காய்ச்சிக் குழம்பு பதமானவுடன் 1/4 முதல் 1/2 வராகன் எடையுள்ள மாத்திரைகளாகச் செய்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதுவே மைசாட்சி பக்குவமாகும்.

இப்பக்குவம் தங்கப் பற்பத்திற்கு அனுபானமாக உபயோகமாவதுடன் தனியாகவும் பல நோய்களுக்கு வழங்கப்படும். இம் மருந்து மேகரணம், மேகக் கைகால் பிடிப்பு, கட்டிகள், சூலைநோய்கள், கை, கால், கீல் முடக்கு முதலியனவற்றில் பெரிதும் பயன்படும். நோய்கள் பலமாயின் உப்பு, புளி, புணர்ச்சி, புகை நீக்க வேண்டும்

இம்மருந்திற்குப் பச்சைத் தண்ணீர் மாத்திரை என்ற பெயரும் உண்டு. தேவையான போது நீர் விட்டரைத்துக் கொள்வதே காரணமாகும்.

33. தங்கச் செந்தூரம்

தூய்மை செய்த தங்க

அரப்பொடி	3 வராகன்
தகரை இலைச் சாறு	1/2 ஆழாக்கு எடை
கடுக்காய் இலைச் சாறு	1/2 ஆழாக்கு எடை
யானைக்காஞ்சொறியிலைச் சாறு	1/2 ஆழாக்கு எடை
பசலை இலைச் சாறு	1/2 ஆழாக்கு எடை

செய்முறை: மேற்படி தங்க அரப்பொடியைக் கல்வத்தில் இட்டுத் தகரையிலைச் சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக விட்டரைக்கவேண்டும். இதனைத் தொடர்ச்சியாகக் கைவிடாமல் அரைக்கவேண்டும் என்றில்லை. சாறு கிடைத்த போதெல்லாம் சிறுகச் சிறுகச் சேர்த்து அரைக்கலாம். எவ்விதமேனும் மேற்கூறிய அளவில் சாற்றை அரைப்பில் சேர்த்துவிட வேண்டும். அரைத்து முடிந்த பின் வில்லை செய்து உலர்த்தி ஓட்டிலிட்டு மூடி 5 சீலைமண் செய்து உலாத்திக் கவசத்தின் 10 பங்கு எடை வறட்டியில் புடமிட்டு ஆறினபின் எடுத்துக் கொள்ளவும். மேற்படி செந்தூரத்தைக் கல்வத்திலிட்டுக் கடுக்காய் இலைச் சாற்றைக் கொண்டு அரைத்துப் புடமிட வேண்டும். பின் அதை யானைக்காஞ்சொறி சாறு விட்டும் மேற்கண்டவாறே அரைத்துப் புடமிட்டு எடுக்க வேண்டும். கடைசியாக பசலையிலைச்சாறு கொண்டும் அரைத்துப் புடமிட்டெடுக்க முழுமையான செந்தூரமாகும்.

அளவு: 1/2 முதல் 1 குன்றிமணி எடை.

துணைமருந்தும் தீரும் நோய்களும்: பசுவின் வெண்ணெய் 1 வராகன் எடையில் செதூரத்தை அளவுப் படி கலந்துண்ணத் தனுர்வாயு, சூதக வாயு, நேத்திர வாயு, மூர்ச்சை வாயு, உருத்திர வாயு, முதலான வளி நோய்கள் நீங்கும்.

தேன் 1 வராகனெடையில் கலந்துண்ண நடுக்குவாதம், நடுக்கல் சுரம் முதலியன தீரும்.

34. தங்கச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

தூய்மை செய்த தங்க அரப்பொடி	1 வராகன் எடை
தூய்மை செய்த இரசம்	1 வராகன் எடை
தூய்மை செய்த நெல்லிக்காய் கந்தகம்	1 வராகன் எடை

தூய்மை செய்த சிறுகண் நாகம் 1 வராகன் எடை

கறுப்பு வெற்றிலைச் சாறு தேவையான அளவு

உத்தாமணி இலைச்சாறு தேவையான அளவு

செய்முறை: நாகத்தையும் இரசத்தையும் கலக்கும்படி அரைத்துக்கொள்ள வேண்டும். அத்துடன் மற்ற சரக்குகளையும் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து மேற்படி கறுப்பு வெற்றிலைச் சாறு சிறுகச் சிறுக விட்டு 3 சாமம் அரைத்து ஒரே வில்லையாகச் செய்து வெயிலில் உலரவைக்கவேண்டும். நன்றாக உலர்ந்த பின் ஓட்டில் இட்டு மேலோடு மூடி 3 சீலைமண் செய்து 5 பலம் வறட்டியில் புடமிடவேண்டும். ஆறினபின் எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டு மேற்படி கறுப்பு வெற்றிலைச் சாறு கொண்டு 3 சாமம் அரைத்து முன் போலப் புடமிடவேண்டும். அதே போல் மற்றுமொரு முறையும் கறுப்பு வெற்றிலைச் சாறு கொண்டு 3 சாமம் அரைத்துப் புடமிடவேண்டும்.

மேற்கண்ட முறையிலேயே உத்தாமணி இலைச் சாறு கொண்டு 3 முறை அரைத்துப் புடமிட்டெடுக்க வேண்டும். அதன் பின் எடுத்துப்பார்க்கச் செந்தூரம் சிவந்த நிறத்தில் கிடைக்கும். செந்தூரம் சரியாகச் சிவக்காமலிருந்தால் மற்றுமொரு முறை உத்தாமணிச் சாறு கொண்டு அரைத்துப் புடமிட்டு எடுக்கச் சிவந்த நிறத்தில் செந்தூரம் கிடைக்கும்.

புடத்திற்குப் புடம் மருந்தை நிறுத்துக் கொண்டு வர வேண்டும். உள்ள எடையில் குறைந்தால் குறைந்த எடைக்குக் கெந்தியைச் சேர்த்துவர வேண்டும்.

அளவு: 1 முதல் 2 குன்றிமணி எடை.

தீரும் நோயும் துணை மருந்தும்: மேல் தோல் சீவின சுக்குத்தூள் 8 குன்றிமணி எடை, தேன் 2 வராகன் எடை. இவ்விரண்டையும் கலந்து மேற்கண்ட செந்தூரத்தை அளவுப்படி சேர்த்துண்ண வளி தொடர்பான நோய்கள், மேகவாயு, கைகால்பிடிப்பு முதலியன தீரும்.

35. பொன்னிமிளைப் பற்பம்

தூய்மை செய்த பொன்னிமிளை 1 பலம்

நெல்லிக்காய் கந்தகம் 1/4 பலம்

விளக்கெண்ணெய் அல்லது நல்லெண்ணெய் தேவையான அளவு

செய்முறை: முன்னிரண்டு சரக்குகளையும் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து

விளக்கெண்ணெய் சிறுகச்சிறுக விட்டு இரண்டு சாமம் அரைத்து வில்லை செய்து ஓட்டிலிட்டு, மேலோடு கொண்டு மூடி 7 சீலை மண் செய்துலர்த்தவும். ஒரு சதுரகஜம் குழி தோண்டி, அதில் அரைபாகம் வறட்டியை அடுக்கி அதன் மேல் முன் தயார் செய்த கவசத்தை வைத்து அதன் மேலும் 4 படி உமியைக் கொட்டி. அதன் மேல் மீதி அரைக்கஜம் அளவு வறட்டியை அடுக்கி நெருப்பிட்டுப் புடமிடவேண்டும். நன்றாகக் குளிர ஆறின பின் எடுக்க நல்ல பற்பமாகி இருக்கும். விளக்கெண்ணெய்க்குப் பதில் நல்லெண்ணெய் விட்டும் இம் மருந்தைச் செய்யலாம்.

அளவு: 1/2 முதல் 1 குன்றிமணி எடை.

துணைமருந்தும் தீரும் நோய்களும். மஞ்சள் கடுக்காய்த் தோல் தூள், நெல்லிமுள்ளி வற்றல் தூள் இவை வகைக்கு 1 குன்றி மணி எடை, தேன் 2 வராகனெடை. இவற்றைக் கலந்து மேற்படி பற்பம் அளவுப்படி சேர்த்துண்ண, சிரசு நோய்கள் யாவும் தீரும்.

36. பொன்னிமிளைப் பற்பம் (வேறு முறை)

தூய்மை செய்த பொன்னிமிளை 1 பலம்

வெள்ளாட்டு மூத்திரம் 1/4 படி

செய்முறை: சரக்கைக் கல்வத்திலிட்டு மைபோலப் பொடித்து மேற்படி நீரைச் சிறுகச் சிறுக விட்டு அரைக்க வேண்டும். நீரெல்லாம் சென்ற பின்பு அகலில் இட்டு மேல்கல் மூடி 7 சீலைமண் செய்து முன் பாகத்தில் சொன்னபடி புடமிடவேண்டும். குளிர ஆறினபின் எடுக்கச் செஞ்சாயலான பற்பமாயிருக்கும்.

அளவு: 1 முதல் 2 குன்றிமணி எடை.

துணைமருந்தும் தீரும் நோய்களும்:

- வெண்ணொச்சியிலைத்தூள் 4 குன்றி எடை, நெய் 3 வராகனெடை, தேன் 3 வராகனெடை. இவை எல்லாவற்றையும் கலந்து மேற்கண்ட பற்பத்தை அளவுப்படி சேர்த்துண்ண மார்புவலி, பக்கச்சூலை, இடுப்புவலி, கீல்வாயு நோய்கள் யாவும் தீரும்.
- தூய்மை செய்த மைசாட்சித் தூள் 1/4 வராகனெடை, மேல் தோல் சீவின சுக்குத்தூள் 1/4 வராகனெடை. இவற்றைக் கலந்து மேற்கண்ட பற்பத்தைக் கலந்துண்ண கைகால் பிடிப்பு, இடுப்பு வாதம், நடுக்கு வாதம் ஆகியன தீரும்.

❖ இஞ்சிச்சாறு 1/2 வராகன் எடை, வறுத்துத் தூள் செய்த பெருங்காயத்தூள் 1 குன்றி மணி எடை, தேன் 1 1/2 வராகன் எடை. இவற்றைக் கலந்து மேற்கண்ட பற்பத்தைக் கலந்துண்ணக் கைகால் பிடிப்பு, இடுப்பு வாதம், நடுக்குவாதம் ஆகியன தீரும்.

37. பொன்னிமிளைச் செந்தூரம்

தூய்மை செய்த பொன்னிமிளை	1 பலம்
பூவரசம் பழுப்பை அரைத்த விழுது	10 பலம்

செய்முறை: பொன்னிமிளைக் கட்டியை மேற்படி பழுப்பு விழுதுக்குள் நடுவில் செலுத்தி உருண்டையாகச் செய்து அதன் மேல் மூன்று சீலைமண் செய்து, கவச எடைக்கு 200 பங்கு வறட்டியில் புடமிட்டு ஆறினபின் எடுக்கக் கட்டியாகவே செந்தூரமாகியிருக்கும். அதனைப் பொடித்து வைத்துக் கொண்டு உபயோகிக் கலாம்.

செந்தூரத்தில் மினுமினுப்பு இருந்தால் மேற்படி பழுப்பை இடித்துப் பிழிந்த சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக விட்டு 1 சாமம் அரைத்து வில்லை செய்துலர்த்தி ஓட்டில் வைத்து மேலோடு மூடி 3 சீலைமண் செய்து உலர்த்திக் கவசத்தின் 7 பங்கு எடை வறட்டியில் புடமிட்டு எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இவ்விதம் செய்ய, செந்தூரம் சிவந்தும் சில சமயம் கறுத்தும் தோன்றும். இவ்வகையாக இருந்தாலும் இதனையே பயன்படுத்தலாம்.

அளவு: 2 முதல் 3 குன்றி எடை.

துணைமருந்தும் தீரும் நோயும்: மேல் தோல் நீக்கி இடித்த சுக்குத்தூள் 10 குன்றிமணி எடை, தேன் 1 1/2 வராகனெடை -இவ்விரண்டும் கலந்து மேற்கண்ட செந்தூரத்தை அளவுப்படி உண்ண வளிநோய்கள் யாவும் தீரும்.

38. இலிங்கக்கட்டு

இலிங்கக்கட்டி	1 பலம்
எலுமிச்சம்பழச்சாறு	1 ஆழாக்கு
தாளகம்	1 பலம்
முட்டை வெண்கரு	தேவையான அளவு

செய்முறை: இலிங்கத்தை அப்பிரகத் தகட்டின்மீது வைத்து எலுமிச்சம்பழச்சாறு கூட்டிச் சுருக்கிடவேண்டும். சுருக்கிட்ட பின் சட்டியின் மீதுள்ள அழுக்குகளை நீக்கி வைத்துக் கொள்க.

தாளகத்தைப் பொடித்து அதனுடன் முட்டை வெண்கரு சேர்த்து வெண்ணெய் போலரைத்தபின்பு முன் தயார் செய்து வைத்த இலிங்கக் கட்டிக்கு நாலாப்பக்கங்களிலும் சமமாக இருக்கும்படி சிறுகப்பூசி வெயிலில் உலர்த்திச் செம்மையாக உலர்த்திக் கொள்ள வேண்டும்.

நன்றாக வெந்த இரண்டு திடமான செங்கற்களைத் தேய்த்து மட்டமாக்கி இரண்டும் பொருந்தும்படியான குழிசெய்து கவசத்தை வைத்துப் பொருத்தி 5 சீலைமண் செய்து உலர்த்தி, நூறு பலம் வறட்டியில் புடமிட்டு ஆறியபின் எடுக்க இலிங்கமானது கட்டுப்பட்டிருக்கும். இலிங்கக் கட்டியின் மீதுள்ள அழுக்கு முதலியவற்றை நீக்கிப் பொடித்துக் குப்பியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1./2 முதல் 1 குன்றி எடை.

அனுபானம்: தேன், நெய், இஞ்சிரசம், சுக்குக் குடிநீர், சோம்புக் குடிநீர், சீரகக் குடிநீர்.

தீரும் நோய்: கீல்வாயு, முடக்கு வாதம், வளி சுரம், சீதச் சுரம் முதலியன.

பத்தியம்: நோய்க்குத் தக்கபடி பத்தியம் காக்கவும்.

39. இலிங்கக் கட்டு (வேறு முறை)

திறமான இலிங்கம்	1 பலம்
எலுமிச்சம்பழச்சாறு	1 ஆழாக்கு
நெய்	12 பலம்
சேராங்கொட்டை	12 பலம்
எட்டிக் கொட்டை	12 பலம்

செய்முறை: இலிங்கக் கட்டியை அப்பிரகத் தகட்டிலிட்டு எலுமிச்சம்பழச் சாற்றினால் சுருக்குக் கொடுக்க வேண்டும். அதன் பின் கட்டியின் மீதுள்ள அழுக்குகளை நீக்கவும். பிறகு ஒரு சட்டியில் வைத்து அதில் நெய்யைவிட்டு சேராங்கொட்டையை இரண்டிரண்டாகவும் எட்டிக்கொட்டையை நன்நான்காகவும் நறுக்கிப் போட்டு மெதுவாக எரித்து வந்தால் எல்லாம் பற்றியெரியும். இடையிடையே கட்டியைப் புரட்டிக் கொண்டும் வரவேண்டும். எல்லாம் எரிந்தாறின பின்பு கட்டியை எடுத்து அதன்மீதுள்ள கருக்கைச் சுரண்டி நீக்கிப் பொடித்துக் குப்பியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1/2 முதல் 1 குன்றி எடை.

அனுபானம்: தேன், நெய், பஞ்சதீபாக்கினி இளகம், சோம்புக் குடிநீர், பாலேடு முதலியன.

தீரும் நோய்: பல்வகை சுரங்கள், சன்னி, பக்கவாத நோய்கள், பிற வளிநோய்கள் முதலியன.

பத்தியம்: நோய்க்குத் தக்கபடி ஏற்படுத்திக் கொள்ளவும்.

40. இலிங்கக் கட்டு (வேறு முறை)

இஞ்சிச்சாறு 8 பலம்

ஓலைக்கனமுள்ளதும் எட்டங்குல சதுரம் உள்ளதுமான தாமிரத்தகடு 1.

திறமான இலிங்கம் 1 பலம்

செய்முறை: ஒரு மண் பாத்திரத்தில் மேற்படி இஞ்சிச்சாற்றை விட்டு அதன்மீது மேற்படி தாம்பிரத்தகட்டை வைத்து, அதன்மீது இலிங்கக் கட்டியை வைத்து மேற்சட்டி மூடி 5 சீலைமண் செய்து ஈரம் உலர்ந்தபின்பு அடுப்பேற்றி கமலாக்கினியாக இரண்டு சாமம் எரித்தெடுத்தால் இலிங்கம் கட்டிப்போயிருக்கும். சாறெல்லாம் அண்டிக் குழம்பு போலிருக்க வேண்டும். சாறு சுண்டாமலிருந்தால் மறுபடியும் முன்போல சீலைமண்செய்து சாறெல்லாம் சுண்டிப் போகும்படி எரித்துக் கொள்ள வேண்டும். குளிர ஆறினபின்பு சட்டியைப் பிரித்து இலிங்கக்கட்டியை எடுத்து அதன்மீதுள்ள கருக்கைச் சுரண்டி நீக்கிவிட்டுப் பொடித்துப் புட்டியில் பத்திரப் படுத்தவும்.

அளவு: 1முதல் 2 குன்றி எடை.

அனுபானம்: இஞ்சிச்சாறு, தேன் முதலியன.

தீரும் நோய்: காலை மாலை 2 வேளை 10 நாட்கள் உபயோகிக்க இளம்பிள்ளை வாத நோய் தீரும். மற்ற வகை வளி நோய்களும் தீரும். உடல் வன்மைக்குத் தக்கபடி பத்தியம் மேற்கொள்ள வேண்டும்.

41. இலிங்கக் கட்டு (வேறு முறை)

திறமான இலிங்கம் 5 வராகன் எடை

நெல்லிக்காய் கந்தகம் 5 வராகன் எடை

செய்முறை: கந்தகத்தைப் பொடித்து வைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு இரும்புக் கரண்டியில் மேற்படி கந்தகத் தூளில் சுமார் அரை வராகனெடைப் பொடியைப்

போட்டு நெருப்பில் காட்டி கந்தகம் உருகினவுடன் மேற்படி இலிங்கக் கட்டியைப் போட்டுப் புரட்டிக் கொடுக்க வேண்டும். போட்ட தூள் எரிந்து போனவுடன் மறுபடியும் முன்போல் கந்தகத் தூளைப் போட்டுப் புரட்ட வேண்டும். இவ்விதம் 10 தடவைகள் செய்தெடுத்தால் இலிங்கம் கட்டிப்போகும். கூரிய கத்தியால் அதன் மேலுள்ள கருக்கை நீக்கிவிட்டுப் பொடித்துப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 முதல் 1 1/2 குன்றி எடை.

அனுபானம்: தேன், இஞ்சிச்சாறு.

தீரும் நோய்: சுரங்கள், சன்னி, வளிநோய்கள்.

பத்தியம்: புளி, புகை நீக்கவும்.

42. இலிங்கக் கட்டு (வேறு முறை)

திறமான இலிங்கம்	1 பலம்
தாய்ப்பால்	1 ஆழாக்கு
ஆடுதின்னாப்பாளை இலைச்சாறு	2 ஆழாக்கு
பூநாகத்தைலம்	1/2 ஆழாக்கு

செய்முறை: இலிங்கக் கட்டியை அப்பிரகத் தகட்டில் வைத்துத் தாய்ப்பாலைச் சிறுகச் சிறுக விட்டு 1 சாமம் சுருக்குக் கொடுக்கவேண்டும். பின் ஆடுதின்னாப்பாளை இலைச்சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து 2 சாமம் சுருக்குக் கொடுக்க வேண்டும். அடிக்கடி கட்டியின் மீதுள்ள அழுக்கு முதலியவற்றைக் கூரிய கத்தியால் நீக்கிவர வேண்டும். முடிவாகச் சுத்தித்த இக்கட்டியை அப்பிரகத் தகட்டில் வைத்துச் சூடு கண்டவுடன் பூநாகத் தைலத்தில் சுருக்குக் கொடுக்க வேண்டும். இதற்கு ஒரு துணியில் பூநாகத் தைலத்தைத் தோய்த்துக் கட்டியின் நாலாப்பக்கங்களிலும் படும்படியாகத் தடவி கட்டியைப் புரட்டிக் கொடுத்து 4 சாமம் சுருக்கிட வேண்டும். இலிங்கக் கட்டி கெட்டிப்பட்டு உறுதியாகிவிடும். பிறகு கட்டியின் மீதுள்ள அழுக்கு முதலியவற்றைச் சுரண்டி நீக்கிவிட்டுப் பொடித்துப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1/2 முதல் 1 குன்றி எடை.

அனுபானம்: இஞ்சிச் சாறு, சுக்குக்குடிநீர், தேன், நெய், பாலேடு முதலியன.

தீரும் நோய்: பக்கவாதம், நரம்புத் தளர்ச்சி, தாது இழப்பு, பல்வகை சுரங்கள், கபநோய்கள் முதலியன.

பூநாகத் தைலம் செய்முறை: பூநாகத்தைச் சேகரித்து மோரில் போட்டு 1 சாமநேரம் மூடி வைத்திருந்தால் புழுக்களின் வயிற்றில் உள்ள மண்ணெல்லாம் வெளிப்பட்டுவிடும். பிறகு வெயிலில் உலர்த்திச் சிறு துளையிட்ட ஒரு தோண்டியிலிட்டு வாய் பந்தனம் செய்து குழித்தைலமாக இறக்கிக் கொள்வதே பூநாகத் தைலமாகும். பூநாகம் கிடைக்காத சமயங்களில் அண்டத் தைலத்தைப் பயன்படுத்தலாம்.

அண்டத்தைலம் செய்முறை: வெந்நீர் குமிழும்படியாகக் கொதிக்கவைத்து அதில் 100 கோழி முட்டைகளைப் போட்டு 10 நிமிட நேரம் மூடி வைத்திருந்து, பின் முட்டைகளை உடைத்து மஞ்சள் கருவை மாத்திரம் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இவற்றை ஒரு இரும்புச் சட்டியில் போட்டு அடுப்பேற்றி நிதானமாக எரித்து வந்தால் கருக்களெல்லாம் கருகி வரும். அச்சமயத்தில் 1 பலம் சுத்தி செய்த பூநீறு அல்லது சலவை சோடா என்னும் உப்பைப் போட்டு இரும்புக் கரண்டியால் துழாவி நசுக்கி வந்தால் தைலம் புலப்படும். பின் கவனமாக தைலத்தை வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

43. வாயுராசலிங்க மெழுகு

திறமான இலிங்கம்	1 பலம்
தோலுரித்த வெள்ளைப் பூண்டிதழ்	8 பலம்
நல்வேளை வேர்ப்பட்டை	5 பலம்

செய்முறை: பூண்டையும் நல்வேளை வேர்ப்பட்டையையும் சேர்த்து இடித்துச் சாறு பிழிந்து வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும். இலிங்கத்தைச் சன்னத்துண்டுகளாகச் செய்து இலேசான ஒரு இரும்புத் தகட்டின் மீது வைக்கவும். மூன்று கல் அடுப்பின் மீது மேற்படி தகட்டை வைத்து அதனடியில் ஒருவிரல் கனமுள்ள திரிபோட்ட விளக்கில் விளக்கெண்ணெயை விட்டு விளக்கேற்றி வைத்து மேற்படிச் சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக விட்டுச் சுருக்கிட்டு இரும்புக் கரண்டியால் கிண்டி வருகையில் நார்போல் கம்பியாக வந்தால் பதமாம். இதனை வழித்துக் கொம்புச் சிமிழில் அல்லது பீங்கான் பாத்திரத்தில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

அளவு: 1 முதல் 2 குன்றிமணி எடை.

அனுபனம் : தேன், வெல்லம், சுக்குக் குடிநீர், இஞ்சிச்சாறு.

தீரும் நோய்: அண்டவாயு, உருத்திரவாயு, முதலிய பல்வகை வளிநோய்கள்.

44. இலிங்கச் செந்தூரம்

சுத்தி செய்த இலிங்கம்	1 பலம்
பால்சாம்பிராணி	5 பலம்
சூடன்	5 பலம்
வாழைப்பழச் செயநீர்	செல்லத்தக்க அளவு
குப்பைமேனியிலை	40 பலம்

செய்முறை: சாம்பிராணியைப் பொடித்துக் கொண்டு சூடன் சேர்த்தரைத்து மெழுகுபோலான பின்பு எடுத்து ஐந்து பாகமாக்கி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். ஒரு பாகத்தை ஓட்டிலிட்டு அடுப்பேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்து உருகினவுடன் இலிங்கக் கட்டியைப் போட்டுப் புரட்டிக் கொண்டேயிருக்க வேண்டும். அது எரிந்து சற்றுக் கரிந்த பதத்தில் எடுத்துக் குளிர ஆறினபின்பு இலிங்கத்தின் கட்டியின் மேல் உள்ள கருக்கைக் கூரிய கத்தியினால் சுரண்டி நீக்கி, மற்றொரு உருண்டையை ஓட்டிலிட்டு உருகினவுடன் முன் கட்டியைப் போட்டு முன்போலப் புரட்டிக் கொடுக்க வேண்டும். அது கரிந்த பின்பு முன்போல் கருக்கை நீக்கி முன்போலச் சாம்பிராணிச் சூடனை மெழுகில் புரட்டிக்கொடுக்க வேண்டும். இவ்விதம் மடக்கி மடக்கி 5 தடவைகள் செய்து முடிவாகக் கட்டியின் மீதுள்ள கருக்கு முதலியவைகளை நீக்கித் தூய்மை செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

இந்தக் கட்டியை அப்பிரகத் தகட்டின்மீது வைத்து வாழைப்பழச் செயநீரைச் சிறுகச் சிறுகக் குத்தி இரண்டு சாம நேரம் சுருக்கிட்டு எடுத்துக்கொள்ளவும். குப்பைமேனியிலையை அரைத்து இரண்டு பாகமாக்கி, ஒரு பாகத்தை ஒரு கலயத்தில் வைத்தழுத்தி அதன்மீது முன் தயார் செய்து வைத்துள்ள இலிங்கக் கட்டியை வைத்து அதன்மீது அரைவாசி குப்பைமேனி விழுதையும் வைத்துக் கலயத்தின் வாய்க்குச் சில்லிட்டுச் சீலைமண் செய்து ஈரமுலர்ந்த பின்பு கவசத்தின் சமனெடை வறட்டியில் புடமிட்டு ஆறினபின் எடுத்துக் கொள்ளவும். உள்ளேயிருக்கிற இலையானது கருகிப்போகும் படி நெருப்பிட்டால் போதுமானது. புடமிட்டெரியும்போது காற்றின் மிகுதி, குறைவு ஆகியவைகளால் தீ அதிகப் பட்டுப் போவதும் குறைந்து போவதுமுண்டு. ஆகவே இரண்டு தடவையில் இதன் நிதானம் தானே தெரிந்துக் கொள்ளக் கூடும். பிறகு மேற்படி இலிங்கக் கட்டியைப் பொடித்துப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 முதல் 2 குன்றி எடை.

அனுபானம் : இஞ்சிச்சாறு, சுக்குக் குடிநீர், பனைவெல்லம், நெய், தேன் முதலியன.

தீரும் நோய்: சுரம், சன்னி, வளி நோய்கள், சூலை வகைகள், கிரந்தி, புண் முதலியன.

பத்தியம்: நோய்த் தன்மை பலமாக இருந்தால் புளி நீக்கவும். மற்ற சமயங்களில் இச்சாபத்தியம் வைக்கவும்.

வாழைப்பழச் செயநீர் செய்முறை: ரஸ்தாளி வாழைப்பழம் தேவையான அளவு எடுத்துத் தோலை உரித்து நீக்கி விட்டு நிறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

வாழைச் சருகைச் சுட்ட சாம்பல் பழத்தின் எடைக்கு எட்டில் ஒரு எடை, கற்சுண்ணாம்பு எட்டில் ஒரு எடை. இரண்டையும் சேர்த்து மேற்படி வாழைப் பழத்தில் போட்டுப் பிசைந்து வைத்திருந்தால் அதிலிருந்து நீர் தோன்றும். அந்தத் தண்ணீர் சேரச் சேர இறுத்து ஒரு புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும். இவ்விதம் அதில் நீர் வருகிறவரையில் சேகரித்துக் கொள்ளவும். இதுவே வாழைப்பழச் செயநீராம்.

45. இலிங்கச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

சுத்தி செய்த இலிங்கம்	1 பலம்
கறுந்துளசி இலையை	
அரைத்த விழுது	20 பலம்
கறியுப்பு	செல்லத்தக்க அளவு

செய்முறை: இலிங்கத்தைக் கறுந்துளசி அரைத்த விழுதுக்குள் வைத்து உருண்டைபோல் செய்து, கறியுப்பையும் வெண்ணெய் போலரைத்து அதன்மேல் அரை அங்குலம் கனம் கவசித்து உலர்த்தி இரண்டு மூன்று சீலைமண் செய்து, கவசத்தின் ஐந்து பங்கு எடை வறட்டியில் புடமிட்டு ஆறினபின் எடுக்கக் கட்டியாகவே செந்தூரிக்கும்.

அளவு: 1/2 முதல் 2 குன்றி எடை.

தீரும் நோய்: சுரம், சன்னி, வளி நோய்கள்.

46. இலிங்கச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

இலிங்கம்	1 பலம்
கடுகிலைச்சாறு	1 ஆழாக்கு

செய்முறை: இலிங்கத்தை அப்பிரகத்தகட்டின்மீது வைத்து மேற்படி சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக விட்டு ஒரு சாமநேரம் சுருக்கிடவேண்டும். பிறகு அந்த இலிங்கத்தைக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து, மேற்படி கடுகிலைச் சாற்றையே சிறுகச்சிறுக வார்த்து 1 சாமம் அரைத்துக் குழம்புப் பதத்தில், எடுத்துக் கொள்ளவேண்டும். கும்பிடு கிழிஞ்சல்களைப் பிளந்து ஒவ்வொன்றிலும் 1/2 பாகம் இருக்கும்படியாக மேற்படி குழம்பை விட்டுச் சந்தில்லாமல் பொருத்தி, ஒவ்வொன்றிற்கும் ஐந்தைந்து சீலைமண் செய்து எல்லாக் கவசத்தையும் நிறுத்து அதற்குச் சமனெடை வறட்டியில் புடமிட்டு ஆறின பின் ஒவ்வொரு கவசத்தையும் சாக்கிரதையாகப் பிரித்து, அதற்குள் இருக்கும் இலிங்கத்தை மாத்திரம் எடுத்துக் கல்வத்தில் பொடித்துப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 முதல் 1/2 குன்றி எடை.

அனுபானம்: இஞ்சிச்சாறு, சுக்குக் குடிநீர், மிளகுக் குடிநீர், கொடிவேலி வேர்ப்பட்டைக் குடிநீர், பனைவெல்லம், தேன்.

தீரும் நோய்: வளிநோய்கள், சுரம், சன்னி, அண்டவாதம், குன்மம், சூலை முதலியன.

47. இலிங்கச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

இலிங்கம்	3 வராகன் எடை
ஆற்றுத்தும்மட்டிக் காய்	10 எண்ணிக்கை

செய்முறை: ஒரு தும்மட்டிக்காயைத் துளைத்து அதற்குள் இலிங்கக் கட்டியைச் செலுத்தி, எடுத்த சதையைச் சந்தில்லாமல் வைத்தழுத்தி மூன்று சீலைமண் செய்து, கவசத்தின் நான்கு பங்கெடை வறட்டியில் புடமிடவேண்டும். இதேபோல் எல்லாக் காய்களிலும் செய்ய வேண்டும்.

இவ்விதமான புடத்தை மடக்கி மடக்கி 100 முறை செய்தால் முதல்தரமான செந்தூரமாகும். புடம் குறைந்தால் செந்தூரத்தின் தரம் குறைவுபடும்.

அளவு: 1/2 முதல் 1 அரிசி எடை.

அனுபானம். பனைவெல்லம், சர்க்கரை, நாட்டுச் சர்க்கரை, பறங்கிப்பட்டை இளகம், அசுவகந்தாதி இளகம் முதலியன.

தீரும் நோய்: கை கால் முடக்குவாத நோய்கள், தோல் நோய்கள், மேகப்படை முதலியன.

48. இலிங்கச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

இலிங்கம் 10 வராகன் எடை
எருக்கம்பால் தேவையான அளவு
அரசம் பட்டை சாம்பல் 1 1/4 படி

செய்முறை: இலிங்கத்தைக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து மேற்படி எருக்கம்பாலைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து 8 சாமம் அரைத்து வில்லையாகச் செய்து நிழலில் உலர்த்திக் கொள்ளவும்.

அரசம் பட்டை சாம்பலை இரண்டு பாகமாக்கி ஒரு பாகத்தை ஒரு சிறு பானையில் போட்டு நாலா பக்கமும் சமமாக அழுத்திவிட்டு அதன் நடுவில் முன் தயாரித்த வில்லையை வைத்து அதன் மீது மறுபங்கு சாம்பலைப் போட்டுச் சமமாக அழுத்திவிட்டுப் பானை வாயை மண் தாலத்தால் மூடிச் சீலைமண் செய்து அடுப்பேற்றி 4 சாமநேரம் கமலாக்கினியாக எரித்துக் குளிர ஆறினபின்பு கல்வத்தில் பொடித்துப் புட்டியில் பத்திரப் படுத்தவும்.

தீரும் நோய்: கீல்வாயு, பக்கவாதம், கை கால் பிடிப்பு, சூலை, சுவாசகாசம், சூலை முதலியன. உடல் திடம் உண்டாகும்.

49. சர்வநோய் இலிங்கச் செந்தூரம்

சுத்தி செய்த இலிங்கம் 1 பலம்
சுத்தி செய்த வெங்காரம் 4 பலம்

செய்முறை: இலிங்கத்தைப் பொடித்து வைத்துக் கொள்ளவும். வெங்காரத்தைப் புது ஓட்டில் வைத்து அடுப்பேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்துத் தண்ணீர்போல உருகினவுடன் மேற்படி இலிங்கத்தூளைச் சிறுகச் சிறுகத் தூவி வரவேண்டும். அடிக்கடிக்கிளறிக் கொடுத்தும் வரவேண்டும். உருகின வெங்காரம் கெட்டியாவதற்கு முன்பு இலிங்கப் பொடி எல்லாவற்றையும் தூவிவிட வேண்டும். செம்மையாகக் கிளறிக் கொடுத்துக் கெட்டியான பதத்தில் கீழிறக்கி வைத்துக் குளிர ஆறினபின்பு எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்துப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 முதல் 1 1/2 குன்றி எடை.

அனுபானம்: தேன், நெய், பசுவெண்ணெய், சுக்குத்தூள், சீரகத்தூள், அரிசித் திப்பிலித் தூள், பஞ்சதீபாக்கினி இளகம், வில்வாதி இளகம்.

இது எல்லா வளி நோய்களுக்கும் வழங்கக் கூடியது. நோய்க்குத் தகுந்தபடி துணை மருந்தைக் கலந்து கொடுக்கவும்.

50. பிரதாபலிங்கச் செந்தூரம்

உலாந்தாலிங்கம்	5 பலம்
இரசக்கற்பூரம்	6 பலம்
நெல்லிக்காய் கந்தகம்	10 பலம்
வீரம்	3 பலம்
இரசச்செந்தூரம்	1/2 பலம்
மனோசிலை	1 பலம்

செய்முறை: இவை எல்லாவற்றையும் தனித் தனியே சுத்தி செய்து பொடித்து எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகச் சேர்த்து இரண்டு மணி நேரம் அரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். காசிக் குப்பி ஒன்று எடுத்துப் புற்றுமண்ணும் மணலும் சேர்த்தரைத்துப் புட்டிக்குச் சீலை மண் செய்து உலரவைக்க வேண்டும். இந்தச் சீலை உலர்ந்த பின்பு மறுசீலை செய்ய வேண்டும். இவ்வாறு ஏழு சீலை செய்யவேண்டும். செம்மையாக உலர்ந்தபின் முன் தயாரித்த மருந்தை இதற்குள் போடவேண்டும். வாய்க்கு மாக்கல்லால் கார்க்கு இடவேண்டும். பிறகு கனத்த சட்டியில் நான்கு அங்குலம் மணலைக் கொட்டி மணல்மீது நடுவில் புட்டியை வைத்துப் புட்டியின் கழுத்து வரையில் மணலைக் கொட்டி ஓட்டடுப்பில் ஏற்றி ஒரு சாதி விறகால் தீபாக்கினி 1 சாமம், கமலாக்கினி 2 சாமம், காடாக்கினி 4 சாமம் ஆக 7 சாமமும் எரித்துச் சிலாகைப் பதங் கண்டு தீயை நிறுத்திக் குளிர ஆறவிட்டுப் புட்டியை எடுத்து சாக்கிரதையுடன் உடைத்துச் செந்தூரத்தை எடுத்துப் பொடித்துப் புட்டியில் பத்திரப்டுத்தவும்.

அளவு: 1 முதல் 2 குன்றி எடை.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், தேன், நெய், வெண்ணெய், இஞ்சிச்சாறு, சுக்குக் குடிநீர், சுக்கு இளகம், அசுவகந்தி இளகம் முதலியன.

தீரும் நோய்: எல்லா நோய்களிலும் உபயோகிக்கலாம். குறிப்பாக கை கால் முடக்கு, கீல்வாயு, முழங்கால் வாதம் முதலியன தீரும்.

51. இலிங்கப் பற்பம்

இலிங்கம்	1 1/2 பலம்
இரசம்	1 1/2 பலம்

வெங்காயச் சாறு தேவையான அளவு

செய்முறை: இலிங்கத்தையும் இரசத்தையும் சேர்த்துக் கல்வத்திலிட்டுக் கருக்கின்றவரையில் அரைத்துப் பிறகு வெங்காயச் சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து 8 சாமநேரம் அரைத்து ஒரு தம்படி காசு அளவு சிறு வில்லைகளாகச் செய்து உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். கெட்டியான பூமியில் வளைபோன்ற ஒரு குழி செய்து அதில் அரைபாகம் கற்சுண்ணாம்பைப் பொடித்து நிறைத்து அதன் மீது முன் தயாரித்த வில்லைகளை வைத்து அதன் மீதும் கற்சுண்ணாம்பைப் பொடித்துக் குழியின் வாய்மட்டம் நிறைத்துவிடவேண்டும். பிறகு அக்குழியின் வாய் ஓரத்திற்கு நான்கு அங்குலத்திற்கு அப்புறம் அதைச் சுற்றிலும் ஒரு சாண் அகலம் அகழியைப் போல் தோண்ட வேண்டும். இந்த அகழியில் காட்டு வறட்டியை நிறைத்து விட வேண்டும். வறட்டி முழுதும் ஏககாலத்தில் பற்றி எரிய வேண்டியது அவசியமாகையால் விரல்கனமுள்ள திரியை எண்ணெயில் நனைத்து அந்த வறட்டியின் மீது சுற்றிலும் வைத்துக் கொளுத்திவிட வேண்டும். புடம் எரியும்போது அதன் அனல் மற்றவர்மீது படாமல் விழிப்போடு இருக்க வேண்டும்.

புடம் ஆறினபின்பு எடுக்க வில்லைகள் எல்லாம் வெண்ணிறப் பற்பமாயிருக்கும்.

அளவு.: ஒரு அரிசி எடை முதல் நான்கு அரிசி எடை வரை.

தீரும் நோய்: இப்பற்பம் பெரிய நோய்களான குட்டநோய், வளிநோய்கள், சன்னிநோய்கள், தாதுக்குறைவு முதலியவற்றுக்குச் சஞ்சீவிக்கு ஒப்பானது.

பத்தியம்: இப்பற்பத்தைச் சாப்பிடும்போது அதிகப்பசி உண்டாகுமாகையால் செரிக்கும் திறனுக்குத் தக்கபடி உணவு உட்கொள்ள வேண்டும்.

52. இலிங்கப் பதங்கம்

இலிங்கம்	2 பலம்
வளையலுப்பு	4 பலம்
கறியுப்பு	$1\frac{1}{4}$ ஆழாக்கு

செய்முறை: அடி கனத்த இரண்டு மண் சட்டியை எடுத்து, இரண்டு சட்டிக்கும் பூவரசின் இலைச்சாற்றை உலர உலரப்பூசி உலர்த்த வேண்டும். இவ்விதம் மடக்கி மடக்கி ஏழு தடவைகள் செய்து கொண்டால் போதுமானது. பிறகு வளையலுப்பைப் பொடித்து இரண்டு பங்காக்கி ஒரு பங்கைச் சட்டியில் பரப்பி

வைத்து அதன் மீது இலிங்கத்தைச் சிறு துண்டுகளாகச் செய்து வைத்து அதன் மீது மறுபாதி வளையலுப்பையும் போட்டு, சரக்கு தெரியாமல் மூடி அதன்மேல் கறியுப்பைத் தூள் செய்து அந்த உப்பு தெரியாமல் மூடிவிடவேண்டும். மத்தியில் ஒரு ரூபாய் காசு அகலம் வட்டமான பள்ளம் கறியுப்பில் செய்து விட வேண்டும். பிறகு மேற்சட்டி மூடி 7 சீலைமலண் செய்து உலர்த்தி வட்டடுப்பில் வைத்து தீபாக்கினி 1 சாமம், கமலாக்கினி, சாமம், காடாக்கினி 1 சாமம் எரித்துக் குளிரவைத்து எடுக்க மேற்சட்டியில் பதங்கம் ஏறி நிற்கும், இப்பதங்கத்தைப் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1/2 முதல் 1 குன்றி எடை.

அனுபானம்: சுக்கு, பனைவெல்லம், சுக்கு இளகம், அமுக்கரா இளகம், பஞ்ச தீபாக்கினி இளகம் முதலியன.

தீரும் நோய்: முடக்கு வாதம், மேகம் தொடர்பான வளி நோய்கள், பக்கவாதம், கரட்டுச் சூலை முதலான நோய்கள் தீரும்.

பத்தியம்: வாயுப்பொருட்கள் ஆகா. புளி, புகை ஆகியவைகளையும் நீக்க வேண்டும். நெய், மோர், பால் ஆகியன உட்கொள்ளலாம்.

53. நீலகண்ட வாலை

(i) இலிங்கம் 4 பலம்

(ii) தாளகம், வீரம், இரசக்கற்பூரம், நெல்லிக்காய் கந்தகம், மனோசிலை, சூடன், துருசு, வெள்ளைப்பாடாணம், சீனாக்காரம், சிறுகண் நாகம், கருவங்கம் சுத்தி செய்த பூநீறு, வெடியுப்பு, இவை வகைக்கு 1/4 பலம்.

(iii)கறியுப்பு 1/2 படி, செங்கல்மா 1/4 படி, சித்திர மூல வேர்ப்பட்டைத் தூள் தேவையான அளவு.

செய்முறை: 'ii'இல் உள்ள சிறுகண்நாகத்தையும் கறுவங்கத்தையும் சேர்த்துருக்கி, தாளகத்தையும் மனோசிலையையும் பொடித்துச் சிறுகச் சிறுக சுருக்கிட்டு இரும்புக் கரண்டியால் கடைந்துவந்தால் இரண்டு சரக்கும் மடிந்து தூளாகி அரைப்பிற்கு வரும்.

பிறகு i இல் உள்ள இலிங்கம், ii இல் உள்ள மற்ற சரக்குகள் எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகச் சேர்த்துக் கற்றாழைச் சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து நான்கு சாம நேரம் அரைத்துத் தூதுளங்காய் அளவு உருண்டை செய்து நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும்.

'iii'இல் உள்ள உப்பையும் செங்கல்மாவையும் சேர்த்து இடித்து இரண்டு பாகமாக்கி ஒரு பாகத்தை அடிகனத்த ஒரு பானையில் போட்டுப் பரப்பி அதன்மேல் முன் தயாரித்து வைத்த உருண்டைகளைப் பரப்பி, அதன் மீது சித்திரமூல வேர்ப்பட்டைத் தூளைத் தூவி, தைவேளைச் சாற்றைத் தெளித்து அதன்மேல் செங்கல்மா, உப்பு பாகத்தைக் கும்பலாகப்போட்டு மேல் சட்டிக்குச் சித்திர மூலவேர்ச்சாறு ஏழு தடவை உலர உலரப்பூசிக் காயவைத்து மூடி, ஏழு சீலைமண் செய்துலர்த்தி அடுப்பேற்றி, முதல் இரண்டு சாமம் தீபாக்கினியாகவும், அடுத்த இரண்டு சாமம் கமலாக்கினியாகவும், அடுத்த 12 சாமம் காடாக்கினியாகவும் ஆகப் பதினாறு சாமம் எரித்துக் கீழிறக்கிக் குளிர ஆறின பின்பு பக்குவமாக சீலை மண்ணைப் பிரித்துப் பதங்கத்தைச் சுரண்டி எடுத்துப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1/2 முதல் 1 அரிசி எடை.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், சுக்கு, வெண்ணெய், பாலேடு, தாய்ப்பால் முதலியன.

தீரும் நோய்: அனைத்து வகை வளி நோய்கள், குன்மம், சூலை வகைகள் முதலியன தீரும்.

54. வச்சிரகண்டி மாத்திரை

சுத்தி செய்த இலிங்கம்	8 வராகன் எடை
இரசச் செந்தூரம்	2 வராகன் எடை
இரசக் கற்பூரம்	1 வராகன் எடை
வீரம்	1/8 வராகன் எடை
எலுமிச்சம் பழச்சாறு	தேவையான அளவு
இஞ்சிச்சாறு	தேவையான அளவு

செய்முறை: எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகச் சேர்த்துப் பொடித்து எலுமிச்சம் பழச்சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து ஒரு சாமநேரமும், இஞ்சிச்சாற்றைச் சிறுகச்சிறுக வார்த்து ஒரு சாம நேரமும் அரைத்துக் குன்றிமணி அளவு மாத்திரைகளாகச் செய்து பீங்கான் பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1முதல் 1 1/2 மாத்திரை.

அனுபானம்: இஞ்சிச்சாறு, சுக்குக் குடிநீர், கொடிவேலி வேர்ப்பட்டைக் குடிநீர், தேன், பனைவெல்லம் முதலியன.

தீரும் நோய்: கை கால் குடைச்சல், கணுக்கால் வாதம், மூர்ச்சை முதலியன 5 நாள் மருந்தில் தீரும். தாகமுள்ள நடுக்கல் நோய்க்கு 2 நாள் மருந்து போதும். புண், புரை முதலியன 10 நாள் மருந்தில் தீரும். சுரத்திற்கு 3 நாள் மருந்து போதுமானது.

பத்தியம்: சிறுபயறு, முருங்கைப்பிஞ்சு ஆட்டிறைச்சி வற்றல், மிளகுநீர், துவரை, அரைக்கீரை, பால் கஞ்சி, கோதுமைக் கஞ்சி முதலியன ஆகும்.

55. இலிங்கப்புகை

இலிங்கம்	$2^{1}/_{2}$ வராகன் எடை
கறுஞ்சீரகம்	$1\ ^{1}/_{4}$ வராகன் எடை
கஸ்தூரி மஞ்சள்	$1\ ^{1}/_{4}$ வராகன் எடை
எருக்கம் வேர்த்தோல்	10 வராகன் எடை
நொச்சிக் கொழுந்து	5 வராகன் எடை

செய்முறை: இலிங்கத்தை நுண்மையாகத் தூள் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். கறுஞ்சீரகத்தையும் கஸ்தூரிமஞ்சளையும் தனித்தனியே தூள் செய்து முன் இலிங்கத்தூளுடன் சேர்த்துச் செம்மையாக 1 மணி நேரம் அரைத்துக் கொள்ளவும். வேரையும் கொழுந்தையும் பஞ்சு போல் நறுக்கி முன் மருந்தைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகத் தூவி எல்லாம் ஒன்றாகச் சேரும்படி அரைத்துக் கையினால் உதிர்த்துக் காயவைத்துப் பதினாறு பங்கு செய்து கொள்ளவும். ஒரு பங்கைச் சுங்கானில் வைத்து ஊதிப் புகைபிடிக்கவும். நாலு மிடறை வெளியில் விட்டு ஒரு மிடறை உள்ளிறக்கவும். இவ்விதம் காலை மாலை இரண்டு வேளையும் செய்து வரவேண்டும்.

தீரும் நோய்: முகவாதம், தந்த வாதம், கைகால் குடைச்சல், விழிகளின் வீக்கங்கள், நரம்புகளைப் பற்றிய நோய்கள் தீரும். நோயின் வலிமைக்குத் தக்கபடி நாளளவு கொள்ளலாம்.

பத்தியம்: புளி, நல்லெண்ணெய், வெங்காயம் ஆகியவற்றை நீக்கவும். கஞ்சி, ரொட்டி, பால்சோறு ஆகும்.

56. பூரக்கட்டு

பூரக்கட்டி 1 பலம், நெல்லிக்காய் கந்தகம் $^{1}/_{2}$ பலம். கந்தகத்தைத் தாய்ப் பால் சிறுகச்சிறுக வார்த்து ஒரு சாமம் அரைத்து, பூரக்கட்டிக்குக் கவசித்துக் கரிநெருப்பில் திருப்பித்திருப்பி வாட்டி ஈரங்காய்ந்த பின்பு ஒரு ஓட்டில் வைத்து

அடுப்பேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்துப் புரட்டிப்புரட்டி வறுக்கவும். மேற்கவசம் தீய்ந்த பின்பு எடுத்தாற விட்டு, மேற்கவசத்தைப் பிரித்து நீக்கி அந்தக் கட்டியை ஒரு பீங்கான் பாத்திரத்திலிட்டு அதில் கத்தரியிலைச் சாற்றை அக்கட்டியானது மூழ்கி நிற்கும்படி விடவேண்டும். அல்லது அக்கட்டியைக் கத்தரிக்காயினுள் செலுத்தி சூடேறும் படியாக இலகுபுடம் போடவேண்டும். பின்பு முன்போல் கந்தகத்தைக் கவசித்து வாட்டி வறுத்தெடுத்து முன் போலவே ஊறப் போட்டு, புடம் போட வேண்டும். இவ்விதம் மடக்கி மடக்கி 7 தடவைகள் செய்தால் முழுக் கட்டாகும்.

அளவு: 1 முதல் 4 அரிசி எடை.

அனுபானம் : பனைவெல்லம், வெண்ணெய், பாலேடு முதலியன.

தீரும் நோய்: வளி நோய்கள், சூலை, குன்மம்.

57. பூரக்கட்டு (வேறு முறை)

பால் சாம்பிராணி, தீபகற்பூரம் இவை வகைக்கு 10 பலம். இவ்விரண்டையும் ஆரம்பத்தில் தனித்தனியே பொடித்துப் பின்பு இரண்டையும் சேர்த்தரைக்கப் பசை போலாகும். இதனை 100 பங்காக்கிக் கொள்ள வேண்டும். மூன்று விரற்கன சதுரமான ஒரு சீலைத் துண்டில் அப்பசையின் ஒரு பங்கைத் தடவி ஒரு பலமுள்ள பூரக்கட்டியை அதன் மத்தியில் வைத்துச் சீலையைச் சுற்றி இரு முனைகளையும் அழுத்தித் திரித்துக் குரட்டில் பிடித்துக் கொண்டு விளக்கில் கொழுத்திக் கவசம் எரிந்தபின்பு ஆறவிட்டுக் கவசத்தைப் பிரித்து மறுபடியும் முன் பசையில் ஒரு பங்கைச் சீலைத் துண்டில் தடவி முன் கட்டிக்குக் கவசித்து முன்போலக் கொளுத்தி ஆறவிட்டுக் கவசத்தை நீக்க வேண்டும். இவ்விதம் மடக்கி மடக்கி 100 தடவை செய்யப் பூரம் முழுக்கட்டாகும்.

அளவு: 1 முதல் 4 அரிசி எடை.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், பாலேடு முதலியன.

தீரும் நோய்: வளி நோய்கள், பிரமேகங்கள், சூலைநோய்கள், மேக நோய்கள்.

58. பூரக்கட்டு (வேறு முறை)

இரசக் கற்பூரம்	$1\frac{1}{2}$ பலம்
சேராங் கொட்டை	100 எண்ணிக்கை

கால் அங்குல கனமும், 3 பலம் நிறையுமுள்ள சதுரமான வெள்வங்கத் தகடு 1.

செய்முறை: ஒரு மண் சட்டியில் 50 சேராங்கொட்டைகளை இரண்டாக வெட்டிப் பரப்பி அதன் மீது வெள்வங்கத் தகட்டை வைத்து அதன் மீது பூரக்கட்டியை வைத்து அதன் மீது மற்ற 50 சேராங் கொட்டைகளையும் நறுக்கிப் போட்டு மேற்சட்டி மூடி 5 சீலைமண் செய்துலர்த்திக் கமலாக்கினியாக ஒரு சாமமும் தீபாக்கினியாக ஒரு சாமமும் ஆக இரண்டு சாமமெரித்து ஆறினபின் கட்டியை எடுத்துப் பொடித்துப் புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

அளவு: 1 முதல் 4 அரிசி எடை.

அனுபானம்: சுக்கு அரைத்த விழுது, பனைவெல்லம், வெண்ணெய், பாலேடு.

தீரும் நோய்: நடுக்கு வாதம், உதறுவாதம் முதலிய நரம்பைப் பற்றிய வளி நோய்கள்.

பத்தியம்: புளி நீக்கவும். தேவையானால் இச்சாபத்தியம் வைக்கவும்.

59. பூரக்கட்டு (வேறு முறை)

இரசக் கற்பூரம் 1 பலம் -இது ஒரே கட்டியாக இருக்க வேண்டும்.

பால் நண்டை இடித்த சாறு - தேவையான அளவு எடுத்துச் சிறுகச்சிறுக விட்டுச் சுருக்கிட வேண்டும். இவ்விதம் நான்கு சாமநேரம் சுருக்கிட்டு எடுத்து அதன்மீதுள்ள கருக்கு முதலியவைகளை நீக்கிப் பொடித்துக் கொள்ளவும்.

அளவு: 3 முதல் 4 அரிசி எடை.

அனுபானம்: தாளிசப்பத்திரித்தூள், அரிசித்திப்பிலித்தூள், மிளகுத்தூள், பனைவெல்லம், தேன் முதலியன.

தீரும் நோய்: வளிநோய்கள், இந்திரிய ஒழுக்குநோய், வளி தொடர்பான தாதுக் குறைவு, என்பு சுரம் முதலியன.

60. பூரக்கட்டு (வேறு முறை)

இரசக்கற்பூரம் 3 வராகன் எடை. ஒரே கட்டியாக இருக்க வேண்டும். பருமனான மொந்தன் வாழைப்பழம் 8.

செய்முறை: வாழைப்பழத்தின் மத்தியில் சக்கரம் போன்று வட்டமாக அறுத்தெடுத்து மேற்படி பூரக்கட்டியை அதற்குள் வைத்துப் பொருத்தி, அதை நூலால் கட்டி அதன்மீது 3 சீலைமண் செய்து 15 பலம் வறட்டியில் புடமிட்டு ஆறினபின் எடுத்து அதை மற்றொரு வாழைப்பழத்தில் மேற்கண்ட முறையில்

செய்யவும். இவ்வாறு மடக்கி மடக்கி 7 புடமிட்டெடுத்துப் பொடித்துப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 முதல் 4 அரிசி எடை.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், சீனிச் சர்க்கரை, சுக்குக் குடிநீர், சோம்புக் குடிநீர் முதலியன.

தீரும் நோய்: வளிநோய்கள், மந்தம் முதலியன தீரும்.

61. வெட்டை மெழுகு

சுத்தி செய்த இரசக்கற்பூரம்	2 வராகன் எடை
இரசம்	3 வராகன் எடை
சேராங்கொட்டைத் தைலம்	தேவையான அளவு
சீனி சர்க்கரை	2 பலம்
நெய்	1 $^1/_2$ பலம்

செய்முறை: இரண்டு சரக்குகளையும் கல்வத்தில் இட்டு மேற்படி தைலத்தைச் சிறுகச்சிறுக வார்த்து 4 சாமநேரம் அரைத்து மெழுகு பதத்தில் மேற்படி சர்க்கரையையும் நெய்யையும் சேர்த்து மறுபடி கொஞ்சம் அரைத்து மெழுகுபதமாகப் பீங்கான் சிமிழில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

அளவு: $^1/_2$ முதல் 1 குன்றி எடை.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், வெண்ணெய், பாலேடு முதலியன.

தீரும் நோய்: எவ்வளவு கொடிய வெட்டை நோயும் இதில் தீரும். ஆண்குறி, நீர்த்தாரையில் உள்ள புண்கள் நீங்கும். இம்மருந்து நவீன காலத்தில் தோன்றியுள்ள எய்ட்ஸ் நோய்க்கும் நலம் பயப்பதாக இருக்கும். இதனை ஆய்வு செய்து பார்ப்பது நல்லது. இது மிகவும் வேகமான மருந்து எனக் கூறப்படுவதால் எய்ட்ஸ் முதலிய கொடிய நோய்க்கும் இது பலனளிக்கும். மேக நோய் தொடர்பாக வரும் வளி நோய்கள் விரைவில் தீரும்.

62. பூரமாத்திரை

சுத்தி செய்த இரசக் கற்பூரம்	1 பலம்
இலவங்கத் தூள்	1 பலம்
ஓமத்தூள்	1 பலம்
ஆற்றுத் தும்மட்டிக் காய்ச் சாறு	தேவையான அளவு.

செய்முறை: முன் மூன்று சரக்குகளையும் கல்வத்தில் இட்டு மேற்படி சாற்றைச் சிறுகச்சிறுக வார்த்து 8 சாமநேரம் அரைத்து அரைக்குன்றியெடை உள்ள மாத்திரைகளாகச் செய்து நிழலில் உலர்த்திப் புட்டியில் பத்திரப் படுத்தவும்.

அளவு: 1 முதல் 2 மாத்திரை.

அனுபானம்: தாய்ப்பால், விளக்கெண்ணெய், பனைவெல்லம், சுக்குக் குடிநீர், சோம்புக் குடிநீர் முதலியன.

தீரும் நோய்: வளி நோய்கள், மலக்கட்டு, குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் வலிப்பு, சூலை நோய் முதலியன.

பத்தியம்: நோய் வலிமை, உடல் வலிமை முதலியவற்றுக்குத் தக்கபடி பத்தியம் ஏற்படுத்தவும்.

63. வளி நோய் மாத்திரை

கடையில் விற்கிற கலோமல் என்னும் பூரப் பற்பம் 1 பலம், நெல்லிக்காய் கந்தகம் 1/4 பலம், கரிசாலைச்சாறு தேவையான அளவு.

செய்முறை: எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகச் சேர்த்துப் பொடித்து மேற்படி சாற்றைச் சிறுகச்சிறுக வார்த்து இரண்டு சாம நேரம் அரைத்துக் குன்றியளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்திப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: $^1/_2$ முதல் 1 மாத்திரை.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், சுக்கு இவற்றை அரைத்த விழுது, இலேகிய வகைகள் முதலியன.

தீரும் நோய்: வளி நோய்கள், கீல்வாயு, கை கால் முடக்கு, சூலை, அல்குல் புற்று, இலிங்கப்புற்று, அழிரணம், குழிரணம் முதலியன.

பத்தியம்: நோய் கடினமானதாயின் புளியை நீக்கிப் பத்தியம் வைக்கவும்.

64. கற்பூரச் சிந்தாமணி மாத்திரை

சுத்தி செய்த இரசக்கற்பூரம்	5 வராகன் எடை
சாதிக்காய்த் தூள்	5 வராகன் எடை
தூய்மை செய்த நேர்வாளப் பருப்பு	10 வராகன் எடை
கறுவேலம்பிசின் தூள்	1 வராகன் எடை

செய்முறை: இரசக்கற்பூரத்தைப் பொடித்து மற்ற இரண்டு சரக்குகளையும் சேர்த்து வெண்ணெய் போல அரைத்து மேற்படிச் சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து இரண்டு சாம நேரம் அரைத்து முடிவில் பிசின் தூள்களைச் சேர்த்து அரைத்துக்

குன்றிமணி அளவுள்ள மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்திப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1/2 முதல் 1 மாத்திரை.

அனுபானம்: சர்க்கரை, வெல்லம், நெய்.

தீரும் நோய்: வளிநோய்கள், கீல்வாயு, முடக்கு வாதம், சூலைநோய் முதலியன.

இது கழிச்சலாகிற குணம் உள்ளதால் ஆரம்பத்தில் அளவு குறைத்து உபயோகித்துப் பின் உடல் தன்மைக்கேற்றாற்போல அதிகப்படுத்தவும்.

பத்தியம்: நோயின் வலிமை, உடல் வலிமை முதலியவற்றுக்குத் தக்கபடி பத்தியம் வைக்கவும்.

65. இரசக்கற்பூரப் பற்பம்

(i) இரசக்கற்பூரம் 1 பலம் - ஒரே கட்டியாக இருக்க வேண்டும். குன்றி மணி இலையை அரைத்த விழுது 10 பலம்.

(ii) அவுரி இலை, விழுதி இலை, தக்காளி இலை, நத்தைச்சூரி இலை இவை வகைக்கு 2 1/2 பலம்.

செய்முறை: குன்றியிலையை அரைத்து மேற்படி கட்டிக்குக் கவசம் செய்துலர்த்தி, 5 சீலைமண் செய்து உலர்த்தி, 1 சாண் சதுரக்குழி தோண்டி அதில் இரண்டு விரற்கனம் மணலைப் பரப்பி அதற்குள் முன் கவசத்தை வைத்து மேலும் மணலைக் கொட்டி மூடி, கவசத்தின் ஐந்து பங்கு எடை வறட்டியில் புடமிட வேண்டும். புடம் ஆறினபின்னர் எடுத்து மேல்கீழாகப் புரட்டி வைத்து முன்போலப் புடமிடவேண்டும். இவ்விதம் மூன்று புடமிட்டெடுத்தால் பூரம் கட்டாகிவிடும்.

பிறகு 'ii' இல் உள்ள இலைகளை அரைத்து முன் கட்டிக்குக் கவசித்துச் சீலைமண் செய்து ஈரமுலர்ந்தவுடன் கவசத்தின் ஒன்றரை பங்கு வறட்டியில் புடமிடவேண்டும். ஆறினபின்பு கவசத்தைப் பிரித்து நீக்கிவிட்டு முன்போல 4 வகை இலைகளையும் அரைத்துக் கவசம் செய்து ஒரு புடமிடவும். ஆறினபின்பு கவனமாக எடுக்கவும். இவ்விதம் செய்யப் பூரம் பற்பமாகியிருக்கும்.

அளவு: 1முதல் 3 அரிசியெடை.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், வெண்ணெய் முதலியன.

தீரும் நோய்: வளிநோய்கள், சுரம், சன்னி, சூலை, கைகால் பிடிப்பு, குழிப்புண்கள்.

66. இரசக்கற்பூரச் செந்தூரம்

(i) சுத்தி செய்த இரசக்கற்பூரம்	$^{1}/_{2}$ பலம்
பருமனான மெருகன் கிழங்கு 3	
(ii) இலிங்கம்	$^{1}/_{4}$ பலம்
நாரத்தம்பழம்	3
(iii) நெல்லிக்காய் கந்தகம்	1 $^{1}/_{2}$ வராகன் எடை

செய்முறை: ஒரு மெருகன் கிழங்கைக் குடைந்து இரசக்கற்பூரத்தை அதனுள் செலுத்தி மேற்படி தூளால் மூடி அதன்மேல் இரண்டங்குலம் சாணியைக் கவசித்துக் கவசத்தின் நான்கு பங்கு எடை வறட்டியைக் கொளுத்திப் புகையடக்கி வெம்மை தணிந்தபிறகு மேற்படி கவசத்தைப் பிரித்துக் கட்டியை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இப்புடமானது கிழங்கு வைத்த பதமாய் இருக்க வேண்டும். மறுபடியும் முன்போல மற்றிரண்டு கிழங்குகளையும் குடைந்து முன் போல் புடமிட்டெடுத்துக் கொள்ளவும்.

சாதிலிங்கத்தை ஒரு நாரத்தம்பழத்தினுள் செலுத்தி 2 சீலைமண் செய்து முன்போல அவிபுடம் இட்டெடுத்துக் கொள்ளவும், இவ்விதமே மற்ற இரண்டு நாரத்தம்பழங்களிலும் புடம்போட்டு எடுத்துக் கொள்க.

முன் தயாரித்த பூரம், இலிங்கம் இவற்றை 'iii'இல் உள்ள கந்தகத்தைச் சேர்த்துக் கல்வத்திலிட்டு 10 மணி நேரம் அரைத்துப் புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

அளவு: $^{1}/_{2}$ லிருந்து 1 குன்றி வரை.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், வெல்லம் முதலியன.

தீரும் நோய்: வளிநோய்கள், சுரம், சன்னி.

67. பூரச் செந்தூரம்

இரசக்கற்பூரம்	1 பலம்
காட்டாமணக்குப் பால்	4 ஆழாக்கு
நிலக்கடம்பு இலை	தேவையான அளவு
சாம்பிராணி சூடனில்	
கட்டிய இலிங்கம்	1 பலம்

செய்முறை: பூரத்தை அப்பிரகத்தகட்டின் மீது வைத்துக் காட்டாமணக்குப் ·லினால் சுருக்கிட வேண்டும் பிறகு நிலக்கடம்பு இலையை அரைத்து

அக்கட்டிக்கு விரல்கனம் கவசித்து, ஐந்து சீலைமண் செய்து, கவசத்தின் சம பங்கு எடையில் வறட்டியில் அவிபுடமாகப் போட்டு எடுத்துக் கொள்ளவும். ஆறினபின்பு எடுத்துக் கவசத்தை நீக்கிவிட்டுப் பூரத்தைக் கல்வத்திலிட்டு அதற்குச் சமன் இலிங்கத்தையும் சேர்த்துப் பொடித்து ஒருமணிநேரம் அரைத்துப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1/2 முதல் 1 குன்றி எடை.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், வெண்ணெய், நெய் முதலியன.

தீரும் நோய்: மேக வாயு, கை கால் பிடிப்பு, சூலை, சுரம், சன்னி முதலியன.

பத்தியம்: இச்சாபத்தியம். பால், தயிர் அதிகம் சேர்க்கவும்.

68. சண்டமாருதச் செந்தூரம்

சுத்தி செய்த இரசக்கற்பூரம்	10 வராகன் எடை
சுத்தி செய்த இலிங்கம்	8 வராகன் எடை
சுத்தி செய்த வீரம்	2 வராகன் எடை
சுத்தி செய்த கந்தகம்	2 வராகன் எடை
சுத்தி செய்த இரசச்செந்தூரம்	2 வராகன் எடை
கோழி முட்டை வெண்கரு	தேவையான அளவு

செய்முறை: சரக்குகளெல்லாவற்றையும் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து மேற்படி வெள்ளைக் கருவைச் சிறுகச்சிறுக விட்டு 2 சாமநேரம் அரைத்து வில்லைகள் செய்து உலர்த்தி வைத்துக்கொள்ளவும். ஒரு புதுச் சட்டியில் தண்ணீரை வார்த்து அடுப்பேற்றிக் குமிழி எழும்படியாகக் காய்ச்சி அதில் மேற்படி வில்லைகளைப் போட்டு வெந்த பதமாக எடுத்துக் காய வைத்துக் கொள்ளவும். பிறகு பச்சரிசி $2^{1}/_{2}$ பலம், சுரைக்காய் $2\ ^{1}/_{2}$ பலம் இரண்டையும் ஒரு சட்டியில் போட்டு முன்போல் வேக விட்டுக் குமிழி எழும்படி காய்ச்சி மேற்படி வில்லைகளைப் போட்டு இரண்டொரு நிமிடம் தாமதித்து உடனே எடுத்துக் குளிர்ந்த நீரை விட்டுக் கழுவி வெயிலில் வைத்துக் காய்ந்தபின்பு பொடித்துப் புட்டியில் பத்திரப் படுத்தவும்.

அளவு: 1/2முதல் 1 குன்றி எடை.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், வெண்ணெய், சுக்கை அரைத்த விழுது, பஞ்சதீபாக்கினி இளகம், திரிகடுகு இளகம், திரிபலை இளகம், விளக்கெண்ணெய் முதலியன.

தீரும் நோய்: வளி நோய்கள், சன்னி, சூலை, புற்றுநோய், குட்டம், வலிப்பு நோய்கள், தமரக நோய், சுரம், மதுமேகம் ஆகியன தீரும்.

பத்தியம்: இச்சாபத்தியம். பால், நெய் முதலியன அதிக அளவில் சேர்க்கலாம்.

69. வீரக்கட்டு

இரண்டு பலம் உள்ள வீரக்கட்டி (இது நான்கு பக்கமும் மேடு பள்ளமின்றி ஒத்ததாயிருக்க வேண்டும்)

நன்னான்காய் வெட்டப்பட்ட சேராங்கொட்டை 8 படி

வெண்ணெய் 1 படி

செய்முறை: காற்று வேகமாக அடிக்காத வெளியான இடத்தில் மூன்று அங்குல ஆழமும் அதே அளவு நீளம், அகலம் உடையதான குழிகள் 10 வெட்டப்பட வேண்டும்.

முதல் குழியில் 1/2 பலம் துப்பாக்கி மருந்தைப் (வெடிமருந்து) பரப்பி அதன் மேல் வீரக்கட்டியை வைத்து, அக் கட்டியின் மேலும், கட்டியைச் சுற்றிலும் ஒன்றரைப் பலம் மேற்படி வெடி மருந்தைப் போடவேண்டும்.

ஒரு நீண்ட கோலின் நுனியில் சாம்பிராணி வர்த்தியைக் கட்டிக் கொளுத்திக் கொண்டு குழியில் உள்ள வெடி மருந்தை எட்ட நின்று பற்ற வைக்க வேண்டும். வெடிமருந்து பற்றி எரிந்து முடிந்த பிறகு வீரக்கட்டியை ஆறவிட்டு எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இதே முறையில் மறுபடியும் வீரக்கட்டியை வெடிமருந்தினுள் வைத்து அடுத்த குழியில் எரித்து எடுக்க வேண்டும். இவ்விதமாக 10 முறைகள் எரித்து எடுக்க வேண்டும்.

இதன் பின் வாயகன்ற ஒரு மண் பாண்டத்தில் 8 படி சேராங்கொட்டையைப் (நன்னான்காய் வெட்டப்பட்டது) போட வேண்டும். இவ்விதம் போடப்பட்ட கொட்டை பாண்டத்தின் வாய்மட்டத்திற்கு ஒத்திருக்க வேண்டும். பின்பு அப்பாண்டத்தின் வாயில் சேராங்கொட்டையின் மீது 1 படி வெண்ணெயை உருண்டையாக உருட்டி வைத்து அடுப்பின் மீதேற்றி ஆரம்பத்தில் சிறு தீயாக எரித்து, 1 சாமம் சென்றவுடன் பாண்டத்திலுள்ள வித்துக்களையும் கொளுத்திவிடவேண்டும் இதை எரிக்கும்பொழுது அபரிமிதமான புகையும் நெடியும் உண்டாகும். பெருஞ் சுவாலையுடன் எரிவதால் அருகில் நிற்கக் கூடாது. எரிப்பவர்கள் வலிவுள்ளவர்களாக இருக்க வேண்டும். எரிக்கும் முன் தயிர் சாதம், வெங்காயம் போன்ற பாந்த மான உணவுகளை வயிறுநிறைய உண்டிருக்க வேண்டும்.

நெருப்பு எரிந்து அமர்ந்த பிறகு ஒரு நாள் ஆறவிட்டு மறுநாள் எடுக்க வேண்டும். வீரம் செம்மையாகக் கட்டுப்பட்டிருக்கும்.

தீரும் நோய்: நோய்க்குத் தக்கபடி தக்க அளவில் பயன்படுத்த மகாவாத நோய்கள், சூலை நோய்கள், விரணமேகநோய்கள், குட்டம் முதலியன தீரும். உடல் சில்லிட்டு நாடிகளெல்லாம் வீழ்ந்து அடங்கிய நிலையிலும் இதை அளவுப்படி உட்கொண்ட உடனே உடலில் சூடேறி நரம்புகள் உற்சாகப்பட்டு நோய் குணமாகும்.

வீரக்கட்டில் பயன்படும் துப்பாக்கி மருந்து செய்முறை :

பாகப்படுத்தின கம்பி வெடியுப்பு	75 பங்கு
சுத்தி செய்த கந்தகம்	100 பங்கு
எருக்கின் கரி	15 பங்கு

மூன்றையும் தனித்தனியே பொடித்துத் துணியில் சலித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். மேற்கண்ட அளவில் மூன்றையும் சரியாக நிறுத்து எடுத்து ஒரு மண்பாத்திரத்தில் போட்டு நன்றாகக் கலந்து கொள்ள வேண்டும். பின்பு மரக் கல்வத்திலிட்டு மரக் குழவியால் நன்றாக அரைத்து எடுத்து மீண்டும் மண்பாத்திரத்தில் போட்டுக் காடியைத் தெளித்து ஈரப்பசையுண்டாக்கி சிறு வில்லைகளாகச் செய்து மீண்டும் மரக் கல்வத்தில் பொடித்துத் தூளாக்கி, காடி நீர் தெளித்து ஈரப்பசை உண்டாக்கி வில்லைகளாக்கி உலர்த்த வேண்டும். இவ்வாறு 7 முறை செய்ய வெடிமருந்து கிடைக்கும்.

70. வீரச் செந்தூரம்

கட்டிய வீரம்	1/2 பலம்
நாய்வேளைச் சாறு	தேவையான அளவு

செய்முறை: வீரத்தைக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து, சாற்றைச் சிறுகச்சிறுக வார்த்து 2 சாம நேரம் அரைத்து வில்லை செய்து உலர்த்தி, சிறு அகலில் வைத்து மேலகல் மூடி 3 சீலைமண் செய்து உலர்த்தவும். ஒரு சாண் சதுரமும் எட்டங்குல ஆழமும் உள்ள குழி தோண்டி அதில் இரண்டு அங்குலம் மணலைப் பரப்பி அதன் மீது முன் கவசத்தை வைத்துக் குழி நிறைய மணலைக் கொட்டி அதன் மீது ஒரு சாண் உயரம் புடமிடவேண்டும். புடம் ஆறினபின் எடுத்து. அந்தக் கவசத்தைத் தலைகீழாகப் புரட்டி வைத்து மணலைக் கொட்டி முன்போலப் புடமிட வேண்டும். குளிர ஆறினபின்பு கவசத்தைப் பிரித்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து, நாய்வேளைச் சாற்றை விட்டு 2 சாம நேரம் அரைத்து முன்போல் வில்லை

செய்துலர்த்திக் கவசித்து இரண்டு பக்கமும் புடமிடவும். இவ்விதம் மடக்கி மடக்கி 7 தடவைகள் செய்தெடுத்தால் கறுஞ்சிவப்பான செந்தூரமாகியிருக்கும். இது அதிக வேகமாகவும் அதிக சுறுசுறுப்பாகவும் நோய்களைக் கண்டிக்கும்.

அளவு: 1/4 முதல் 1/2 குன்றி எடை.

அனுபானம்: இஞ்சிச்சாறு, தேன், பனைவெல்லம், நல்ல வெல்லம் முதலியன.

தீரும் நோய்: வளிநோய்கள், மேகநோய்கள், இதயநோய்.

71. வீரச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

(i) வீரம் 1 பலம் (ஒரே கட்டியாக இருக்க வேண்டும்)
வெண்பட்டு ஒரு சாண் சதுரமானது
தேன் தேவையான அளவு
சாம்பிராணி 1 பலம்
சூடன் 1 பலம்
பன்றிநெய் 3 பலம்

(ii) வெடியுப்பு
இந்துப்பு
கல்லுப்பு
நவாச்சாரம்
கறியுப்பு
படிகாரம்
வளையலுப்பு
பூநீறு
கெந்தியுப்பு
அட்டுப்பு
பிடாலவணம்
அப்பளக்காரம்
எவச்சாரம்
சத்திச்சாரம்
உமிலிச்சாரம்
தும்பைச்சாரம்

முதலிய உப்புக்களில் எத்தனை வகைகள் கிடைக்குமோ அத்தனை வகைகள் சமபாகமாக எடுத்துக் குப்பைமேனிச் சாறு அல்லது அகத்திக் கீரை இலைச் சாறு அல்லது பொன்னாங்காணி இலைச்சாற்றால் உலர்த்திப் புடமிட்டு எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். மறுபடியும் முன் சாற்றையே விட்டரைத்து முன்போலவே புடமிட்டு எடுத்துக் கொள்ளவும். இவ்வாறு அரைத்தெடுத்த உப்பு சுமார் 20 பலம் இருக்க வேண்டும். புளியாரையை அரைத்த விழுது 30 பலம்.

செய்முறை: வீரத்தின் மீது பட்டுத் துண்டைச் சுற்றித் தேனில் குளிர நனைத்து அப்பிரகத் தகட்டின் மீது வைத்துக் கடும் வெயிலில் 1 நாள் வைத்தெடுக்க வேண்டும். பிறகு சாம்பிராணியையும் சூடனையும் கல்வத்தில் அரைத்து மெழுகு போலாக்கவும். அதனை வீரக் கட்டியின் மீது எங்கும் சமமாகப் பூசவேண்டும். அதன் மீது ஒரு துணியைச் சுற்றிக் கிழி கட்டி ஒரு இரும்புச் சட்டியில் அல்லது கரண்டியின் அடியில் படாமல் தொங்கவிட்டுப் பன்றி நெய்யை விட்டு அடுப்பின் மீதேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்து, எல்லாம் பற்றி எரிந்து சரக்கில் பிடிக்கும் சமயத்தில் எடுத்துக் கருக்கை நீக்கி வைத்துக் கொள்க.

ஒரு சட்டியில் புளியாரை அரைத்த விழுதை இரண்டு பாகமாக்கி ஒரு பாகத்தைக் கீழே பரப்பி, அதன் மீது 10 பலம் முன் தயாரித்த உப்புப் பற்பத்தைப் போட்டு, அதன்மீது மறு பங்கு புளியாரை விழுதை வைத்துப் பரப்பி மேற்சட்டி மூடி 7 சீலைமண் செய்து அடுப்பேற்றி 4 சாமம் எரிக்க வேண்டும்.

முதல் சாமம் தீபாக்கினியாகவும் மறுசாமம் கமலாக்கினியாகவும் மற்றிரண்டு சாமமும் காடாக்கினியாகவும் எரிக்க வேண்டும். குளிர ஆறினபின் எடுக்கச் செந்தூரமாகியிருக்கும்.

அளவு: 1முதல் 2 அரிசி எடை.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், தேன், இஞ்சிச்சாறு, சுக்கு அரைத்த விழுது, மற்றும் இளக வகைகள்.

தீரும் நோய்: பக்க வாதம், முகவாதம், முடக்குவாதம், நரித்தலைவாதம் முதலிய வளிநோய்கள், சன்னி, சுரம் சூலை முதலியனவும் தீரும்.

72. வீரச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

பருங்கட்டிகளான கறியுப்பு	2 படி
வெள்ளைச் சாட்டரணை இலை	தேவையான அளவு

புளியாரைச் சாறு	தேவையான அளவு
வீரம்	1 பலம் - ஒரே கட்டியாக.

செய்முறை: முதலில் உப்பைக் கட்ட வேண்டும். அதற்கு ஒரு கலயத்தில் வெள்ளைச் சாட்டரணை இலையை பரப்பி அன் மீது சுமரர் 1 ஆழாக்கு உப்பைப் பரப்ப வேண்டும். அதன் மீது மறுபடி இலையைப் பரப்பி அதன் மீது முன்போல உப்பைப் பரப்ப வேண்டும். இவ்விதம் அடுக்கடுக்காய் பரப்பிப் பின் கலயத்தின் வாயை மூடிச் சில்லிட்டு, 5 சீலைமண் செய்து கவசத்தின் 4 பங்கு எடை வறட்டியில் புடமிட்டு ஆற்றினபின் எடுக்கவும்.

இதேபோல் மறுபடியும் புடமிட்ட உப்பையும் இலையையும் அடுக்கடுக்காக வைத்து முன்போலப் புடமிடவும். இவ்விதம் மடக்கி மடக்கி 7 முறை செய்ய உப்பு கட்டுப்படும்.

இவ்வாறு செய்த கட்டான உப்பை 10 பாகமாக்கி வைக்கவும். ஒவ்வொரு பாகமாகக் கல்வத்தில் போட்டு புளியாரைச் சாறு விட்டு அரைத்து (1 சாமம்) வெண்ணெய் போலான பின்பு வீரத்திற்குக் கவசிக்கவும். நன்கு உலர வைத்த பின்னர் இவ்வாறு 10 பங்கு உப்பையும் அரைத்து ஒன்றின் மேல் ஒன்றாகக் கவசம் செய்து முடிவாக 10 நாள் வெயிலில் உலர்த்த வேண்டும். பின் அதனை ஒரு சட்டியில் வைத்து மேல் சட்டி மூடி 7 சீலைமண் செய்து உலர்த்தி அடுப்பின் மீதேற்றி முதல் சாமம் தீபாக்கினியாகவும், இரண்டாம் சாமம் கமலாக்கினியாகவும், மேலும் இரண்டு சாமம் காடாக்கினியாகவும் ஆகக்கூடி 4 சாமம் எரித்து ஆறவிட்டுக் குளிர ஆறினபின்பு எடுத்தால் வீரமானது காவிக்கல் போன்று இருக்கும். இதனைப் பொடித்துப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 அரிசி எடை. இது அதிவேகமுடைய மருந்தாகையால் 5 பலம் நெய்யில் சேர்த்து, அந்த நெய்யில் சந்தர்ப்பம் போல் 1 வராகன் எடை, 2 வராகன் எடை எனப் பொரித்துச் சாப்பிட்டு வரவும்.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், வெண்ணெய், பாலேடு.

தீரும் நோய்: வளி நோய்கள், குன்மம், சூலை நோய் முதலியன.

பத்தியம்: நோயின் வன்மை, உடல் வன்மைக்குத் தக்கவாறு பத்தியம் மேற்கொள்ளவும்.

73. வீரச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

வீரக்கட்டி இரண்டிரண்டு வராகன் எடை உள்ளதாக 5

பருமனான கொம்புப் பாகற்காய் 5

சோற்றுக் கற்றாழைச் சாறு தேவையான அளவு

செய்முறை: ஒரு பாகற்காயைக் கீறி அதற்குள் ஒரு கட்டியை வைத்து மூன்று சீலைமண் செய்யவும். இவ்விதமே மற்ற 4 காய்களையும் கீறி மற்ற 4 கட்டிகளையும் தனித்தனியே வைத்துத் தனித்தனி சீலை மண் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். பிறகு 10 பலம் வறட்டியைக் கொளுத்திப் புகை அடங்கியபின், அதற்குள் கவசத்தை வைத்து அவிபுடாக எடுத்து ஆறின பின்பு வீரக்கட்டியை எடுத்துக் கொள்ளவும். இவ்வாறே எல்லாக் கவசத்தையும் அவிபுடமாக வேகவைத்து வீரத்தை எடுத்துக் கொள்ளவும்.

பின்னர் எல்லாக் கட்டிகளையும் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்துக் கற்றாழைச் சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்துப் பன்னிரெண்டு சாமம் அரைத்து வில்லை செய்துலர்த்தி ஓட்டில் வைத்து மேலோடு மூடி, 7 சீலைமண் செய்து உலர்த்திக் கவசத்தின் 3 பங்கு வறட்டியில் புடமிட்டு ஆறினபின்பு எடுக்க ரோசாப்பூ வண்ணத்தில் செந்தூரமாயிருக்கும்.

அளவு 1/4 குன்றி எடை.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், இஞ்சிச்சாறு, தேன் முதலியன.

தீரும் நோய்: வளிநோய்கள், சன்னி, குன்மம்.

பத்தியம்: இச்சாபத்தியம்.

74. வீரசச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

வீரம்	1 பலம்
காட்டாமணக்குப் பால்	தேவையான அளவு

செய்முறை: ஒரு பீங்கானில் வீரக்கட்டியை வைத்து அதில் காட்டமணக்குப் பாலை விட வேண்டும். கட்டியானது பாலில் ஒரு அங்குலம் ஆழ்ந்திருக்க வேண்டும். அதனை வெயிலில் வைத்து அந்தப் பாலெல்லாம் சுண்டின பின்பு மறுபடியும் முன்போல் அந்தப் பாலை விடவேண்டும். அதனை வெயிலில் வைத்துப் பால் சுண்டின பின்பு முன்போல் பாலை விடவேண்டும். இவ்விதம் மடக்கிமடக்கி 5 தடவைகளுக்குப் பின் கல்வத்தில் பொடித்து ஒரு நாள் வெயிலில் வைத்தால் ரோசாப்பூ வண்ணமுள்ள செந்தூரமாகும்.

அளவு: 1/2 முதல் 1 அரிசி எடை.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், வெல்லம் முதலியன.

தீரும் நோய் : வளிநோய், குன்மம், சன்னி.

75. வீரமெழுகு

வீரம் தேவையான அளவு ஒரே கட்டியாக எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதனை ஒரு பீங்கான் பாத்திரத்தில் போட்டு அதில் புளிப்பு மாதுளம் பழச்சாற்றை விடவேண்டும். அதை வெயிலில் வைத்துச் சுண்டின பின்பு மறுபடியும் முன்போல் சாற்றை விடவேண்டும். இவ்விதம் மடக்கி மடக்கி 5 தடவைகளுக்குக் குறையாமல் வைத்து, முடிவாக மெழுகுபதத்தில் எடுத்துக் கல்வத்தில் ஒரு சாமநேரம் அரைத்துப் பீங்கான் சிமிழில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

அளவு: 1/2 முதல் 1 மிளகளவு.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், சுக்கின் விழுது முதலியன.

தீரும் நோய்: வளி நோய்கள், சன்னி, சுரம் முதலியன.

பத்தியம்: சமயோசிதம் போல் பத்தியம் கொள்ளவும்.

76. வீரமாத்திரை

சுத்தி செய்த வீரம்	1 வராகன் எடை
ஒட்டடைத்தூள்	1 வராகன் எடை
கறுந்துளசிச் சாறு	தேவையான அளவு

செய்முறை: மேற்படி இரண்டு சரக்குகளையும் கல்வத்தில் விட்டுப் பொடித்து, மேற்படி சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து ஒரு சாமநேரம் அரைத்து மிளகளவு உருட்டி நிழலில் உலர்த்திப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1/2 முதல் 1 மாத்திரை.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், நாட்டுச் சர்க்கரை, வெண்ணெய் முதலியன.

தீரும் நோய்: சன்னிகள், வளிநோய்கள் முதலியன.

பத்தியம்: சமயோசிதம் போல் ஏற்படுத்தவும்.

77. அயவீரச் செந்தூரம் (பதங்க முறை)

அயப்பொடி	2 பலம்
வீரம்	1 பலம்
புளியாரைச்சாறு	தேவையான அளவு

செய்முறை: அயத்தையும் வீரத்தையும் கல்வத்தில் இட்டு மேற்படி புளியாரைச் சாற்றை விட்டு 4 சாமநேரம் அரைத்து வில்லை தட்டி உலர்த்தி

வைத்துக் கொள்ளவும். இரண்டு சிறு சட்டிகளை வாய் பொருந்துமாறு எடுத்துக் கொள்ளவும். கீழ்சட்டியில் மேற்படி வில்லையை வைத்து மேல்சட்டி மூடி 5 சீலைமண் வலுவாகச் செய்து காயவைத்து அடுப்பேற்றிக் கமலாக்கினியாக 4 சாமம் எரிக்கவும் குளிர ஆறினபின்பு கவசத்தைப்பிரித்து மேல் சட்டியிலிருக்கும் பதங்கத்தையும் கீழ்சட்டியிலிருக்கும் சரக்கையும் சேர்த்து முன்போல் புளியாரைச் சாறு சிறுகச்சிறுக வார்த்து 4 சாமநேரம் அரைத்து முன்பு போல் வில்லை செய்து உலர்த்திச் சட்டியில் வைத்து 4 சாமம் எரிக்க வேண்டும். இவ்விதம் மடக்கி மடக்கி மேலே பதங்கம் ஏறாமல், கீழே இருக்கிற வரையில் எரிக்க வேண்டும். அரைப்பு, எரிப்பு ஆகியவைகட்குத் தக்கபடி 5 அல்லது 7 தடவையில் செந்தூரமாகிவிடும். வீரச் செந்தூரங்களில் இது ஒரு சிறந்த முறை. இதனால் வாய் வேகாது.

அளவு: 2 முதல் 4 அரிசி எடை.

அனுபானம்: தேன், பனைவெல்லம், வெள்ளைச் சர்க்கரை. இஞ்சிச்சாறு.

தீரும் நோய்: குன்மநோய், வளிநோய்கள், சன்னி, இரண நோய்கள் முதலியன.

பத்தியம்: நோய் வன்மை, உடல் வன்மைக்குத் தக்கபடி பத்தியம் காக்க வேண்டும்.

80. வீரப்பதங்கம்

தாம்பிரத்தைப் புளியிலைக் கனம் தகடுகளாக அடித்துக் கொள்ளவும். நெல்லிக்காய் கந்தகத்தைத் தண்ணீர் விட்டரைத்து மேற்படி தகட்டிற்குக் கவசித்து உலர்த்தி அகலில் இட்டு மேலகல் மூடிச் சீலைமண் செய்து புடமிட்டெடுக்க வெட்டையாகும்.

அதை உருக்கி ராவின பொடிக்குச் சமன் வீரம், இந்த இரண்டிற்கும் சமன் புளியாரை இலை. இவை எல்லாவற்றையும் அரைத்து ஒரு வில்லையாகச் செய்து ஒரு சட்டியின் நடுவில் வைத்து மேல் சட்டி மூடிப் பலமாக 7 சீலைமண் செய்து உலர்த்தி வட்ட அடுப்பில் வைத்து 4 சாமம் எரிக்க, மேல் சட்டியில் பதங்கம் ஏறியிருக்கும். அந்தப் பதங்கத்தை மிக்கக் கவனமாக எடுத்துக் கொள்ளவும்.

அளவு: 1/4 முதல் 1/2 வரை அரிசி எடை.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், நாட்டுச் சர்க்கரை, வெண்ணெய் முதலியன.

தீரும் நோய்: வளிநோய்களில் பக்கவாதம் முதலியன, குன்மநோய், குட்டநோய், சூலைநோய்.

81. ஆனந்தப் பைரவ இரசம்

சுத்தி செய்த இலிங்கம்

சுத்தி செய்த நாபித்தூள்

மிளகுத்தூள்

அரிசித்திப்பிலித்தூள்

பொரித்த வெங்காரத்தூள்

இவை அனைத்தும் வகைக்கு 3 வராகன் எடை.

செய்முறை: எல்லாவற்றையும் கல்வத்திலிட்டு 2 சாமநேரம் அரைத்துச் சிமிழில் அல்லது பீங்கான் குப்பியில் எடுத்து வைத்துக் கொள்ளலாம். விருப்பமானால் எலுமிச்சம்பழச் சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக விட்டு 2 சாமம் அரைத்து மாத்திரையாகவோ, மெழுகாகவோ வைத்துக் கொண்டும் உபயோகிக்கலாம்.

அளவு: 1 முதல் 2 குன்றிமணி எடை.

தீரும் நோய்: பக்கவாதம், கழிச்சல், சுரநோய்கள்.

பக்கவாதம் உள்ளவர்களுக்கு இம்மருந்தை உள்ளுக்கு உபயோகப் படுத்துவதுடன், இதையே நல்லெண்ணெயில் குழைத்து நோய் கண்ட இடங்களில் தேய்க்கக் குணம் உண்டாகும்.

80. இரசப்பற்பம்

சுத்தி செய்த இரசம் 5 வராகன் எடை

சிறுதேள்கொடுக்கிலைச் சாறு

சத்திச் சாறனணக் கிழங்குச் சாறு

பறங்கிப்பழுப்பு இலைச்சாறு-இவை மூன்றும் சம எடை

செய்முறை: இரசத்தைக் கல்வத்திலிட்டு மேற்படி கலவைச் சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து 4 சாமநேரம் அரைத்து மூசையில் அடைத்துச் சீலைமண் செய்து உலர்த்தி, இரச்தைக் கட்டும் முறைப்படி புடமிட வேண்டும். எப்படி எனில் முதல் தடவை உமிக் காந்தல் சூட்டின் முன் மூசையை வைத்துச் சூடு காட்டவேண்டும். பிறகு 3 பலம் கொண்ட 1 வறட்டியைக் கொளுத்தி புகையடங்கினபின் அச்சூட்டில் வைத்துப் புடமிட வேண்டும். பிறகு 6 பலம் வறட்டி, 9 பலம் வறட்டி, 12 பலம் வறட்டி எனப் படிப்படியாக உயர்த்திப் புடமிட வேண்டும். இவ்வாறு செய்ய இரசம் நெருப்புக்கு ஓடாமல் நின்று பற்பமாகிவிடும்.

மேற்கண்டபடி புடமிட்டுக் கொண்டு வருகையில் இரண்டு மூன்று தடவைக்கு ஒரு முறை மூசையில் இருப்பதை எடுத்து நிறுத்து முதலில் வைத்த எடையில் குறைந்தால், குறைந்த எடை இரசத்தை அதனுடன் சேர்த்து முன்போல் முன்சாற்றால் அரைத்துப் புடமிட வேண்டும். இவ்விதம் கைபாகமாகச் செய்து வந்தால் அக்கினிக்குப் பின்வாங்காத இரசப்பற்பமாகிவிடும்.

அளவு: 1 முதல் 2 அரிசி டை.

அனுபானம்: தேன், நெய், வெண்ணெய் முதலியன.

தீரும் நோய்: வளிநோய்கள், மேக நோய்கள், விரணங்கள் தீரும்.

81. உடும்பு ரசப்பற்பம்

உடும்பு பெரியது 1. இதனை அறுத்து, மேல் தோலை உரிக்காமல் வயிற்றைக் கீறி அதிலுள்ள குடல் முதலானவற்றை நீக்கிவிட வேண்டும்.

சுத்தி செய்த இரசம்	3 பலம்
வெடியுப்பு	
முந்திரியுப்பு	
கெந்தியுப்பு	
கறியுப்பு	
கந்தகம்- இவை வகைக்கு	1/2 பலம்
பொடுதலைச் சாறு செல்லத்தக்க அளவு	

செய்முறை: இச்சரக்குகளையெல்லாம் கல்வத்திலிட்டுச் சேர்த்தரைத்து. இரசம் மடிந்தபின்பு பொடுதலைச் சாற்றைச் சிறுகச்சிறுக வார்த்து 4 சாமம் அரைத்து உடும்பின் வயிற்றுக்குள் செலுத்தி அதன் வயிறு, கழுத்து, எருவாய் முதலியவைகளில் சந்து இல்லாமல் நூலால் தைத்துக் கொள்ளவும். இரண்டுபடி கொள்ளும் படியான மண்பானையில் 1 படி வறுத்த உப்பைக் கொட்டி அதன் நடுவில் முன் சித்தப்படுத்தின உடும்பை வைத்து அதன்மேலும் உடும்பு மறையும்படியாக வறுத்த உப்பைக் கொட்டிப் பானை வாயை மண் தாலத்தால் மூடி. 7 சீலைமண் செய்து உலர்த்திக் கஜபுடமிடவேண்டும். குளிர ஆறின பின்னர் பானை வாயைப் பிரித்துப் பொடித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இது கறுப்பு நிறத்தில் இருக்கும்.

அளவு: 2 முதல் 3 குன்றிமணி எடை.

அனுபானம்: நெய், தேன், வெண்ணெய் முதலியன நோய்க்குத் தகுந்தாற்போல்.

தீரும் நோய்: பக்கவாதம், சூலைக்கட்டு, முகவாதம், தனுர்வாதம், நரம்பைப் பற்றிய நோய்கள், வலிப்பு நோய்கள் முதலியன.

82. இரசச் சுண்ணம்

சுத்தி செய்த இரசம் 1 வராகன் எடை

கௌதும்பையிலைச் சாறு

குப்பைமேனியிலைச் சாறு - இரண்டும் வகைக்கு 1 பலம்

ஆறங்குலம் சுற்றளவுள்ளதும் மூன்றடி நீளமுள்ளதுமான 1 வாழைக் கட்டை.

செய்முறை: வாழைக் கட்டையின் இருபுறத்தையும் தரையில் படியும்படியாக அறுத்துவிடவேண்டும். அடிப்புறத்தை ஒரு ஓட்டின் மீது படியவைத்துக் காற்றில்லாத இடத்தில் நிறுத்தி நுனியின் நடுவில் 1 1/2 அங்கும் பள்ளம் செய்து அதில் முன்னிரண்டு சாறுகளையும் இரசத்தையும் விட்டு வறட்டியின் நடுவில் துளைத்து வாழைக் கட்டையின் வழியாகப் படிய வைக்கவேண்டும். இவ்விதம் ஒவ்வொரு வறட்டியாக துளை செய்து நுழைத்து வாழைக் கட்டையின் நுனி வரை இருக்குமாறு வைக்க வேண்டும். பின் மேலும் இரண்டு வறட்டி வைத்து நெருப்பிடவேண்டும்.

குளிர ஆறின பின்பு விழிப்போடு எடுத்தால் ஓட்டில் கறுப்பாக ஒரு கட்டியிருக்கும். அதன் நெய்ப்புப் பசை நீங்க ஒரு உறிஞ்சுதாளில் ஒரு இரவு வைத்திருந்து மறுநாள் எடுக்க நெய்ப்புப் பசை நீங்கியிருக்கும். இதுவே இரசச் சுண்ணம் ஆகும். இது மஞ்சளுக்குச் சிவக்கும்.

இதனைத் தனியே சாப்பிடமுடியாது. இதனை 5 பலம் பசுவின் நெய்யில் 2 குன்றிமணி எடை சேர்த்து வேளைக்குக் கால்பலமாகச் சாப்பிட்டுவர வேண்டும்.

தீரும் நோய்: பக்கவாதம், கீல்வாயு, பெருவியாதி முதலியன.

83. நீலகண்டப் பாலை

உலாந்தா இலிங்கம் 4 பலம்-ஒரே கட்டியாக இருக்கவேண்டும்.

இதனை அப்பிரகத்தகட்டின் மீது வைத்துக் கால் படி தாய்ப்பாலைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்துச் சுருக்கிட்டு வைத்துக் கொள்க.

துருசு, கௌரி பாடாணம், இரசக்கற்பூரம், பூங்கற்பூரம், பச்சைக்கற்பூரம், மயில் துத்தம், இலவங்கம், வெடியுப்பு, சீனாக்காரம், வெள்ளைப் பாடாணம், மனோசிலை, பூநீறு, தாளகம், இரசம் இவை வகைக்கு 2 1/2 வராகன் எடை.

செய்முறை: நாகத்தையும் வங்கத்தையும் உருக்கி, இரசத்தைத் தொந்தித்து, மற்ற சரக்குகளையும் சேர்த்துப் பொடித்து எலுமிச்சம்பழச்சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து 4 சாமநேரம் அரைத்துக் குகை செய்யவும்.

அடி கனத்த இரண்டு சட்டிகளை வாய் பொருந்துமாறு வாங்கவும். மேற்சட்டியின் உட்புறத்தில் சித்திரமூலச் சாற்றை உலர உலர 7தரம் பூசவும். கீழ்ச் சட்டியில் கறியுப்பு 3/4 படி, செங்கல்பொடி 3/4 படி- இவ்விரண்டையும் கலந்து இரண்டு பாகமாக்கி ஒரு பாகத்தைக் கீழ்ச்சட்டியில் அழுத்தி அதன் மேல் சித்திரமூல வேர்ப்பட்டைப் பொடி 2 பலம் போட்டு அதன் மேல் மேற்படி குகையை வைத்து, குகையில் முன் சுருக்குக் கொடுத்த இலிங்கத்தை வைத்துக் குகை நிறைய நல்வேளைச் சாற்றை விட்டு, மேலும் முன்போல் சித்திரமூல வேர்ப்பட்டைப் பொடியையும் உப்பு, செங்கல் பொடியையும் போட்டு மேற்சட்டி மூடிச் சந்து வாய்க்குப் புற்று மண் அரைத்து 7 சீலைமண் செய்து உலர்த்தி, வட்டடுப்பில் வைத்துக் காடாக்கினியாக 4 சாமமும் தீபாக்கினியாக 2 சாமமும் கமலாக்கினியாக 2 சாமமும் ஆக 8 சாமம் எரித்து ஆறவிட்டுக் கவசத்தைப் பிரித்து மேற்சட்டியில் உள்ள பதங்கத்தை எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

அளவு: 1 முதல் 1 1/2 குன்றி எடை.

அனுபானம்: பறங்கிப்பட்டைச் சூரணத்துடன் கலந்து 5 முதல் 7 வேளை மட்டும் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்: வளி நோய்கள், மேகவாயு, சூலைக் கட்டு முதலியன.

84. இரசச் செந்தூரம்

சுத்தி செய்த இரசம்	1 பலம்
சுத்தி செய்த நெல்லிக்காய் கந்தகம்	1 பலம்
எலுமிச்சம்பழச் சாறு	தேவையான அளவு

செய்முறை: மேற்படி இரண்டு சரக்கையும் கல்வத்திலிட்டு அரைத்து நன்றாகக் கறுத்த பின்னர் எலுமிச்சம் பழச் சாற்றைச் சிறுகச்சிறுக வார்த்து 4 சாமநேரம் அரைத்து உலர்த்திப் பொடித்து, முட்டையோட்டிலிட்டு மேலும் முட்டையோட்டால் மூடி, அதன் முழுவதும் 11 சீலை மண்செய்து கொஞ்சமும் ஈரமில்லாமல் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

ஒரு சட்டியில் 4 அங்குலம் மணலைப் பரப்பி அதில் குழி செய்து புது செங்கற்பொடியைப் போட்டு ஒரு முட்டையை வைக்க வேண்டும். இவ்விதமே முன்

சித்தப்படுத்தின முட்டைகளையெல்லாம் மணலுக்குள் குழிசெய்து செங்கற்பொடியைப் போட்டு அதன் நடுவில் வைக்கவேண்டும். கவசமானது ஒன்றோடொன்று படாமல் விலகியிருக்க வேண்டும். இவ்விதம் எல்லா முட்டைகளையும் வைத்தபின்பு ஒவ்வொரு முட்டையும் செம்மையாக மறையும்படியாக செங்கற்பொடியைப் போட்டமுத்தி அதன்மீது மணலைப்போட்டு மேற்சட்டி மூடி 7 சீலைமண் செய்துலர்த்தி அடுப்பேற்றிக் கமலாக்கினியாக 40 நாழிகை எரிக்கவேண்டும்.

இச்சமயத்தில் மேற்சட்டியின் மீது நெற்களைப் போட்டால் அது உடனே பொரியும். அதுவே பதமெனத் தெரிந்து நிறுத்திவிடவேண்டும். குளிர ஆறின பின்பு கவசங்களைக் கவனமாகப் பிரித்துப் பார்த்தால் சிவந்து செந்தூரமாக இருக்கும். பாகபேதத்தில் சில சமயங்களில் கறுப்பு வண்ணமாகி இருக்கும். எவ்விதம் இருந்தாலும் குணம் செய்வதில் தடையில்லை. ஆனால் சிவந்திருப்பதுதான் சிறப்புடையது.

அளவு: 1முதல் 2 குன்றி எடை.

அனுபானம்: நெய், தேன், மிளகுத்தூள், சுக்குத் தூள் முதலியன.

தீரும் நோய் : வளிநோய்கள், சுரநோய்கள்.

பத்தியம்: இச்சாபத்தியம்.

85. பாலரசச் செந்தூரம்

வாலை இரசம்	8 பலம்
நெல்லிக்காய் கந்தகம்	2 பலம் (சுத்தி செய்தது)
சுத்தி செய்த தாளகம்	1 பலம்
கறுத்துளசிச் சாறு	தேவையான அளவு

செய்முறை: இரசத்தையும் கந்தகத்தையும் சேர்த்து அரைத்துச் செம்மையாகக் கறுத்த பின்பு, தாளகத்தைத் தனியே பொடித்து அதில் சேர்த்து ஒரு மணி நேரம் அரைத்து மூன்றும் செம்மையாகக் கலந்தபின்பு கறுந்துளசிச் சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக விட்டு 8 சாமம் அரைத்து உலர்த்திப் பொடித்து, 7 சீலைமண் செய்து உலர்த்தின காசிக்குப்பியில் அரைபாகம் அடைக்கவும். ஒரு பானையில் 4 அங்குலம் மணலைப் போட்டு அதன்மீது மேற்படி குப்பி வைத்து வாய்மட்டம் வரை மணலைக் கொட்டி மேல்சட்டி மூடி சீலைமண் செய்துலர்த்தி எரித்து மஞ்சள் புகையுண்டாகி அது அடங்கிய பின் கல் கார்க் இட்டுத் தீபாக்கினியாக 1 சாமமும்

கமலாக்கினியாக 2 சாமமும் காடாக்கினியாக 4 சாமமும் எரித்துச் சிலாகை பதம் கண்டு ஆறவிட்டுக் குளிர ஆறின பின்பு குப்பியைத் தண்ணீரில் நனைத்து உடைத்தால் முருக்கம்பூப் போலச் செந்துரமாகியிருக்கும். இதனைப் பொடித்துப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 முதல் 1 1/2 குன்றி.

அனுபானம்:தேன், நெய், மிளகுத்தூள், சுக்குத்தூள், இஞ்சிச் சாறு முதலியன.

தீரும் நோய்: வளி நோய்கள், குன்மநோய், சயநோய் முதலியன.

86. சர்வநோய் அரிரசச் செந்தூரம்

சுத்தி செய்த இரசம்	6 பலம்
சுத்தி செய்த கந்தகம்	6 பலம்
சுத்தி செய்த உலாந்தா இலிங்கம்	1 $^{1}/_{2}$ பலம்
சுத்தி செய்த அரிதாரம்	8 வராகன் எடை
சுத்தி செய்த மனோசிலை	2$^{1}/_{2}$ வராகன் எடை
எருக்கம்பால்	
பூவரசம்பட்டைச் சாறு	
தும்பை இலைச்சாறு	
சிறு செருப்படைச்சாறு	
செம்முள்ளி இலைச்சாறு	
மாதுளையிலைச் சாறு	
மாதுளம் பூச்சாறு	
முருங்கைப்பூச்சாறு	

அனைத்துச் சாறுகளும் அரைப்புக்குத் தேவையான அளவு.

செய்முறை: இரசத்தையும் கந்தகத்தையும் தொந்தித்து அரைத்து நன்றாகக் கறுத்த பின்பு மற்ற சரக்குகளையும் தனித்தனியே பொடித்துச் சேர்த்து மேற்கண்ட சாறு ஒவ்வொன்றினாலும் ஒவ்வொரு சாமம் அரைக்கவேண்டும். தனித்தனியே எல்லா சாற்றிலும் அரைத்து உலர்த்தி எடுத்த பொடியை ஏழு சீலைமண் செய்து உலர்த்தின குப்பியில் அரைபாகம் இருக்கும்படியாகப் போடவும். அடிகனத்த

சட்டியில் 4 விரற்கனம் மணலைக் கொட்டி முன் சித்தப்படுத்தின குப்பியை வைத்துக் குப்பியின் கழுத்து வரையில் மணலைக் கொட்டி அடுப்பேற்றிக் கமலாக்கினியாக 24 சாமம் எரிக்க வேண்டும். எரிக்கும்போது மருந்துகள் மேலேறிக் குப்பி வாயைக் கட்டிக் கொள்ளுமாகையால் சிலாகையை அடிக்கடி விட்டு வாய்கட்டாமல் கிளறிக் கொடுத்து வர வேண்டும். ஒரு நாள் ஆறவிட்டு மறுநாள் எடுக்க முருக்கம்பூ போன்ற செந்தூரமாகியிருக்கும். குப்பியை எடுத்துத் தண்ணீரில் நனைத்து உடைத்து விழிப்புடன் செந்தூரத்தை எடுத்துப் பொடித்துப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 முதல் 1 1/2 குன்றி எடை.

அனுபானம்: மிளகுத்தூள், பறங்கிப்பட்டைத் தூள், பசுநெய், தேன், வில்வாதி இளகம் முதலியன.

தீரும் நோய்: வளி நோய்கள் முதலிய எல்லாவகை நோய்களுக்கும் வழங்கலாம்.

87. காளகண்ட செந்தூரம்

சுத்தி செய்த இரசம்
சுத்தி செய்த கந்தகம்
சுத்தி செய்த அரிதாரம்
சுத்தி செய்த இலிங்கம்
சுத்தி செய்த மனோசிலை
சுத்தி செய்த சீனாக்காரம்

இவை வகைக்கு 1 பலம்.

எலுமிச்சம்பழச்சாறு
குப்பைமேனிச் சாறு
செம்பரத்தம் பூச்சாறு -இவை வகைக்குத் தேவையான அளவு.

செய்முறை: இரசத்தையும் கந்தகத்தையும் தொந்தித்து அரைத்துச் செம்மையாகக் கறுத்தபின்பு மற்ற சரக்குகளையும் தனித்தனியே பொடித்துச் சேர்த்து அரைத்து முன்வகைச் சாறுகளில் தனித்தனியே மூன்று சாமம் அரைக்க வேண்டும்.

ஒவ்வொறு சாற்றாலும் அரைத்து வெயிலில் உலர வைத்து மறுவகைச் சாற்றை விட்டு அரைக்க வேண்டும். இவ்விதம் 3 வகை சாறுகளாலும் அரைத்துச்

சிறு வில்லைகளாகச் செய்து வெயிலில் உலர்த்தி ஒரு சட்டிக்குள் வைத்து அதன் மேல் தாம்பிரக் கிண்ணத்தால் மூடிச் சந்தில்லாமல் சீலை செய்து, கிண்ணத்தின் மீது மணலைக் கொட்டி 3 சாமம் எரிக்க வேண்டும். மணலானது கிண்ணத்தின் மீது நாலங்குலத்திற்குக் குறையாமலிருக்க வேண்டும். இவ்விதம் மேற்கண்டபடி எரித்து ஒரு நாள் ஆறவிட்டு எடுத்தால் எல்லா வில்லைகளும் சிவந்து செந்தூரமாகியிருக்கும். இதனைப் பொடித்துப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 முதல் 11/2 குன்றி எடை.

அனுபானம்: மிளகுத்தூள், பறங்கிப் பட்டைத்தூள், நெய், தேன் முதலியன.

தீரும் நோய்: பக்கவாதம், கைகால் முடக்கு, சூலை, சன்னி, சுரம் முதலியன.

88. சுய இரசச் செந்தூரம்

இரசச் செந்தூரம்	1 பலம்
தாய்ப்பால்	1/4 படி

செய்முறை: மேற்படி செந்தூரத்தை ஒரு ஓட்டில் வைத்து அடுப்பேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்து மேற்படி பாலைச் சிறுகச்சிறுக வார்த்துச் சுருக்கிட்டுப் பாலெல்லாம் சென்றபின்பு ஆறவிட்டுக் குளிர ஆறின பின்பு கட்டியின் மீதுள்ளவைகளைத் துணியால் துடைத்துச் சுத்தி செய்து கல்வத்தில் பொடித்துப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 முதல் 1 1/2 குன்றி எடை.

அனுபானம்: தேன், வெல்லம், பசுநெய், வில்வாதி இளகம், பஞ்சதீபாக்கினி இளகம் முதலியன.

தீரும் நோய்: வளிநோய்கள், கைகால் முடக்கு, சூலை, சன்னி, சுரம் முதலியன.

89. உத்தர இரசச் செந்தூரம்

சுத்தி செய்த இரசம்	6 பலம்
சுத்தி செய்த நாபி	3 பலம்
சுத்தி செய்த சாதிலிங்கம்	1 1/2 பலம்
சுத்தி செய்த மனோசிலை	1 பலம்
சுத்தி செய்த வெங்காரம்	1 பலம்
செருப்படைச் சாறு	

கற்றாழைச் சாறு

மாதுளம்பூச் சாறு அல்லது இலைச் சாறு - மூன்று சாறுகளும் தேவையான அளவு.

செய்முறை: இரசத்தையும் கந்தகத்தையும் சேர்த்தரைத்துச் செம்மையாகக் கறுத்தபின்பு மற்ற சரக்குகளையும் தனித்தனியே பொடித்து இதனுடன் சேர்த்து 1 மணிநேரம் அரைத்துச் செருப்படைச் சாற்றைச் சிறுகச்சிறுக வார்த்து ஒரு சாமநேரம் அரைத்து, வெயிலில் வைத்து ஈரத்தை உலர்த்திக் கொள்ளவும்.

பிறகு சோற்றுக் கற்றாழைச் சாற்றில் ஒரு சாமம் அரைத்து முன்போல் உலர்த்திக் கொள்ளவும். அதன்பின் மாதுளம்பூச் சாற்றில் 12 சாமம் அரைத்து உலர்த்திப் பொடி செய்து 7 சீலைமண் செய்துலர்த்தின காசிக் குப்பியில் அரைப் பாகம் இட்டு வாய்க்குப் பலப்பக்கல் கார்க்கிட்டுச் சீலைமண் செய்யவும். அடிகனத்த பானையில் நான்கு விரல்கடை மணலிட்டு அதன்மேல் குப்பியை வைத்துக் குப்பியின் கழுத்துவரை மணலிட்டுத் தீபாக்கினி 1 சாமம், கமலாக்கினி 2 சாமம், காடாக்கினி 21 சாமம் என எரித்து ஆறவிட்டுக் குப்பியை உடைத்துப் பார்க்கச் செந்தூரமானது முள்முருக்கம்பூப் போல சிவந்திருக்கும்.

அளவு : $^1/_2$ முதல் 1 குன்றி எடை.

அனுபானமும் தீரும் நோய்களும்: வெண் நொச்சிச் சாறு 1 $^1/_2$வராகன் எடை, தேன் 1 $^1/_2$ வராகன் எடை. இவ்விரண்டையும் சேர்த்து மேற்கண்ட செந்தூரத்தை அளவுப்படி கலந்து இரண்டு வேளையும் 40 நாட்கள் உட்கொள்ள வளிநோய்களும் சன்னிநோய்களும் தீரும்.

90. சர்வநோய்ஹர சண்டமாருதச் செந்தூரம்

சுத்தி செய்த இரசம்	3 பலம்
கந்தகம்	3 பலம்

கற்றாழைச்சாறு

கூத்தன் குதம்பைச்சாறு

அரசம்பட்டையையும் கடுக்காய்யையும் சேர்த்திடித்து ஊறவைத்தநீர்

செம்முள்ளிச்சாறு - இவை தேவையான அளவு.

செய்முறை: மேற்படி இரசத்தையும் கந்தகத்தையும் தொந்தித்து அரைத்து வெயிலில் உலர்த்திக் கொள்ளவும்.

1 பலம் கடுக்காயையும் 1 பலம் அரசம் பட்டையையும் நையச் சிதைத்து நன்றாகப் பிசைந்து வடிகட்டித் திப்பி நீக்கின நீரை விட்டு முன்போலவே ஒரு நாளரைத்து மறுநாள் உலர்த்திக் கொள்ளவும்.

பிறகு செம்முள்ளிச் சாற்றை விட்டு 3 நாளரைத்து வெயிலில் உலர்த்திப் பொடித்து, ஒரு சீலைமண் செய்துலர்த்தின புட்டியில் 1/2 பாகம் இருக்கும்படி போட்டு வாய்க்குப் பலப்பக்கல் மூடியிட்டு அதற்கும் சீலைமண் செய்துலர்த்தவும். ஒரு பெரிய பானையை வட்டடுப்பின் மீது வைத்து அதன் மீது முன் தயாரித்த குப்பியை வைத்துக் குப்பி வாய் தெரியும்படியாக மணலைக் கொட்டி நிரப்பி, சிறிய விறகினால் தீபாக்கினியாக 1 சாமமும்கமலாக்கினியாக 2 சாமமும் பெரிய விறகினால் காடாக்கினியாக 21 சாமும் எரிக்க வேண்டும். பிறகு ஆறவிட்டுக் குப்பியைத் திறந்து பார்க்கச் செந்தூரம் முருக்கம்பூப் போல் சிவந்திருக்கும்.

அளவு: 1 முதல் 2 குன்றி எடை.

அனுபானமும் தீரும் நோய்களும்: மேல்தோல் சீவின சுக்கு, மிளகு, அரிசித்திப்பிலி இவற்றை இளவறுப்பாக வறுத்துத் தனித்தனியே சூரணித்து வகைக்கு 5 குன்றிமணி எடை. தேன்1 வராகன். இவற்றைக் கலந்து மேற்படி செந்தூரத்தை அளவுப்படி கலந்து காலைமாலை 2 வேளையும் 40 நாட்கள் கொள்ள மகாவாதம், தீவிரவாதம், சூலை நோய்கள், இதர வளிநோய்கள் யாவும் தீரும்.

அண்டத் தைலம் தேவையான அளவுடன் செந்தூரத்தை அளவுப்படி குழைத்து முகத்தின்மேல் பூச்சாகப்பூச முகவாதம் தீரும்.

நற்சீரகத்தூள் 1 வராகன் எடை, வெண்ணெய் 5 வராகன் எடை - இவ்விரண்டையும் மேற்படி செந்தூரத்துடன் அளவுப்படி சேர்த்து 2 வேளை 20 நாட்கள் உட்கொள்ள அனைத்து வகை வளி நோய்களும் தீரும்.

91. இரசப்பிரளயச் செந்தூரம்

சுத்தி செய்த இரசம் 3 பலம்
சுத்தி செய்த
நெல்லிக்காய் கந்தகம் $2\frac{1}{2}$ பலம்
செம்முள்ளியிலைச் சாறு
செம்பரத்தம்பூச் சாறு
மிளகுத்தக்காளிச்சாறு
செருப்படைச்சாறு

மாதுளை இலைச்சாறு

மாதுளம் பூச்சாறு - தேவையான அளவு.

செய்முறை: மேற்கண்ட இரண்டு சரக்குகளையும் தொந்தித்தரைத்து நன்றாக கறுத்தபின்பு மேற்கண்ட ஆறுவகை சாறுகளினாலும் ஒவ்வொருநாள் அரைத்து ஒவ்வொருநாள் உலர்த்தி முடிவாகச் செம்மையாக உலர்த்திப் பொடித்து 7 சீலைமண் செய்த கங்காசலக் குப்பியில் அரைவாசியிட்டுக் குப்பிவாய்க்கு மாக்கல் மூடியிட்டுச் சீலை செய்து உலர்த்தவும். செந்தூரப் பானையில் நான்கு விரக்கடை மணலிட்டு அதன்மேல் குப்பியை வைத்துப் பானை நிறைய மணலிட்டு வட்டடுப்பில் ஏற்றிச் சிறு விறகால் தீபாக்கினியாக ஒரு சாமமும் கமலாக்கினியாக இரண்டு சாமமும், 21 சாமம் காடாக்கினியாகவும் எரித்துக் குளிர ஆறவிட்டுக் குப்பியை உடைத்துப் பார்த்தால் முருக்கம்பூ போன்ற வண்ணமுள்ள செந்துரமாய் இருக்கும். இதனைப் பொடி செய்து புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அனுபானமும் தீரும் நோய்களும்: திரிகடுகும் தேனும் சேர்ந்த கலவையுடன் செந்தூரத்தை அளவுப்படி கொடுக்க வளிநோய்கள், சூலைகள் தீரும். நாளுக்கு 2 வேளையாக 20 நாட்கள் உட்கொள்ளலாம்.

- ❖ வெண்ணொச்சிச் சாற்றில் கலந்து கொடுக்க மகாவாதம் நீங்கும்.
- ❖ வாதமடக்கிச் சாற்றில் வழங்க சர்வாங்க வாதம் நீங்கும்.
- ❖ முருங்கையின் வடக்கே போகும் வேர்ப்பட்டையைத் தண்ணீர் சேர்த்தரைத்து 2 குன்றி எடை செந்தூரத்தை அதனுடன் குழைத்து மேலே பூசிவர 10 நாளில் திமிர்வாதம் நீங்கும்.
- ❖ கால் ஆழாக்கு வாகையிலைச் சாற்றில் உட்கொள்ள மணிக்கட்டு வாதம் நீங்கும்.

இச்செந்தூரத்திற்குத் திரிபுரத் தாண்டவ இரசச் செந்தூரம் என்ற வேறு பெயருமுண்டு

பத்தியம்: உடல் நிலை, நோய் நிலைக்குத் தகுந்தாற்போல் பத்தியம் மேற்கொள்ளவும்.

92. பக்கவாத உசிதம்

சுத்தி செய்த இரசம் 3 வராகன் எடை எடுத்து ஒரு கறுப்புப் புறாவின் வாயில் விட்டு அது உள்ளே சென்றபின்பு, அதன்மீது 3 வராகன் எடை செந்தேனை விட்டு அதுவும் சென்ற பின்பு ஒரு மணி நேரம் வேறு ஆகாரம், தண்ணீர் எதுவும் கொடுக்காமல் அதனை அறுத்து, அது கொள்ளும்படியான ஒரு சட்டியில் வைத்து

மேல் சட்டி மூடிச் சீலைமண் செய்து பெரும்புடமாகப் போட்டு ஆறினபின்னர் எடுத்தால் எல்லாம் பற்பமாகியிருக்கும். இதனைப் பொடித்துப் பளிங்கு குப்பியில் வைத்துக் கொள்க.

அளவு: 1/2 முதல் 1 வராகன் எடை.

அனுபானம்: தேன், உத்தாமணிச்சாறு, வேப்பெண்ணெய்.

தீரும் நோய்: பக்கவாதம் முதலான வளிநோய்கள் தீரும். இளமை உடலினர்க்கு மிகவும் ஏற்றது.

93. வித்துரச மெழுகு

சுத்தி செய்த இரசம் 5 வராகன் எடை

சேராங்கொட்டைப் பருப்பு 1 பலம்

செய்முறை: இவ்விரண்டையும் கல்வத்திலிட்டு 2 சாம நேரம் அரைத்து மெழுகுபோலான பின்பு பீங்கான் சிமிழில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1/4 முதல் 1/2 குன்றி எடை.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், சர்க்கரை, வெண்ணெய் முதலியன.

தீரும் நோய்: இருவேளை 7 அல்லது 9 நாட்கள் சாப்பிட தோள் வாதம், குதிகால்வாதம், அண்டவாதம், கரளை கட்டின சூலை, இலிங்கப் புற்று, யோனிப்புற்று முதலியன தீரும்.

94. கண்ட ரச மெழுகு

சுத்தி செய்த வாலை இரசம் 1 1/4 வராகன் எடை, கண்டங்கத்தரிப் பழச் சாறு 1/4 படி.

செய்முறை: இரசத்தைக் கல்வத்தில் விட்டு மேற்படிச் சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து, சாறு எல்லாவற்றையும் செலுத்தி அரைத்து மெழுகான பதத்தில் எடுத்துப் பீங்கான் சிமிழில் வைக்கவும்.

அளவு: 1/2 முதல் 1 குன்றியளவு.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், வெண்ணெய், சர்க்கரை.

தீரும் நோய்: வளிநோய்கள், சுரம், சன்னி, சூலை, மார்பு வலி முதலியன.

பத்தியம்: இச்சாபத்தியம். நெய், பால் இவைகளை அதிகமாகச் சேர்க்கவும்.

95. சித்த ரச மெழுகு

சுத்தி செய்த இரசம்	2 வராகன் எடை
சிற்றாமுட்டியிலை	தேவையான அளவு

செய்முறை: இரசத்தைக் கல்வத்தில் போட்டுச் சிற்றாமுட்டியிலையை ஒவ்வொன்றாகச் சேர்த்து அரைக்க வேண்டும். மெழுகு பதமான சமயத்தில் வழித்துப் பீங்கான் சிமிழில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

அளவு: 1 முதல் 2 குன்றியளவு.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், சர்க்கரை, வெண்ணெய்.

தீரும் நோய்: வளிநோய்கள், மேகநோய்கள் சூலைநோய்கள், மார்புவலி முதலியன.

பத்தியம்: இச்சா பத்தியம். நல்லெண்ணெய், கடுகு நீக்கவேண்டும். 40 நாள் சாப்பிட்டாலும் வாய் பிடிக்காது.

96. இரத்தினாகர ரச மெழுகு

முதலில் இரத்தினாகர மெழுகுத் தைலம் செய்முறையை அறிய வேண்டும். இதற்குச் சிற்றாமணக்கெண்ணெய் 1/4 படி, சுத்தி செய்த கந்தகம் 1 பலம், சாணிப்பாலில் வேகவைத்து மூக்கு வெட்டி சுத்தி செய்த சேராங்கொட்டை 30 எண்ணிக்கை.

எண்ணெயை அடுப்பேற்றி அதில் கந்தகத்தைப் பொடித்துப் போட்டு உருகினவுடன் சேராங்கொட்டையை இரண்டிரண்டாக வெட்டிப்போட்டுக் கொட்டை மிதந்து சிவந்த பதத்தில் கீழிறக்கி எண்ணெயை இறுத்துத் தனியே வைத்துக் கொள்க. இதுவே இரத்தினாகரத் தைலம்.

வாலைரசம்	1 பலம்
இரத்தினாகரத் தைலம்	1 பலம்
பசுநெய்	1 பலம்
பனைவெல்லம்	2 பலம்

செய்முறை: மேற்படி இரசத்தையும் தைலத்தையும் சேர்த்தரைத்து இரசம் மடிந்த பின்னர் மற்றிரண்டையும் சேர்த்தரைக்க மெழுகாகும். அதைப் பீங்கானில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 3 முதல் 4 குன்றி எடை.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், சர்க்கரை, வெண்ணெய் முதலியன.

தீரும் நோய் : இதனை 3 நாள் 6 வேளை உபயோகிக்கக் கை கால் முடக்கு, சூலை, குட்டம், புற்று, மேக விரணங்கள் தீரும்.

பத்தியம்: இச்சா பத்தியம். நல்லெண்ணெய், கடுகு, நீக்கவும். புளி, கரப்பான் பண்டம் தள்ளவும். நெய், பால், தயிர், இறைச்சி அதிகமாகச் சேர்க்கவும்.

97. வெள்வங்கப் பற்பம்

புது மண் பாத்திரத்தில் சுண்ணாம்பைப் பூசி உலர்த்த வேண்டும். இவ்விதம் சுமார் ஒரு நூற்கனம் சுண்ணாம்பு ஏறினபின் அதில் தூய்மை செய்த வெள் வங்கத்தைப் போட்டு அடுப்பேற்றிக் காடாக்கினியாக எரித்து வந்தால் வங்கமானது மடிந்து போகும். அவ்வாறு மடிந்து போனதைக் கல்வத்திலிட்டுக் கொண்டைக் கடலைக் குடிநீரைச் சிறுகச்சிறுக வார்த்து 4 சாமத்திற்குக் குறையாமல் அரைத்து வில்லை தட்டிக் காயவைத்து உலர்த்தி ஓட்டில் வைத்து மேலோடு மூடி 5 சீலைமண் செய்து உலர்த்திக் கஜபுடமிட்டு எடுக்க, சிறந்த பற்பமாகி இருக்கும். இதில் ஏதேனும் களங்கமிருந்தால் இன்னொரு தடவையும் அரைத்துக் கஜபுடமிட்டு எடுத்துக் கொள்ளவும். ஒழுங்குமுறையாகப் போட்டால் ஒரே தடவையில் பற்பமாகி விடும். இரண்டாம் தடவையும் புடம்போட வேண்டும் என்ற அவசியம் இல்லை.

கொண்டைக் கடலைக் குடிநீர் செய்முறை: கொண்டைக் கடலை 1/4 படியை 1 படி நீரில் போட்டு ஒரு நாள் ஊற வைத்து மறுநாள் காய்ச்சி அரைப்படியாகச் சுண்ட வைத்து வடிகட்டித் திப்பி நீக்கி எடுத்துக் கொள்ளவேண்டியதே கடலைக் குடிநீர்.

அளவு: 2 முதல் 3 குன்றிமணி எடை.

துணைமருந்தும் தீரும் நோயும்: இஞ்சிச் சாறு 3 வராகன் எடை, தேன் 3 வராகன் எடை- இவ்விரண்டையும் மேற்கண்ட பற்பத்துடன் அளவுப்படி சேர்த்துண்ணச் சூலைவாயு தீரும்.

சோம்பைத் தண்ணீர் விட்டரைத்த சாறு, தேன்- இவ்விரண்டையும் 3 வராகன் எடை எடுத்து மேற்கண்ட பற்பத்துடன் அளவுப்படி உண்ண ஆனந்தவாயு தீரும்.

தண்ணீர்விட்டான் கிழங்குச் சாறு, தேன் ஆகியவற்றில் மூன்று வராகன் எடை எடுத்துப் பற்பத்துடன் அளவுப்படி உண்ணப் பிரமேகம் சம்பந்தமான கீல்வாயு, முடக்குவாயு முதலியன தீரும்.

எல்லா வகை சூலை நோய்களுக்கும் இது சிறந்த மருந்தாகும்.

98. வெள்வங்கப் பற்பம் (வேறு முறை)

தூய்மை செய்த வெள்வங்கம்	1 பங்கு
கறுவேலம்பட்டையை எரித்தெடுத்த சாம்பல்	4 பங்கு
புளியம்புறணி எரித்த சாம்பல்	4 பங்கு
மனோசிலை	செல்லத்தக்க அளவு
எலுமிச்சம்பழச்சாறு	செல்லத்தக்க அளவு

செய்முறை: மேற்படி வங்கத்தை இரும்புச் சட்டியில் வைத்து உருக்கி, இரண்டு சாம்பல்களையும் ஒன்றாகச் சேர்த்துச் சிறுகச்சிறுக வங்க முகத்தில் கொடுத்து இரும்புத் துடுப்பால் கிண்டிவரவேண்டும். ஒரு சாமத்திற்குள் மேற்படி சாம்பல் எல்லாவற்றையும் கொடுத்துக் கை விடாமல் துழாவிக் கொண்டிருந்தால் வங்கமானது மடிந்துபோகும். பின் அதற்குச் சமனெடை மனோசிலையைச் சேர்த்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து எலுமிச்சம்பழச் சாற்றைச் சிறுகச்சிறுக விட்டு 2 சாமம் நன்றாய் அரைத்து வில்லை செய்து உலர்த்தி அகலிலிட்டு மேலகல் மூடி 7 சீலைமண் செய்து கஜபுடமிட்டுக் குளிர ஆறினபின்பு எடுக்க, மிகத் தூய்மையான பற்பமாகி இருக்கும். இது எல்லாவிதத் தேர்வுக்கும் ஒத்திருக்கும்.

துணைமருந்தும் தீரும் நோய்களும்:

கொடிவேலி வேர்ப்பட்டைத்தூள் 8 குன்றி எடை, கண்டத் திப்பிலித்தூள் 4 குன்றி எடை, தேன் 3 வராகன் எடை. இவை எல்லாவற்றையும் கலந்தரைத்து எடுத்து, மேற்கண்ட பற்பத்தை அளவுப் படி வழங்க, தனுர்வாயு முதலான வளி நோய்கள் தீரும்.

மேலும் இம்மருந்து விந்துக்குறைவு நோய், பிரமிய நோய்கள், கண்டமாலை, காக்கை வலிப்பு, மூர்ச்சை நோய், சிறுநீரக நோய்கள், கல்லடைப்பு, பவுத்திரம், கும்பகாமாலை போன்றவற்றிற்கும் வெவ்வேறு துணை மருந்துகளுடன் வழங்கலாம்.

99. வெள்வங்கச் செந்தூரம்

தூய்மை செய்த வெள்வங்கம் 1 பலம் எடுத்து மெல்லிய தகடாகச் செய்து சன்னப் பொடியாகக் கத்தரித்துக்கொள்ள வேண்டும்.

புளி இலைச்சாறு

ஆலங்கொழுந்துச்சாறு

விழுதியிலைச் சாறு
சீத்தாபாடி இலைச்சாறு
பொன்முசுட்டை இலைச்சாறு
சிற்றரத்தை இலைச்சாறு - வகைக்கு 1 $^1/_2$ ஆழாக்கு

செய்முறை: மேற்படி வங்கப் பொடியைக் கல்வத்தில் இட்டு புளியிலைச் சாற்றைச் சிறுகச்சிறுக விட்டு அரைக்க வேண்டும். 1 $^1/_2$ ஆழாக்கு சாறு முழுதும் விட்டு அரைத்த பின்னர் வில்லை தட்டி வெயிலில் உலர்த்தி ஓட்டிலிட்டு மேலோடு மூடி 5 சீலைமண் செய்து, 60 பலம் வறட்டியில் புடமிட்டு ஆறினபின்னர் எடுக்கவும்.

பின் இதனைத் தொடர்ந்து மற்ற சாறுகளையும் விட்டு தனித்தனியே அரைத்துப் புடமிட்டெடுக்கவும். இவ்வாறு ஆறுபுடமிட்டு எடுக்கும்பொழுது செந்தூரம் முருக்கம்பூ போல் சிவந்திருக்கும்.

அளவு: 1 முதல் 2 குன்றி எடை.

துணைமருந்தும் தீரும் நோயும்: மிளகு இரசத்தில் கலந்துண்ண வளிநோய் தீரும்.

100. நாகப்பற்பம்

தூய்மை செய்த நாகம்	2 பலம்
வேப்பிலைப் பழுப்பு	செல்லத்தக்க அளவு

செய்முறை: இரும்புக் கரண்டியைச் சுத்தமாக விளக்கி அதில் நாகத்தை இட்டுக் கொல்லுலையில் வைத்து உருக்கி மேற்படி வேப்பிலைப்பழுப்பைச் சிறுகச் சிறுகப்போட்டு இரும்புத்துடுப்பால் வறுத்துவர, சோளப் பொரிபோல நாகமானது பொரிந்து பற்பமாகி விடும்.

அளவு: 2 முதல் 3 குன்றிமணி எடை.

தீரும் நோய்: தேன் 1 வராகன் எடையில் மேற்படி பற்பத்தை முதல் நாள் மூன்று குன்றிமணி எடை சேர்த்துக் காலையில் மாத்திரம் ஒரு வேளை உட்கொள்ள வேண்டியது. இரண்டாம் நாள் காலையில் 6 குன்றிமணி எடை பற்பத்தை மேற்கண்டபடி கலந்து உட்கொள்ள வேண்டும். இவ்விதம் 7 நாட்கள் நாள்தோறும் மும்மூன்று குன்றிமணி எடையாக உயர்த்தி உட்கொள்ள வேண்டியது. இவ்விதம் செய்யச் சூலைக் கட்டு, மேகவாய்வு, கை கால் பிடிப்பு முதலியன தீரும்.

பத்தியம்: புளி, புகை, புணர்ச்சி,மீன், கருவாடு ஆகியவற்றை நீக்கவேண்டும்.

101. வெள்ளைப்பாடாணக் கட்டு

சுத்தி செய்த பாடாணக்கட்டி 1 பலம்

சுவர் முள்ளங்கியிலைச் சாறு 1 பலம்

செய்முறை: மேற்படி சாற்றை ஒரு சிறு கலயத்தில் முக்கால்வாசி விட வேண்டும். இதற்குள் மேற்படி கட்டியைப்போட்டு வாய்க்குச் சில்லிட்டுச் சீலைமண் செய்துலர்த்தி, 40 பலம் வறட்டியில் புடமிடவேண்டும். இந்தக் கட்டியில் கொஞ்சம் நெருப்பில் போட்டுச் சோதித்தால் புகையாமல் இருக்க வேண்டும். புகைந்தால் புகைஅடங்குகிற வரையில் முன்போல ஒன்றிரண்டு புடம்போட்டுச் சித்தப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

அளவு: ஒரு கசகசா முதல் அரை அரிசி எடை வரை.

அனுபானம்: தேன், வெண்ணெய்.

தீரும் நோய்: நாட்பட்ட சுரம், வாதநோய்கள் முதலியன.

102. பாடாணப் பற்பம்

சுத்தி செய்து கட்டிய பாடாணம் 1 பலம்

வேப்பிலைச்சாறு செல்லத்தக்க அளவு

சோடா மாவு 6 வராகன் எடை

செய்முறை: பாடாணத்தைக் கல்வத்தில் பொடித்து மேற்படி வேப்பிலைச் சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து 4 மணி நேரம் அரைத்துப் பின்பு சோடா மாவைச் சேர்த்து இரண்டு மணிநேரம் அரைத்து வில்லை செய்துலர்த்தி அகலில் வைத்து மேலகல் மூடி 5 சீலைமண் செய்து உலர்த்தி 1 வீசை காட்டெருவில் புடமிட்டு ஆறினபின் எடுக்கப் பற்பமாகியிருக்கும்.

அளவு: ஒரு கசகசா முதல் 1/2 அரிசி எடை வரை.

அனுபானம்: 1 1/2 பலம் வெண்ணெயுடன் கலந்து வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும். பாலேடு போல் நெய்ப்புப் பசையுள்ள ஆகாரங்கள், நெய் முதலியவற்றை அதிகமாகச் சேர்க்கவும்.

தீரும் நோய்: நரம்புகளைப் பற்றின நோய்கள், கை கால் நடுக்கல் தீரும். உடல் வலிமை உண்டாகும்.

103. பாடாணப் பற்பம் (வேறு முறை)

சுத்தி செய்து கட்டின பாடாணம் 1/4 பலம்

செய்முறை: இரண்டு பலம் கஞ்சா இலையை அரைத்து அதற்குள் வைத்து மூன்று சீலைமண் செய்து, 10 பலம் வறட்டியை அடுக்கி நெருப்பிட்டு எரித்துப் புகை வைத்து மூடி விடவேண்டும். ஆறினபின்பு கட்டியை எடுத்து முன்போல் இரண்டு பலம் கஞ்சா இலையை அரைத்துக் கவசித்துச் சீலைமண் செய்து புடமிடவும். இவ்விதம் மடக்கி மடக்கி நாலைந்து தடவை புடமிட்டால் பற்பமாகிவிடும்.

அளவு: 1 அரிசி எடை.

அனுபானம்: பாலேடு, வெண்ணெய், வெற்றிலை முதலியன.

தீரும் நோய்: நரம்பினை வன்மைப்படுத்தும்.

104. பாடாணப் பற்பம் (வேறு முறை)

சுத்தி செய்து கட்டின பாடாணம் 1/2 பலம், மிளகாய்ப் பழச் சாறு தேவையான அளவு.

செய்முறை: மேற்படி பாடாணத்தைக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து மேற்படி சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து 4 சாமமரைத்துச் சிறு வில்லைகளாகச் செய்துலர்த்திக் கொள்ள வேண்டும். பின்பு 5 பலம் ஆமணக்கிலையை அரைத்து விழுதுக்குள் வைத்து 3 சீலைமண் செய்து 1 வீசை வறட்டியில் புடமிட்டு ஆறினபின்னர் எடுக்கப் பற்பமாகும்.

அளவு: 1 அரிசி எடை.

அனுபானம்: தேன், நெய் முதலியன.

தீரும் நோய்: பக்கவாதம், முகவாதம், முடக்குவாதம் முதலான வளி நோய்கள் தீரும்.

105. பாடாணப் பற்பம் (வேறு முறை)

சுத்தி செய்த பாடாணக் கட்டி 1 பங்கு. இதற்கு எட்டு பங்கு எடையுள்ள பருமனான வெங்காயம் 1 பாடாண எடைக்கு இணையாக கம்பி வெடியுப்பு.

செய்முறை: வெங்காயத்தைக் குடைந்து வெடியுப்பைப் பொடி செய்து இரண்டு பங்காக்கி ஒரு பங்கை வெங்காயத்துள் பரப்பி அதன்மேல் பாடாணக்கட்டியை வைத்து அதன் மீது மறுபங்கு வெடியுப்புத்தூளைப் போட்டு முன்வெங்காயத் தூளையே போட்டமுத்தி, 3 சீலைமண் செய்துலர்த்தி 1 வீசை வறட்டியில் புடமிட்டு ஆறினபின் எடுக்கப் பற்பமாகியிருக்கும். அனுபவத்தால்

இதன் புடத்திட்டத்தை நிதானித்து அறிந்து கொள்ள வேண்டும்.

அளவு: 1 அரிசி எடை முதல் 2 அரிசி எடை வரை.

அனுபானமும் தீரும் நோயும்: சுத்தி செய்த மைசாட்சித்தூள் 4 குன்றிமணி எடை, கற்றாழைச் சோறு 3 வராகன் எடை, தேன் 1 வராகன் எடை. இவை எல்லாவற்றையும் கலந்து மேற்படி பற்பத்துடன் உட்கொள்ளக் கீல்வாதநோய்கள் கணுவாதம் முதலான எல்லாவித வளி நோய்களும் தீரும்.

106. பஞ்சபாடாணச் செந்தூரம்

சுத்தி செய்த பாடாணம் -	1 பலம்
சுத்தி செய்த இலிங்கம் -	1 பலம்
சுத்தி செய்த மனோசிலை -	1 பலம்
சுத்தி செய்த கந்தகம் -	1 பலம்
சுத்தி செய்த இரசக்கற்பூரம் -	1 பலம்

வெற்றிலைச் சாறு, பருத்தியிலைச் சாறு, துளசி சமூலச்சாறு, வேலிப்பருத்தி சமூலச் சாறு, பொடுதலை சமூலச்சாறு தேவையான அளவு.

செய்முறை: மேற்படி 5 சரக்குகளையும் தனித்தனியே பொடிக்கவும். பிறகு எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து 1 சாம நேரம் அரைத்து மேற்படி சாறுகளை ஒவ்வொன்றாகச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து நன்னான்கு சாமநேரம் அரைத்து ஒரே வில்லையாகச் செய்து நான்கு நாட்கள் வெயிலில் உலர்த்தவும். வாய்பொருந்தும் இரண்டு சட்டிகளை எடுத்துக் கீழ் சட்டியில் வில்லையை வைத்து வெற்றிலையைப் போட்டு மூடிப் பின் மேற்சட்டி மூடி, சீலைமண் செய்துலர்த்தி அடுப்பின் மீதேற்றித் தீபாக்கினியாக 4 சாமநேரம் எரித்துக் குளிர ஆறினபின் கவசத்தைப் பிரித்து மேல் சட்டியில் இருப்பதைச் சுரண்டி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இது சிவந்து செந்தூரமாகியிருக்கும்.

அளவு : 1 முதல் 2 அரிசி எடை.

அனுபானம்: தேன், இஞ்சிச்சாறு, நெய், விளக்கெண்ணெய், இளகங்கள் முதலியன.

தீரும் நோய்: வளிநோய்கள் அனைத்திலும் வழங்கலாம்.

107. சண்முக மெழுகு

சுத்தி செய்த வீரம்	1 வராகன் எடை
இரசக்கற்பூரம்	1 வராகன் எடை

இலிங்கம்	1 வராகன் எடை
மேல்தோல் சீவின	
சுக்குத் தூள்	3 வராகன் எடை
கிராம்புத் தூள்	1 வராகன் எடை
ஏலரிசித்தூள்	3 வராகன் எடை
தேன்	செலத்தக்க அளவு

செய்முறை: மேற்கண்ட சரக்குகளை ஒன்றாகச் சேர்த்து 1 மணி நேரம் கைபடாமல் அரைத்து எல்லாம் கலந்த பின்பு தேன் சிறுகச்சிறுக வார்த்து இரண்டு சாம நேரம் அரைத்து மெழுகுபதத்தில் பீங்கான் சிமிழில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 முதல் 1/2 குன்றிமணி எடை.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், சர்க்கரை, வெண்ணெய், சுக்கை அரைத்த விழுது முதலியன.

தீரும் நோய்: சூலை, சந்துவாதம், அங்குலி வாதம், கீல்வாதம், அனைத்துறுப்பு வாதம் முதலிய பலவகை வளிநோய்களும், சுரம், சன்னி முதலியனவும் தீரும்.

108. விடாமிர்தமை

சுத்தி செய்த இரசம்
சுத்தி செய்த அரிதாரம்
சுத்தி செய்த கந்தகம்
சுத்தி செய்த நிர்விஷம்
கருநாபி
நாட்டு வெங்காரம்
கறுஞ்சீரகம்
பெருங்காயம்
மனோசிலை
இந்துப்பு

மேற்கண்ட சரக்குகள் வகைக்கு	$1\,^{1}/_{4}$ வராகன் எடை
வாளப்பருப்பு	$12\,^{1}/_{2}$ வராகன் எடை
உத்தாமணி சமூலச்சாறு	தேவையான அளவு
தேங்காய் ஒட்டுக்கரி	10 வராகன் எடை

பனைவெல்லம்	10 பலம்
தேங்காய்ப்பால்	தேவையான அளவு

செய்முறை: இரசத்தையும் கந்தகத்தையும் ஒன்றுபட அரைத்து நன்றாகக் கறுத்த பின்பு தனியே எடுத்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். மற்ற எட்டுச் சரக்குகளையும் தனித்தனியே பொடித்து முன் அரைத்த பொடியுடன் சேர்த்து 2 சாமநேரம் கைவிடாமல் அரைக்க வேண்டும்.

பிறகு உத்தாமணிச் சாற்றைச் சிறுகச்சிறுக வார்த்து 4 சாமநேரம் அரைக்க வேண்டும். தேங்காய் ஓட்டின் கரியைத் தனியே பொடித்துத் துணியில் சலித்த தூள் 10 வராகன் எடை நிறுத்தெடுத்துக் கல்வத்தில் உள்ள மருந்தில் சிறுகச் சிறுகத் தூவி அரைக்க வேண்டும். பின்பு பனைவெல்லத்தை இடித்துத் தூளாக்கிக் கொஞ்சம் தண்ணீரை வார்த்து அடுப்பேற்றிக் காய்ச்சிக் கெட்டிப் பதத்தில் இறக்கி ஆற வைத்துக் கல்வத்தில் இருக்கிற மருந்தில் சிறுகச் சிறுக வார்த்து அரைக்க வேண்டும்.

பின் தேங்காய்ப் பால் அரைப்படி எடுத்து மேற்படிக் கல்வத்தில் உள்ள மருந்தில் சிறிது சிறிதாக ஊற்றி அரைத்த பின்னர் வரும் மெழுகைப் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: $^1/_2$ முதல் 2 குன்றி எடை. கழிச்சலாக வேண்டுமானால் உடல் வன்மைக்குத் தக்கபடி சற்று அதிகரித்தும் வழங்கலாம்.

அனுபானம்: பனைவெல்லம், வாழைப்பழம், சுக்கை அரைத்த விழுது முதலியன.

தீரும் நோய்: வாதம், பித்தம், ஐயம், சன்னி, குன்மம், விடங்கள் யாவும் தீரும்.

109. சிவநாம இரசம்

சுத்தி செய்த இரசம்	2 $^1/_2$ வராகன் எடை
சுத்தி செய்த கந்தகம்	2 $^1/_2$ வராகன் எடை
சுத்தி செய்த மனோசிலை	2 $^1/_2$ வராகன் எடை
வெங்காரம்	2 $^1/_2$ வராகன் எடை
கருநாபி	2 $^1/_2$ வராகன் எடை
மிளகுத்தூள்	2 $^1/_2$ வராகன் எடை

செய்முறை: மேற்கண்ட சரக்குகளில் இரசத்தையும் கந்தகத்தையும் கலந்து அரைத்து நன்றாகக் கறுத்த பின்பு மற்ற மூன்று சரக்குகளையும் தனித்தனியே பொடித்துத் துணியில் சலித்து நிறுத்தெடுத்து முன் மருந்தில் சேர்த்து இரண்டு மணிநேரம் அரைத்து, பிறகு மிளகுத்தூளைச் சேர்த்து 4 சாமநேரம் அரைத்துக் குப்பியில் பத்திரப்படுத்த வேண்டும்

இதில் அக்கிரகாரம், திப்பிலி, அரத்தை முதலிய சரக்குகளைச் சேர்த்தும் செய்வதுண்டு. இம்மருந்தை 7 நாட்கள் அரைக்க வேண்டும் என்று கூறுவாரும் உண்டு. அரைப்பது அதிகரிக்க அதிகரிக்க மருந்தின் வன்மை கூடும். எனவே அதில் தவறில்லை.

அளவு: 1 முதல் 1 1/2 குன்றிமணி எடை. நசியம் செய்வதானால் 1/4 முதல் 1/2 குன்றி எடை.

அனுபானம்: தேன், நெய், சுக்குக் குடிநீர் , சீரகக் குடிநீர், வெற்றிலைச்சாறு, இஞ்சிச்சாறு, வாழைப்பழம் முதலியன.

தீரும் நோய்: வளி நோய்கள், பித்தம், ஐயம், வலிப்பு நோய்கள் முதலியன.

110. வளி நோய்களில் வல்லாதகி

சுத்தி முறை: 1 சேராங் கொட்டையை மூக்கு வெட்டாமல் சாணியைக் கரைத்து வடிகட்டி அதில் போட்டு ஒரு சாம நேரம் அடுப்பின் மீது வைத்து எரித்துத் தண்ணீர் விட்டுக் கழுவி வெயிலில் உலர்த்தி மீண்டும் சாணிப்பாலில் போட்டுக் காய்ச்சி உலர்த்த வேண்டும். இவ்விதம் மடக்கி மடக்கி 7 தடவை செய்யவும். இவ்விதம் புளியிலைச் சாறு, பசுவின்பால், சோற்றுக் கற்றாழைச் சாறு, இளநீர் ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் ஒவ்வொருநாள் ஊறவைத்து ஒவ்வொரு தடவையும் அவித்துக் கொண்டால் இன்னும் சிறப்பாக இருக்கும்.

இக் கொட்டைகளை அரைத்து மருந்துகளுடன் சேர்ப்பதினால் இவற்றின் மேல்தோல்களும் உட்பருப்புகளும் சேர ஏதுவாகிறது. இவற்றால் பல நோய்களும் தீரும். ஆனால் அவ்வாறு அரைப்பதில் எத்தனை நாள் இடித்தாலும் அரைத்தாலும் அவற்றின் ஓடுகள் அறவே அரைபடுவதில்லை. இந்த ஓட்டினால் அதிகச் சூடு அடைவதற்கு ஏதுவாகிறது. ஆகவே இதிலிருந்து எண்ணெய் எடுத்து உபயோகிப்பது சிறப்பானது.

சுத்தி செய்த சேராங்கொட்டையை இரண்டாக வெட்டிப் பசுவின் பாலில் போட்டுக் காய்ச்சி அதிலுள்ள எண்ணெய் எல்லாம் வெளிப்பட்ட பின்பு கொட்டைகளை எடுத்துத் தண்ணீரில் போட்டுக் காய்ச்சி கொட்டையில் சிறிதும்

எண்ணெய் இல்லாமல் வெளிப்பட்ட பின்பு கொட்டைகளை எடுத்துவிட்டு, அந்தத் தண்ணீரையும் பாலையும் சேர்த்து அதில் சர்க்கரை கூட்டி இளகம் முதலியன செய்து உபயோகிக்கலாம்.

சேராங்கொட்டையை முறைப்படி குழித்தைலமாகவும் செய்து உபயோகிக்கலாம். மூக்கை வெட்டி முறைப்படி சுத்தி செய்யப்பட்ட சேராங்கொட்டைகளை ஒன்றிரண்டாக வெட்டிப் போட்டு நெய்யுடன் சேர்த்துக் காய்ச்சி எடுக்க சேங் கொட்டை நெய் கிடைக்கும்.

இவை தவிர சேராங்கொட்டையுடன் பல்வேறு கடைச்சரக்குகள் சேர்ந்து பலவகையான மருந்துகள் செய்யப்பட்டு வளி நோய்களுக்கும், தோல் நோய்களுக்கு, புற்று நோய்களுக்கும் கூடப் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. அவற்றின் செய்முறைகள் மிகப் பெரிய அளவில் உள்ளதால் அவற்றின் செய்முறையை விடுத்துப் பெயர்கள் மட்டும் இங்கு வழங்கப்படுகின்றன. செய்முறைகளை "அனுபோக வைத்திய நவநீதம்" என்னும் நூலில் தெரிந்து கொள்ளலாம்.

1. வல்லாதகி இளகம்
2. நரசிம்ம இளகம்
3. மேக வல்லாதி
4. பால் வல்லாதி
5. இடி வல்லாதி
6. நீரடிமுத்து வல்லாதி
7. இலகு வல்லாதி
8. கலிவல்லாதி
9. இராமபாண வல்லாதி
10. இராசவல்லாதி
11. இராசப் பதங்கம்
12. வல்லாதகிப் பருப்பு இளகம்

இவற்றைத் தக்க அளவில் தக்க அனுபானங்களுடன் வழங்க வளி நோய்கள் மட்டுமல்லாது பல்வகை நோய்களும் தீரும்.

VI

"அகத்தியர் வைத்திய காவியம் 1500" என்னும் நூலில் கூறப்பட்டுள்ள வளிநோய் மருத்துவ முறைகள் வருமாறு:

1. வளிநோய் குடிநீர்

மலைதாங்கி, நன்னாரி, முள்ளிவேர், நெல்லிக்காய் தான்றிக்காய், ஆடாதோடை, தூதுளை, கண்டங்காரி இவை வகைக்கு 1/4 கழஞ்சு கூட்டி ஒரு நாழி நீரிலிட்டு வற்றக் காய்ச்சவும். மேலே திப்பிலிப் பொடியும், தேனும் கலந்து கொள்ளவும்.

அளவு: தேவையான அளவு 3 நாள் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்: மலக்கட்டு, தலைநோய், வாயுக்குத்து, கால்கை வலி, ஓக்காளம், இருமல் முதலியன.

2. வளி சுரக் குடிநீர்

சிற்றாமுட்டி வேர்
வேர்க்கொம்பு
மிளகு
கொத்துமல்லி
பேராமுட்டிவேர்

இவை வகைக்கு 3 கழஞ்சு இடித்து முக்கூறிட்டு, ஒரு கூறுக்கு 2 நாழி நீர் விட்டு எட்டிலொன்றாக வற்றக் காய்ச்சி, தேன் கூட்டிக் கொடுக்க 3 நாளில் வளி சுரம் தீரும்.

3. அமிர்தச் செந்தூரம்

அரிதாரம்
கந்தி
நாவற்பட்டை
அரசம் பட்டை
பாகலிலை
பருத்தியிலை

அனைத்தும் சம அளவில் எடுத்து மைபோல ஆட்டி வைக்கவும். புதுச் சட்டிக்குள்ளே 3 படி போட்டு அதில் சூதம் 1 பலம் வார்க்கவும். மேலே மூடி சீலைமண் செய்து 13 மணி நேரம் எரித்து எடுக்கவும். ஆறியபின் எடுத்துத் தக்கவாறு பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: பணவெடை, வெல்லத்தில் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்: சந்து நோய், மெய்குடைச்சல், முழந்தாட்சூலை, பக்கச் சூலை, கால் சூலை, தலைச்சூலை.

4. கவுரி சிந்தாமணி செந்தூரம்

இரசம்

கந்தகம்

வெங்காரம்

இவை வகைக்கு 1 பலம் சேர்த்துப் பொடித்து எடுக்கவும். இப்பொடியைக் கொட்டைப் பாக்களவுள்ள கிழிகளாகக் கட்டவும். ஒரு தாழியில் முக்கால்பகுதி மணலிட்டு அதில் இக்கிழிகளைப் போட்டு மேலே மணல் நிரப்பி மூடி கொண்டு மூடி விடவும். ஒரு சாண் அளவுக்குக் குழி வெட்டி அதில் வைத்து, வறட்டி அடுக்கிக் கஜபுடம் இடவும். ஒரு நாள் சென்ற பின் ஆறியிருப்பதை எடுக்கவும். செந்தூரம் ஆலம்பழம் போலக் கறுத்திருக்கும்.

அளவு: பணவெடை (488 மி. கிராம்).

அனுபானமும் தீரும் நோய்களும்: திரிகடுகுப் பொடியுடன் தேனும் கலந்து காலை மாலை 2 வேளை, 1 மண்டலம் கொடுக்கலாம். வளி நோய்கள், அண்டச் சூலை, அண்டவாதம், நாச்சூலை, பக்கச் சூலை முதலியன தீரும்.

5. சடாட்சரக் குமரி செந்தூரம்

அரப்பொடி

கந்தகம்

காந்தம்

வெங்காரம்

இலிங்கம்

வகைக்கு 10 பலம் எடுத்துக் கற்றாழைச் சாறு விட்டு 4 சாமம் நன்றாக அரைத்து எடுக்கவும். இதைக் கலசத்திலிட்டுத் தாமிரக் கிண்ணியாலரைத்து வெயிலில் வைக்கவும். புகைந்து வேகும்.

வெந்ததை எடுத்து முன் சாற்றில் அரைத்துப் பொடித்து மீண்டும் இப்படியே செய்யவும். இவ்வாறு மூன்றுமுறை செய்தெடுக்க நல்ல செந்தூரமாகும்.

அளவு: பணவெடை.

அனுபானம்: திரிகடுகுத்தூளும் தேனும் கலந்து 1 மண்டலம் கொள்ள வளிநோய்கள், சூலை, முகவாதம், வலிப்பு நோய்கள், நெஞ்சடைப்பு முதலியன தீரும்.

6. சீவநாராயணச் செந்தூரம்

இரசம்	60 பலம்
கந்தகம்	15 பலம்
அரிதாரம்	
மனோசிலை	
இலிங்கம் - வகைக்கு எட்டு பலம்	

மேற்கண்ட சரக்குகளைக் கல்வத்திலிட்டு எருக்கம்பால் விட்டு அரைக்கவும். பிறகு தும்பைச்சாறு, செருப்படைச்சாறு, மாதுளைச் சாறு, செம்முள்ளிச் சாறு இவற்றில் வகைக்கு 1 சாமமும், பின் முருக்கம்பூச் சாற்றில் 2 சாமமும் அரைத்தெடுத்து உலர்த்தித் தூளாக்கவும். இதைக் குப்பியிலிட்டுச் சீலைமண் செய்து எரித்து எடுக்கவும். செந்தூரம் முருக்கம்பூ போன்றிருக்கும்.

அளவு: பணவெடை.

அனுபானமும் தீரும் நோய்களும்:

- ❖ வெள்ளுள்ளித் தைலத்துடன் வழங்கச் சன்னி, தனுர்வாதம், குடல்வாதம், முதிர்வாதம், மகாவாதம், அற்புதவாதம் ஆகியன தீரும்.
- ❖ உள்ளி, சுக்கு, ஓமம், மிளகு இவற்றை ஓரளவாக வெதுப்பித் தூளாகப் பொடித்து முருங்கைப் பட்டைச் சாற்றுடன் கலந்து 2 வேளையாக, 1 மண்டலம் வழங்க முகவாதம், பக்கவாதம், ஓடுவாதம் முதலியன தீரும்.
- ❖ நிலவாகைச் சூரணத்தில் 10 நாள் வழங்க வாதம், பக்கவாதம், அண்டவாதம், குடல்வாதம், சூலை ஆகியன தீரும்.

7. அமுக்கராச் சூரணம்

அமுக்கராவேர்	3 பலம்
சுக்கு	$1\frac{1}{2}$ பலம்
ஏலம்	$1\frac{1}{2}$ பலம்
கூகை நீறு	$1\frac{1}{2}$ பலம்

கிராம்பு	2 பலம்
சிறுநாகப்பூ	2 பலம்
திப்பிலி	8 பலம்
மிளகு	4 பலம்

இவை அனைத்தையும் தனியாகவும், பின் கலந்தும் இடித்துச் சூரணமாகச் செய்து கொண்டு அதற்குச் சம அளவு சீனிசேர்த்துக் கொள்ளவும்.

அளவு: வெருகடியளவு.

தீரும் நோய்: வளிநோய்கள் அனைத்திலும் துணை மருந்தாகவும் தனியாகவும் வழங்கலாம். மேலும் மந்தம், அரோசகம், நெஞ்சு எரிச்சல், சயம், ஈளை, இருமல் இவற்றிலும் வழங்கலாம்.

8. அசுவாதி சூரணம்

திரிகடுகு
சாதிக்காய்
சாதிப்பத்திரி
அசமதாகம்
அதிமதுரம்
கிராம்பு
கடுகுரோகணி
குரோசாணி ஓமம்

இவைகள் வகைக்கு 3 கழஞ்சு எடுத்துக் கொள்ளவேண்டும். இவற்றை இடித்துச் சூரணம் செய்த அதே அளவு சர்க்கரை சேர்த்துப் பின் அக்கலவைக்கு இரட்டிப்பாக அமுக்கார வேர்ப் பொடி சேர்த்துக் கலந்து சலித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

அளவு: வெருகடியளவு, 2 வேளை, 1 மண்டலம்.

அனுபானமும் தீரும் நோய்களும்:

- ❖ நெய்யில் உண்ண உடல் பருக்கும்;
- ❖ தேனில் உண்ண உடல் மெலியும்.
- ❖ ஏரண்டத் தைலத்தில் உள்ளுக்கும் கொடுத்து, அத்தைலத்தை வெளியிலும் பூச வளிநோய்கள் தீரும்.

பத்தியம்: புளிப்பு, கைப்பு நீக்கவும்.

இம் மருந்தை முறைப்படி 1 மண்டலம் உட்கொள்ள நோய்கள் தீரும். ஆறுமாதம் உண்ண ஆயுள் விருத்தி ஏற்படும். 12 மாதம் உண்ண உடல் பொன்னிறமாகும்.

9. சூதச் சூரணம்

புழுங்கலரிசி கால்படி எடுத்து அதைப் பொரிமாவாக்கி, எலுமிச்சம்பழச் சாறு சேர்த்து உலர வைக்கவும். அத்துடன் சூதம் 1 கழஞ்சு சேர்க்கவும். எலுமிச்சம்பழச்சாறு, வெற்றிலைச் சாறு, உத்தமதாளிச்சாறு இவை ஒவ்வொன்றையும் ஒவ்வொருநாள் விட்டு இடித்து நிழலில் உலர்த்தி வைத்து எடுக்கவும்.

அளவு: வெருகடியளவு, காலை மாலை இருநேரம். 3 அல்லது 4 நாட்கள்.

தீரும் நோய்: கால் கை முடக்குவாதம் நீங்கும். மயக்கம் தீரும்.

அனுபானம்: எலுமிச்சம்பழச்சாறு, வெந்நீர்.

10. பறங்கிப்பட்டையாதி சூரணம்

பறங்கிப்பட்டை	5 பலம்
அமுக்கரா வேர்	1 பலம்
சங்கங்குப்பி வேர்	1 பலம்
சிறுபிரப்பன் கிழங்கு	1 பலம்
கொன்றைப் பட்டை	1 பலம்
சாறணைவேர்	1 பலம்
கொடிவேலிவேர்	1 பலம்

மேற்கண்ட சரக்குகளை இடித்துத் தூளாக்கிக் கலந்து கொள்ளவும். ஒரு தாழியில் நான்குபடி பால் விட்டு வேடு கட்டி அதன்மேல் பொடியை வைத்துக் கவிழ்சட்டி மூடி அவித்து எடுக்கவும். மேல் மருந்தாக அதிமதுரம், கொத்துமல்லி, ஓமம், அதிவிடயம், வால்மிளகு, வெந்தயம், சிற்றரத்தை, திப்பிலி. அக்கரகாரம், சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, கிராம்பு, சீரகம், திரிகடுகு இவை வகைக்கு 3 கழஞ்சு தூளாக இடித்துச் சேர்க்கவும். மருந்தளவில் பாதியளவு சீனி பொடித்துக் கூட்டவும்.

அளவு: வெருகடியளவு, 2 வேளை, 1 மண்டலம் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்: மகாவாதம், சூலை, குட்டம் முதலியன தீரும்.

11. வடவாநவரசம்

சூதம்

கந்தி

அப்பிரகம்

அரிதாரம்

தாமிரப்பற்பம்

காந்த மாட்சிகம்

நீலாஞ்சனம்

இவை ஏழும் ஓரளவாக எடுத்துக் கொள்ளவும். அத்துடன்

இந்துப்பு

பொட்டிலுப்பு

வெடியுப்பு

காய்ச்சுப்பு

அட்டுப்பு

இவைகளை ஓரளவாகக் கூட்டிச் சேர்த்து, சதுரக்கள்ளிப்பாலில் ஒரு நாள் ஆட்டி எடுக்கவும். இதைக் குகையிலிட்டு மேலும் கீழும் எருவடுக்கி ஒருநாள் கனபுடமிட்டு, அடுத்தநாள் தூளாக்கிச் சேர்க்கவும்.

அளவு: குன்றி எடை, 3 நாட்கள் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்: அனைத்து வளிநோய்களும் தீரும்.

அனுபானம்: இஞ்சிச்சாறு, திப்பிலிப்பொடி இவற்றுடன் ஆமணக்கு வேர், சிற்றாமுட்டி வேர், வேர்க்கொம்பு, வாதமடக்கி வேர் ஆகியவற்றைக் கூட்டிக் காய்ச்சிய குடிநீரில் கொடுக்கவும்.

12. விட்ணு பராக்கிரம ரசம்

இரசம்

நாபி

கந்தி

வெங்காரம்

இந்துப்பு

எவச்சாரம்

சத்திச்சாரம்

இவை வகைக்கு ஓரளவாக எடுத்துச் சேர்த்து ஊமத்தஞ்சாற்றில் 1 சாமம் அரைக்கவும். பின்பு அதைக் குகையிலிட்டுக் குக்குடப்புடம் போட்டு எரிக்கவும். மருந்து குறையின்றி முடிய மீன்பித்து, பன்றிப் பித்து ஆகியவற்றால் பாவனை செய்யலாம்.

அளவு: 1 குன்றி எடை குளிகை.

தீரும் நோய்: சன்னி, சுரம், வளிநோய்கள்.

அனுபானம்: இஞ்சிச்சாறு, குளிர்ந்த நீர்.

13. சொர்ணகாந்த வைரவன் குளிகை

சூதம்

உலோகம்

தாளகம்

நிமிளை

கந்தி

நாபி

தாமிரப்பற்பம்

சித்திரமூலம்

வெங்காரம்

நொச்சிவேர்

இவற்றை ஓரளவாகச் சேர்த்துப் பொடித்து எடுக்கவும். இதை நொச்சியிலைச் சாற்றிலும் பொற்கரந்தைச் சாற்றிலும் ஒவ்வொருநாள் ஆட்டி, குன்றியெடைக் குளிகைகளாகச் செய்துகொள்ளவும்.

அளவு: 1 மாத்திரை.

அனுபானம்: இஞ்சிச்சாறு, திப்பிலிமூலக் குடிநீர்.

சீந்தில் சர்க்கரை, அரத்தை, வேப்பமரப்பட்டை, ஆமணக்குப் பருப்பு, சுக்கு,

நொச்சியிலை, தேவதாறு இவற்றைச் சமனெடை எடுத்துப் பொடித்துச் சூரணம் செய்து இவ்வளவிற்குச் சமமாய்ச் சுத்தி செய்த குக்கில் சேர்த்து நெய்விட்டு அரைத்து வைத்துக் கொண்டு மேற்கண்ட மருந்துக்கு அனுபானமாகக் கொடுக்கலாம்.

தீரும் நோய்: அனைத்து வகை வளிநோய்களும் தீரும்.

14. மண்டைச் சூலைக்குக் குளிகை

துளசியிலை

கரிப்பானிலை

குப்பை மேனியிலை

உத்தமதாளியிலை

கொழுஞ்சியிலை

இவற்றை ஓரளவாக நிழலில் உலர்த்தி எடுத்துத் துளாக்கவும். நீர் விட்டு வெருகடியளவு உருட்டி வைக்கவும்.

அளவு: மூன்று உருண்டை.

அனுபானமும் தீரும் நோயும்:

வெந்நீரில் கொடுக்கத் தலைச் சூலை புண்கள் தீரும்.

பூசணிக்காய்க் குடிநீர், வீழிச்சாறு, பாலில் வெல்லமிட்டுக் கொடுக்க மண்டைச்சூலை, கரப்பான் தீரும்.

15. வாத இராட்சதக் குளிகை

இரசச்செந்தூரம்

உலோகச் செந்தூரம்

காந்தச் செந்தூரம்

இவை வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து அத்துடன் நேர்வாளம், மனோசிலை, இரசம், கந்தகம், நாபி, இலிங்கம், வெங்காரம் இவை வகைக்கு 5 வராகன் எடுத்துச் சுத்தி செய்து சேர்க்கவும். இவற்றை நொச்சியிலைச் சாற்றில் அரைத்தெடுத்துக் குப்பியில் சேர்க்கவும். இதற்கு 7 சீலைமண் செய்து பெரிய தாழியில் மணலைக்

கொட்டி அதில் வைத்து மேலே மணலைக் கொட்டி எரிக்கவும். கமலாக்கினியாக 1 சாமமும் காடாக்கினியாக 11 சாமமும் எரித்து எடுக்கவும்.

அளவு: பணவெடை, 2 வேளை கொடுக்கவும்.

அனுபானமும் தீரும் நோயும்: திரிகடுகுத் தூளில் தேன் கலந்து கொடுக்க வளிநோய்கள், குன்மம் தீரும்.

16. விசய நாராயண பாணம்

சூதம்
காந்தம்
கந்தகம்
பெருங்காயம் - இவை வகைக்கு -5 பலம்
வெள்ளுள்ளி - 1 பலம்
மனோசிலை
செம்பு
இலிங்கம் - இவை வகைக்கு 10 பலம்

அனைத்தையும் சேர்த்துக் குமரிச் சாறுவிட்டு அரைக்கவும். ஒரு நாளுக்கு 1 சாமம் என 3 நாள் அரைக்கவும். அரைத்ததை எடுத்துக் குப்பியிலிட்டு மூடி, ஓட்டடுப்பிலிட்டு, முத்தீயிட்டு எரிக்கவும். எடுத்த செந்தூரத்துடன் திப்பிலி, சாதிப்பத்திரி, திப்பிலி மூலம், கடுகுரோகணி இவை வகைக்குக் கால்பலம் சேர்த்து, முட்டை வெண்கருவால் 1 சாமம் அரைத்து எடுக்கவும். இதை மிளகளவு மாத்திரைகளாகச் செய்து கொள்ளவும்.

அனுபானமும் தீரும் நோய்களும்: திரிகடுகு சூரணத்துடன் தேன் சேர்த்து 10 நாள் வழங்கவும். வளிநோய்கள், சூலை, குட்டம் முதலியன தீரும்.

முள்ளிச்சாற்றில் வழங்கச் சன்னிகள் தீரும்.

வெளி மருந்துகள்

வளி நோய்களில் என்பு, நரம்பு, தசை (மாமிசம்) ஆகிய உடல் கட்டுகள் பெரிதும் பாதிப்படைகின்றன. இவைகளை வலுப்படுத்துவதற்கும், பாதிப்படைந்திருக்கும் பகுதிகளைச் சரி செய்யவும் தைலம் முதலான மருந்துகளைக் கொண்டு தடவுதல் வேண்டும். இத் தைலங்களில் சில நரம்புகளை

வன்மைப்படுத்துவனவாகவும், சில தளர்ச்சியடைந்த சதையை வன்மைப் படுத்துவனவாகவும், சில மூட்டுகளின் பசைத்தன்மையைச் சரி செய்வனவாகவும் அமையும். எனவே இங்கு கூறப்படும் தைல முறைகள் பொதுவாகக் கூறப்பட்டாலும் அனுபவ வாயிலாக எத்தைலங்கள் எவ்வித வளிநோய்களில் பயன்படும், அதை எவ்விதம் பயன்படுத்த வேண்டும் என்பதை அறிந்து பயன்படுத்தினால் முழுப்பயனை அடையலாம்.

தைலங்களில் சில தடவியவுடன் வலியைக் குறைக்கும். சில பாதிக்கப்பட்ட பகுதியில் தடவி சில மணி நேரம் ஊற வைக்க நிவாரணம் கிடைக்கும். சில தைலங்களைக் கொண்டு உடலில் தொக்கணம் அல்லது இளக்குமுறை என்னும் முறையில் முறையாகப் பயிற்சி பெற்றவர்களால் தடவுதல் செய்து வர நோய் நீங்கும்.

இவை தவிர வெளிப்பிரயோகத்தில் ஒற்றடம், பற்று முதலிய முறைகளும் வளி நோய் மருத்துவத்தில் முக்கிய பங்கு வகிக்கின்றன. முதலில் வெளிப்பிரயோகத்தில் பயன்படும் தைலங்களின் விவரங்களைக் காண்போம்:

1. அர்க்கட்சீரத் தைலம்

எருக்கம்பால்

எருக்கன்சாறு

சதுரக்கள்ளிப்பால்

சதுரக்கள்ளிச்சாறு

பிரண்டை இரசம்

பற்பாடகக் குடிநீர்

மெருகன் கிழங்குச்சாறு

இவையாவும் வகைக்கு 5 பலம்

எண்ணெய் 10 பலம்

நேர்வாளப் பருப்பு 5 பலம் சேர்த்துச் சிறு தீயில் எரித்துப் பக்குவத்தில் வடித்துக் கொள்ளவும்.

இத்தைலத்தைப் பிடித்தைலமாக உபயோகிக்க மகாவாத நோய்க் கூட்டங்கள் போகும். காது சூலைக்கு வெதுப்பிக் காதில் ஒரு துளி விடக் குத்தல் தீரும்.

2. உளுந்து தைலம்

ஒருபடி உளுந்தில் 4 படி நீர் விட்டு, 1 படியாகக் குறுக்கி அத்துடன் எண்ணெய் 1 படி, வெள்ளாட்டுப் பால் 1 படி சேர்த்து, பூனைக்காலிப் பருப்பு, சதகுப்பை, பேரரத்தை, திரிகடுகு, வெட்பாலைப்பட்டை, அதிமதுரம், இந்துப்பு, வசம்பு இவை வகைக்கு 1 வராகன் எடை. மேற்படி வெள்ளாட்டுப் பாலால் கற்கம் திரளும்படி அரைத்துக் குடிநீரில் கலந்து, எரித்துப் பக்குவத்தில் வடித்து 10 நாள் நெற்புடம் வைத்து எடுக்கவும்.

இத்தைலத்தைப் பிடித்தைலமாக பயன் படுத்தத் தலை நடுக்கலும், கைகளின் நடுக்கலும் நீங்கும். தசை சூம்பலுற்ற நிலையில் இருக்கும் சமயத்தில் இத்தைலத்தைத் தடவி வரத் தசை வன்மையடையும். இத்தைலத்தால் ஓராண்டு தலை முழுகி வரச் செவிடு, உள்நாக்கு நோய் முதலியவையும் நீங்கும்.

3. சுக்குத் தைலம்

தோல் சீவின சுக்கு பலம் 80 ஐத் துண்டு துண்டாக நறுக்கி ஒரு பாத்திரத்தில் சேர்த்து ஆற்றுநீர் ஒரு மரக்கால் ஊற்றி அடுப்பிலிட்டுக் காய்ச்சி ஒரு மரக்காலாகக் குறுக்கி வடித்து அதில் பசும்பால் 2 படி, எள்நெய் 2 படி சேர்த்துச் சிற்றரத்தை, திரிகடுகு, கோரைக் கிழங்கு, மஞ்சட்டி, திரிபலை, தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு, அகில் கட்டை, எருக்கம்வேர், கடுகுரோகணி, கோஷ்டம், கொடிவேலிவேர், தேவதாரம், சந்தனம், வெள்ளைக் குங்கிலியம், செவ்வியம், ஆமணக்கு வேர், வெள்ளலத்திப் பட்டை, பேரீச்சங்காய், திராட்சை, இந்துப்பு இவை வகைக்கு 1/4 பலம்; கஸ்தூரி, குங்குமப்பூ இவை வகைக்கு 1/2 வராகன் எடை. கடைசிச் சரக்குகள் 2 நீங்கலாக மற்றவைகளை நன்றாகப் பொடித்து மேற்படி எண்ணெயில் கலந்து சிறுதீயில் எரித்து வடித்து வடி கடத்தில் கஸ்தூரியையும் குங்குமப்பூவையும் சேர்க்கவும். இத்தைலத்தை ஒரு பாத்திரத்தில் ஊற்றி வாய் பொருத்தமான ஓடு கொண்டு மூடி சீலை செய்து 1 மாதம் நெற்புடம் வைத்து எடுக்கச் சுத்தியாகும்.

இத்தைலத்தால் உடலில் துவாலையிட ஆவர்த்த வாதம் தீரும். நசியமிடத் தலைநோயும் பீனிசமும் நீங்கும். வாய் கொப்புளிக்கப் பல்வலியும் பல்லரணையும் நீங்கும். செவியிலிட செவிக் குத்தல் நீங்கும். தோல் பையிலிட்டுத் தலையில் வைக்கத் தலை நோய் நீங்கும்.

பத்தியம்: இச்சாபத்தியம்.

4. மிளகாய் தைலம்

மிளகாய் 1 துலாம், நீர் 1 தூணி. அடுப்பில் இட்டு எட்டிலொன்றாகக் குறுக்கி வடித்து, எள் நெய் படி ஒன்று சேர்த்து, 1 பலம் மிளகை அதில் அரைத்துப் போட்டு அடுப்பிலிட்டுக் காய்ச்சி மெழுகு பதத்தில் வடித்து முறைப்படி முழுகி வர திமிர்வாதம், உடல் வலி, மண்டைக் குத்து, மேக வாயு முதலியன நீங்கும்.

5. மயனத் தைலம்

மஞ்சள் மெழுகு	1 வீசை
சக்கிக்கல்	1 வீசை
உப்பு	1 படி
மணல்	1/2 படி
ஓமம்	1/8 வீசை
கப்புமஞ்சள்	1/8 வீசை
சடாமாஞ்சில்	1/2 பலம்

இவைகளைத் தனித்தனியே இடிக்க வேண்டியவைகளை இடித்தும், துண்டிக்க வேண்டியவைகளைத் துண்டித்தும் கழுத்து நீண்ட ஒரு பானையில் முறைப்படி அடைத்து வாய்ப் பொருத்தமான மற்றொரு கலயத்தைக் கவிழ்த்து முடி, பொருந்து வாய் மறைய அரைத்த களிமண்ணால் பூசி நூற்கயிற்றால் வரிந்துகட்டி அதன்மேல் ஏழு மண் சீலை செய்யவும். இவ்விரண்டு கடத்தின் நடுமையங்களில் மேல்புறம் பெரிதாகவும், கீழ்ப்புறம் சிறிதாகவும் இரண்டு துவாரங்கள் இட்டு, மேல் துவாரத்தில் புகை வெளிவராவண்ணம் ஒரு சிறு ஓட்டுத் துண்டினால் துளையை மறைத்து, அதன் மீது பசுஞ்சாணத்தை அப்பி, கடத்தை ஒரு பக்கம் சரிந்த வண்ணம் அடுப்பில் வைக்கவும். கீழ்த் துவார வழியில் ஒரு பாத்திரத்தை வைத்து, தீ மூட்டி 3 சாமம் நன்கு எரிக்க, புகையுடன் கூடிய தைலம் வடிந்து இறங்கும்.

இத்தைலத்தை மேல் பூச்சாகப் பயன்படுத்தப் பக்கவாதம், நரித்தலைவாதம், மற்ற எல்லா கீல் என்பு, தசை, நரம்பு இவைகளைப் பற்றிய வளிநோய்கள் நீங்கும். இதைப் பட்டி கட்டி வரக் கை, கால் சோர்வு நீங்கும். வலியுடன் கூடிய வீக்கங்களில் தடவ, வலி குறையும்.

6. வாதகேசரித் தைலம்

சதுரக்கள்ளி, நொச்சி, தழுதாழை இவற்றின் சாறுகள்; வெள்ளாட்டுப் பால், எருக்கம்பால், எண்ணெய், ஆமணக்கு நெய் இவை வகைக்கு படி ஒன்று.

கடுக்காய், காட்டுமிளகு, பருத்த வெள்ளைப்பூண்டு, பெருங்காயம், கந்தகம், கோஷ்டம், திரிகடுகு, கடுகு இவை வகைக்கு 3 காசெடை. மேற்படி பால் விட்டரைத்துக் கலக்கிக் காய்ச்சி பதத்தில் வடிக்கவும்.

இதைப் பிடித்தைலமாக உபயோகிக்கத் தீரா வளிநோய்க் கூட்டங்களும், ஏழு உடல் கட்டுகளிலும் கலந்த திமிர்வாதமும் போம்.

7. இலகு விடமுட்டித் தைலம்

எண்ணெய் 2 படி அதில் வெள்ளாட்டுப் பாலில் 30 நாழிகை ஊறிய எட்டிக்கொட்டை சீவல் 21/2 பலம், வெள்ளைப்பூண்டுத்திரி உரித்தது 2 1/2 பலம், ஆயில்பட்டைத்தூள் 1 1/2 பலம். இவைகளை ஒரு பாத்திரத்தில் சேர்த்து அடுப்பிலிட்டு எரித்து அம் மூன்று சரக்குகளும் சிவக்கும் பதத்தில் வடிக்கவும். பிறகு இதை வெயிலில் வைத்துப் பிடித்தைலமாகப் பயன்படுத்த, கனத்த வாயுவின் கூட்டம் விலகும்.

8. அண்டத் தைலம்

கோழி முட்டைகளைத் தண்ணீரில் இட்டு அவித்து உடைத்து, உள்ளிருக்கும் மஞ்சள் கருவைப் பிரித்தெடுத்து ஓர் இரும்பு வாணலியில் தூள் செய்து போட்டு, அடுப்பின் மீது வைத்து எரித்து வறுத்து அழுத்த எண்ணெய் பிரியும். அது சமயம் வாணலியைச் சாய்த்துப் பிடித்து வழியும் எண்ணெயை பத்திரப்படுத்தவும். இதில் சிறிது பூநீறு கலந்து காய்ச்சி எடுக்க எண்ணெய் எளிதில் வழியும்.

பேச்சு வராமல் இருக்கும் நாக்கு வாதத்திற்கு நாக்கில் தடவிவரக் குறை நீங்கும்.

இவ்வண்டத்தைலத்துடன் பூண்டுத்தைலம் சேர்த்துக் குழைத்துக் கஸ்தூரி, குங்குமப்பூ இவற்றையும் ஒன்றாய் கலந்து வைத்துக் கொண்டும் நாக்கில் தடவலாம்.

9. நாற்கூட்டு எண்ணெய்

வேப்பம் எண்ணெய்

புங்கன் எண்ணெய்

புன்னை எண்ணெய்

முத்தெண்ணெய் - இவைகளைச் சமமாகக் கூட்டிக் காய்ச்சி முழுகி வர வளிநோய்களுக்கு நல்லது.

10. மிளகுத் தைலம்

மிளகு	10 பலம்
கஸ்தூரி மஞ்சள்	1 பலம்
கறுஞ்செம்பைச் சாறு	$^{1}/_{8}$ படி

முதலிரண்டு சரக்குகயையும் இடித்துச் சூரணித்து முக்கால் படி நல்லெண்ணெயில் போட்டு மேற்படிச் சாறும் ஊற்றி அடுப்பேற்றிக் கடுகு பதத்தில் காய்ச்சி இறக்கித் தலை முழுகி வரத் தலை நோய் தீரும்.

11. கழுத்திசுவுக்குத் தைலம்

பேய்த்தும்மட்டிக்காய் ஒன்றைச் சிறு துண்டுகளாக அறுத்து நல்லெண்ணெய் 5 பலத்தில் போட்டுக் கிச்சிலிக் கிழங்கு, கஸ்தூரி மஞ்சள் இவை இரண்டும் துட்டெடையும் கஸ்தூரி ஒரு வராகனெடையும் சேர்த்துப் பொடித்து எண்ணெயில் போட்டுக் காய்ச்சித் தலை முழுகிவரக் கழுத்திசிவு நீங்கும்.

12. அரக்குத் தலைம்

கொம்பரக்கு 32 பலம்

ஆற்றுநீர் 32 மரக்கால்

கொம்பரக்கைத் துலாயந்திரமாகக் கட்டி நீரில் படும்படித் தொங்கவிட்டுச் சிற்றாமுட்டி விறகால் எரித்து 4 மரக்காலாகக் காய்ச்சிய குடிநீரில் பசும்பால் 2 மரக்கால், எண்ணெய் 2 மரக்கால், காடி, தயிர்த்தெளிவு வகைக்கு 32 பலம், சந்தனம், கஸ்தூரி மஞ்சள், கோஷ்டம், இலவங்கப்பட்டை, இலவங்கப்பத்திரி, பச்சிலை, மதுரம், சடாமாஞ்சில், கிச்சிலிக் கிழங்கு, கடுகுரோகணி, ஏலம், சதபுட்பி, கிளியூறல்பட்டை, பூச்சாந்திப் பட்டை, சீரகம். கறுஞ்சீரகம், மெருகன் கிழங்கு, செவ்வல்லி வகைக்கு 1 பலம். இவற்றைப் பசும்பாலால் நன்றாகக் கற்க பாகமாகும் வரை அரைத்து மேற்படி குடிநீரில் கரைத்து அடுப்பின் மீது வைத்துச் சிறு தீயாக எரித்துப் பக்குவத்தில் காய்த்து வடித்து ஒரு பானையில் ஊற்றிப் பொருத்தமான ஓட்டினால் மூடிச் சீலை செய்து ஒரு மாதம் நெற்புடம் வைக்கத் தைலம் சுத்தியாகும்.

இத்தைலத்தைத் தேய்த்து முழுக ஏழு உடல் கட்டுகளில் பொருந்திய வெப்பு, உடல் கடுப்பு, சூர்யாவர்த்தம், சந்திராவர்த்தம் ஆகிய ஒற்றைத் தலைவலி நோய்கள் முதலியன நீங்கும்.

13. கீழாநெல்லித் தைலம்

கீழாநெல்லிச் சமூலம்	1750 கிராம்
பசுவின் பால்	2800 மி.லி
எண்ணெய்	2800 மி.லி
சீரகம்	70 கிராம்
தண்ணீர்	21.5 லிட்டர்

கீழாநெல்லிச் சமூலத்தை நன்றாகப் பஞ்சு போல் நசுக்கி ஒரு பாண்டத்தில் போட்டு நீர்சேர்த்து அடுப்பிலிட்டு எட்டொன்றாகக் காய்ச்சி வடித்தக் குடிநீர், பசுவின் பால் எண்ணெய் ஆகிய மூன்றையும் ஒன்றாகக் கூட்டிப் பசுவின்பாலால் அரைத்த சீரகக் கற்கத்தைக் கலக்கிச் சிறு தீயால் எரித்து மெழுகு பதத்தில் வடித்துக் கொள்ளவும்.

இத்தைலத்தைக் கொண்டு தலைமுழுகி வர வளி மீறலால் ஏற்படும் உறுப்புகளின் நடுக்கம் நீங்கும். மேலும் மயக்கம், கை கால் எரிச்சல், தலை சுற்றல் முதலியனவும் நீங்கும்.

14. குக்கில் தைலம்

பூனைக்கண் குங்கிலியம்	1 பங்கு
நல்லெண்ணெய்	10 பங்கு

எண்ணெயைக் காய்ச்சி, குங்கிலியத்தைப் பொடித்துப் போட்டுக் குங்கிலியம் நன்கு உருகி எண்ணெயுடன் கலந்ததும் வடித்துக் கொள்ளவும்

மேற்பூச்சாக வளிநோய்களில் தடவிப் பிடித்து வர வாதவலி, வீக்கம் முதலியன நீங்கும்.

15. சித்திரமூலத் தைலம்

ஒரு பலம் கொடிவேலி வேர்ப்பட்டையைப் பசுவின்பாலில் நன்றாக மைபோல் அரைத்து, ஒரு படி எண்ணெயில் இட்டு மெழுகு பதத்தில் காய்ச்சி வடித்துத் தலை முழுக, மண்டையிடியானது சூரியனைக் கண்ட பனிபோல் விலகும்.

16. சீரகத் தைலம்

சீரகம்	1 பலம்
எண்ணெய்	1 படி

இவைகளை ஒரு பாண்டத்தில் சேர்த்துச் சீரகம் ஒடியும் பக்குவத்தில் காய்ச்சி வடித்து மூழ்கி வரத் தலைநோய், மயக்கம் முதலியன தீரும்.

17. சிரோபார நிவாரணத் தைலம்

நல்லெண்ணெய்	1400 கிராம்
கஸ்தூரி மஞ்சள்	35 கிராம்
சாம்பிராணி	35 கிராம்
சடாமாஞ்சில்	175 கிராம்
டீக்காமல்லி	175 கிராம்
அபினி	35 கிராம்

அபினி நீங்கலாக ஏனைய சரக்குகளைப் பொடித்து நல்லெண்ணெயில் சேர்த்துக் காய்ச்சிப் பதத்தில் வடிக்கவும். வடிகலத்தில் அபினியைக் கலந்து வைக்கவும்.

இத்தைலத்தைத் தேய்த்துக் குளிக்க நாட்பட்ட தலைவலி, ஒற்றைத் தலைவலி, எழுஞாயிறு, படுஞாயிறு முதலிய தலைவலிகள் நீங்கும்.

18. சிற்றாமுட்டி மடக்குத் தைலம்

சிற்றாமுட்டிவேர்	1400 கிராம்
தண்ணீர்	44800 லிட்டர்
பசுவின் பால்	1400 லிட்டர்
முட்டிக் கற்கம்	35 கிராம்
எள் எண்ணெய்	1400 லிட்டர்

செய்முறை: 1400 கிராம் சிற்றாமுட்டி வேரைப் பஞ்சு போல் இடித்து 44800 லிட்டர் நீரிலிட்டு 32-இல் ஒன்றாய்க் குறுக்கிக் காய்ச்சவும். இவ்வாறு காய்ச்சி வடித்து எடுத்த கியாழத்துடன் 1400 லிட்டர் பசுவின் பாலும் நல்லெண்ணெயும் கூட்டிக் கலக்கி அதில் 35 கிராம் சிற்றாமுட்டிக் கற்கமும் சேர்த்துக் காய்ச்சித் தைலமெடுக்கவும். இவ்விதம் திரும்பத் திரும்பச் செய்து ஏழாம் முறையும் காய்ச்சி வடித்த தைலத்தை எடுத்துக் குப்பியில் அடைக்கவும்.

அளவு: 5 மி லிட்டர் உள்ளுக்கு உட்கொண்டு, நோயுள்ள இடத்தில் மேலுக்குப் பூசிக் கொள்ளவும். உடல் முற்றும் தேய்த்தும் குளிக்கலாம்.

தீரும் நோய்: கைகால் எரிவு, வளி நோய்கள், உழலை ரோகம் போன்றன.

19. பிண்டத் தைலம்

தேன்மெழுகு	2 1/2 பங்கு
வெண் குங்கிலியம்	2 1/2 பங்கு

மஞ்சிட்டி	5 பங்கு
நன்னாரி	3 பங்கு
நல்லெண்ணெய்	100 பங்கு

செய்முறை: மஞ்சிட்டியையும் நன்னாரியையும் நன்றாக இடித்துச் சலித்துக் கப்பியைக் குடிநீரிட்டுக் கொண்டு, சூரணத்தைக் கழுநீர் விட்டு அரைத்துக் கற்கமாக்கிக் குடிநீரிலிட்டுக் கரைத்து, நல்லெண்ணெய் சேர்த்து அடுப்பேற்றி மெழுகு பக்குவத்தில் காய்ச்சிச் சூட்டுடன் இறக்கவும். வடிபாண்டத்தில் குங்கிலியத்தைத் தூள் செய்தும் மெழுகைத் துண்டுகளாக்கியுமிட்டுச் சீலையிட்டுத் தைலத்தை வடிகட்டிக் கொள்ளவும். மெழுகும் குங்கிலியமும் எண்ணெயில் உருகிக் கரைந்துவிடும்.

இத்தைலம் பலவகைப்பட்ட வாத ரோகங்களுக்கும் மேல் பூச உபயோகமாகிறது.

20. நத்தைச்சூரி எண்ணெய்

முற்றின நத்தைச்சூரி வேர்	3 பலம்
வசம்பு	3/4 பலம்
பூண்டு	1/4 பலம்

இவைகளை அம்மியிலிட்டு நன்றாய் நசுக்கி ஒரு படி சுத்த ஆமணக்கெண்ணெயில் கலந்து பதமாக எரிக்கவும்.

எரித்த எண்ணெயை அதன் கடுகுடன் சேர்த்து மேல் பூசிவர வளிநோய்கள் தீரும். கால் வீக்கத்திற்கு மேலே தேய்த்து, உடம்பெல்லாம் பூசி வெந்நீரில் குளிக்கலாம்.

21. நிம்பாதித் தைலம்

புது வேப்பெண்ணெய்	$^1/_4$ படி
நல்லெண்ணெய்	$^1/_4$ படி
சதுரக்கள்ளியை வெதுப்பிப் பிழிந்த சாறு	$^1/_2$ படி
மாம்பட்டைச் சாறு	$^1/_2$ படி
மாங்கொழுந்துச் சாறு	$^1/_2$ படி
மாம்பூவின் மொக்குச் சாறு	$^1/_2$ படி
எருக்கம் வேர்ப்பட்டைச் சாறு	$^1/_2$ படி

இவைகளைச் சேர்த்து 15 எட்டிக் கொட்டைகளை எடுத்து அரைத்துச் சேர்த்து எண்ணெய் எரித்து வைத்துக் கொள்ளவும். கட்டுவாதம், சூலை, கனத்த வளிநோய்களுக்கெல்லாம் மேலே பூசிப்பிடித்துவிட நோய் தீரும்.

நொச்சித் தழையைப் போட்டு வெந்நீர் காயவைத்துக் கொள்ளவும். மத்தியானம் சாப்பிட்டவுடன் இத் தைலத்தைப் பூசி, நொச்சித் தழைத் தண்ணீரைவிட்டு சுருளப் பிடித்துவிட வாதம் தீரும். அதில் உடனே குணமாகாவிடின் நான்கு நாள் புளி நீக்கிப் பத்தியம் காத்து, அதே விதமாகப் பிடித்து விடத் தீரும்.

22. ஏரண்டத் தைலம்

ஆமணக்கெண்ணெய் ஒரு நாழியில் மிளகு, மஞ்சள் கடுகு, வெள்ளைப் பூண்டு இவை வகைக்கு $^1/_2$ பலம் எடுத்து அரைத்துக் கலந்து, அதில் $^1/_2$ படி குப்பைமேனிச் சாறு விட்டு வெயிலில் வைத்து மாலையில் எரித்து இறக்கவும்.

இத்தைலத்தை வளிமீறல் உள்ள இடத்தில் தேய்த்து முறுக்கிப் பிடித்து, நொச்சித் தழை போட்டுக் காய்ச்சிய வெந்நீரை ஊற்றவும். இவ்விதம் காலை, மாலை 8 நாள் செய்யச் சகலவித வளிநோய்களும் தீரும்.

23. அர்க்காதித் தைலம்

முதியார் கூந்தல் இலை
முதிர் மாவிலிங்க இலை
நொச்சியிலை
இலைக்கள்ளியிலை
தழுதாழையிலை
ஆடாதோடை இலை
ஆமணக்கு இலை
எருக்கிலை
சதுரக்கள்ளி
உத்தாமணி இலை
அமுக்கரா இலை
பொடுதலை

இவைகளைச் சமனெடைச் சேர்த்து இடித்து அரைத்தெடுத்து எண்ணெயில் கலந்து பதத்தில் வடித்துப் பூச வளிநோய்கள் யாவும் தீரும். என்பு முறிவு, வெட்டுக் காயம்

முதலியவற்றுக்கும் இத் தைலம் பயன்படும்.

24. சதுர் வகை சாற்றின் தைலம்

தக்காளிச் சாறு
நொச்சிச்சாறு
எருக்கஞ்சாறு
கள்ளிச்சாறு

இவை வகைக்கு 1 படியும், அதே அளவு நல்லெண்ணெயும் சேர்த்து, அதில்

அமுக்கராகிழங்கு
கோஷ்டம்
சிற்றரத்தை
வசம்பு
வேர்க்கொம்பு
தேவதாரம்
தவசிமுருங்கைவேர்
அகில் கட்டை
சிறுபீளை
இந்துப்பு
கொடிவேலிவேர்
சுக்கு
சாறணைவேர்

இவை வகைக்கு 1 வராகன் எடை எடுத்துத் தூள் செய்து கலந்து பதத்தில் வடித்துக் கொண்டு, 1 வாரம் உடம்பில் பூசி வரப் பல நாளாக இருக்கும் வளி நோய்களெல்லாம் தீரும்.

25. தசமூல மாசத்தைலம்

தசமூலம்	$^1/_2$ துலாம்
உளுந்து	2 படி

இவைகளில் 4 மரக்கால் தண்ணீர் விட்டு, 1 மரக்காலாகக் காய்ச்சி வடிகட்டி ஒரு பானையில் வைத்துக் கொண்டு

நல்லெண்ணெய்	1 படி
பசுவின் பால்	4 படி
வசம்பு	
திப்பிலி மூலம்	
பாலைவேர்	
அமுக்கராக்கிழங்கு	
அதிமதுரம்	
தேவதாரம்	
சீந்தில் கொடி	
பூலாங் கிழங்கு	
காஞ்சொறிவேர்	
நிலக்குமிழ் வேர்	
சதகுப்பை	
கொடிவேலி	
காய்ச்சுப்பு	
கல்லுப்பு	
இந்துப்பு	
ஆமணக்குவேர்	
சிற்றரத்தை	
செவ்வல்லிக் கொடி	
செவ்வியம்	

இவை வகைக்கு $^1/_2$ பலம் எடுத்துக் கூட்டி முன்சொன்ன குடிநீரை விட்டரைத்து, எல்லாவற்றையும் சேர்த்து எரித்து வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும். உடல் முழுதும் பூசிக் குளிக்க, நசியம் செய்ய, காதிலே விட வாத நோய்கள் தீரும்.

26. எருக்காதித் தைலம்

எருக்கம்பால்	1 ஆழாக்கு
நொச்சிச்சாறு	$^1/_2$ படி
புளியிலைச் சாறு	$^1/_2$ படி

எருக்கிலைச்சாறு	$^{1}/_{2}$ படி
வெள்ளாட்டுப் பால்	$^{1}/_{2}$ படி
நல்லெண்ணெய்	1 சேர்
எருக்கன் வேர்ப்பட்டை	1 கழஞ்சு
பெருங்காயம்	1 வராகன் எடை

இவைகளைச் சேர்த்து எரித்த தைலத்திற்கு எருக்காதித் தைலம் என்று பெயர். இதனைப் பிடித் தைலமாகப் பூசிவர வளி நோய்கள் யாவும் தீரும்.

27. கேதகித் தைலம்

நெல்லிமுள்ளி	3 பலம்
மூங்கில் புறணி	30 பலம்
சிற்றாமுட்டிவேர்	8 பலம்
கொத்துமல்லி	3 பலம்
விலாமிச்சம் வேர்	2 பலம்
சீந்தில் கொடி	15 பலம்

இவைகளை இடித்துக் குடிநீர் செய்து 3 படி எடுத்துக் கொண்டு அதனோடு

குழித்தாமரைச் சாறு	1 படி
தாழை விழுதின் சாறு	2 படி
நல்லெண்ணெய்	2 படி - சேர்த்து அதில்

அதிமதுரம்
கோஷ்டம்
நன்னாரி
செங்கழுநீர்
சந்தனம்
பூலாங்கிழங்கு
விலாமிச்சம்வேர்
வெட்டிவேர்

ஆகிய இவைகளை வகைக்கு 2 காசெடை வீதம் எடுத்து இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து கொண்டு, இதற்குச் சரியெடை தேவதாரத்தைச் சூரணமாகச் செய்து

போட்டு, எண்ணெய் எரித்து வடிக்கவும். இந்த எண்ணெயினால் தலைதேய்த்து மூழ்கி, உடம்பிலும் பூசிவர வளிநோய்கள் தீரும்.

28. சீரகாதித் தைலம்

சீரகம்
கோஷ்டம்
கற்கடகசிங்கி
கச்சோலம்
ஓமம்
அரத்தை
வாலுளுவை அரிசி
கார்போக அரிசி
இந்துப்பு
கடுகுரோகணி
கிராம்பு
கடுக்காய்ப் பிஞ்சு

இவைகளை வகைக்கு 1 கழஞ்சு எடுத்து, எண்ணெய் 1 நாழி, ஆட்டுப்பால் 1 நாழிவிட்டு வேகவைத்து இறுத்துக்கொண்டு உடம்பில் பூசிவர, வளிநோய்கள் யாவும் தீரும்,

29. பிருங்காமலகத் தைலம்

கரிசாலைச் சாறு	1 குறுணி
நெல்லிக்காய்ச் சாறு	1 குறுணி
நன்னாரிச் சாறு	1 படி
முசுமுசுக்கைச் சாறு	1 படி
பொன்னாங்கண்ணிச் சாறு	1படி

இச்சாறு வகைகளைச் சேர்த்து இதனோடு

ஆட்டுப்பால்	1 குறுணி
நல்லெண்ணெய்	1 குறுணி
சந்தனம்	

மரமஞ்சள்

கொத்துமல்லி

சதகுப்பை

திரிபலை

ஏலம்

தும்புராட்டம்

சீரகம்

செங்கழுநீர்

கச்சோலம்

அரேணுகம்

முசுமுசுக்கை

வெட்டிவேர்

அதிமதுரம்

கறுஞ்சீரகம்

அரக்கு

இவைகளை வகைக்கு 1/4 பலம் வீதம் கூட்டி அரைத்து 5 நாள் எரித்து வடித்துக் கொண்டு தலை மூழ்கி, உள்ளுக்குச் சாப்பிட்டுத் தலையில் வஸ்தி கட்டவும்.

கைகால்களைக் கட்டும் வாதம், பக்கவாதம், ஊர்த்துவவாதம், கர்ணரோகம், தலைவலி முதலிய நோய்கள் தீரும்.

30. பாடாண நெய்

சுத்தி செய்த வெள்ளைப் பாடாணம்

சுத்தி செய்த சிவப்புப் பாடாணம்

சுத்தி செய்த வெண்ணாபி (கலப்பைக் கிழங்கு)

சுத்தி செய்த கருநாபி

முதலியவைகள் வகைக்கு 1 கழஞ்சு. கடுக்காய்த் தோல் 1/2 கழஞ்சு.

வெள்ளைப்பூண்டு

மஞ்சள்

மிளகு

நீரடிமுத்து-வகைக்கு 2 பலம் சேர்த்து, நெய் 1 நாழி விட்டு எரிக்கவும். இததைலத்தைப் பூசி வர வளிநோய்கள் நீங்கும்.

31. தாழைவிழுதுத் தைலம்

தாழை விழுதுச் சாறு	4 நாழி
நல்லெண்ணெய்	1 படி
பசுவின்பால்	1 படி

இலவங்கம்
கோஷ்டம்
விலாமிச்சம் வேர்
கோரைக் கிழங்கு
அதிமதுரம்
சந்தனம்
ஏலம்
வெட்டிவேர்
தேவதாரம்
தாளிசப்பத்திரி

இவைகள் வகைக்கு கால் பலம் எடுத்துப் பால் விட்டு அரைத்து எண்ணெயில் போட்டுக் காய்ச்சிப் பதத்தில் இறக்கிப் புகை பிடித்து, மேலே பூச வாத சுரோணித நோயும் மேலும் பல வளிநோய்களும் தீரும்.

32. வாதத் தைலம்

வாதகரப்பான் பட்டை
பூதகரப்பான் பட்டை
செங்கத்தாரிப் பட்டை
பறங்கிப் பட்டை- இந்நான்கு வகை பட்டைகளிலும் வகைக்கு 1/4 பலம் எடுத்துத் தூள் செய்து

நல்லெண்ணெய் 1 நாழி
வேப்பெண்ணெய் 1 நாழி

ஆகிய எண்ணெய்களில் போட்டுச் சுத்தி செய்த கந்தகத்தூள் 4 வராகன் எடை எடுத்துக் குப்பைமேனிச் சாறு அல்லது வெற்றிலைச் சாற்றில் முறித்து எடுத்துக்

கொண்டு, அதையும் சுத்தி செய்த பாதரசம் 1 வராகன் எடையும் கூடப் போட்டு 2 நாள் வெயிலில் வைத்து எடுத்துக் காய்ச்சி மேலே தடவ, வளிநோய்கள் தீரும்.

33. அனைத்து வாதத்துக்கும் எண்ணெய்

தழுதாழை
புங்க இலை
ஊமத்தை
சதுரக்கள்ளி
ஆடாதோடை
தைவேளை
நொச்சியிலை
சாறணை
கழற்சிக் கொடி
வேலிப்பருத்தி
முதியார் கூந்தல்
சிவனார் வேம்பு

இவைகளின் சாறுகளில் வகைக்கு ஒரு உழக்கு எடுத்துக் கொள்ளவும்.

கொடிவேலி
பூனைவேர்
மாவிலிங்கம் வேர்
புங்கன்வேர்
கூவிளைவேர்
இலுப்பைப்பட்டை
சாறணைவேர்
வெள்ளைப்பிசின்
பாவட்டைவேர்
தில்லைவேர்
சிறுகுறிஞ்சான்வேர்

இவை வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து 2 மரக்கால் நீர்விட்டு, நாலிலொன்றாகக் காய்ச்சி வடிகட்டிக் கொள்ளவும். இறுத்துக் கொண்ட குடிநீருடன் முன் சொன்ன சாறு

வகைகளையும் விட்டு அதில்

நேர்வாளம்
பெருங்காயம்
கல்மதம்
வெடியுப்பு

இவைகளை வகைக்கு 2 கழஞ்சு வீதம் எடுத்துப்பொடி செய்து போட்டு அதனோடு

நல்லெண்ணெய்
வேப்பெண்ணெய்
புங்க எண்ணெய்
இலுப்ப எண்ணெய்
தேங்காய்ப் பால்

வகைக்கு $^1/_2$ படி வீதம் விட்டுக் குங்கிலியத்தூள் சேர்த்து 3 நாள் எரித்துப் பதத்தில் இறுத்து, உடம்பில் பூசிவர வளிநோய்கள் தீரும். இது மிகவும் கை கண்ட மருந்தாகும்.

34. எட்டிப்பழத் தைலம்

எட்டிப்பழத்தை ஒரு பானையில் போட்டுக் காடிவிட்டு 4 நாட்கள் ஊறவைத்துப் பிறகு அதைக் கையால் பிசைந்து சாற்றை வடிகட்டிக் கொண்டு அதனுடன்

நல்லெண்ணெய்	2 படி
ஆமணக்கெண்ணெய்	1 படி - விட்டு
எலுமிச்சம்பழச்சாறு	1 படியும் சேர்த்து
கனமுள்ள எட்டிக்கொட்டை	1 படி

இடித்துப்போட்டு எரித்துப் பதத்தில் காய்ச்சி வடித்துக் கொண்டு, இதைத் தொட்டுத் தடவிவர வாதங்கள் தீரும்.

35. எருக்கு எண்ணெய்

எருக்கிலைச்சாறு
நொச்சியிலைச்சாறு
புளியிலைச் சாறு
பிரண்டைச் சாறு

தாழைச்சாறு - இவை வகைக்கு 1 நாழி
அமுக்காரவேர்
விலாமிச்சம்வேர்
சதகுப்பை
சாறணைவேர்
வெண்சிறுகடுகு
கொடிவேலிவேர்
இந்துப்பு
வெட்டிவேர்
வசம்பு
மஞ்சள்
செவ்வியம்

இவைகளை வகைக்கு ஒவ்வோர் கழஞ்சு எடுத்து அரைத்துக் கரைத்து எண்ணெய் 1 நாழி விட்டுப் பதமாக எரித்துத் தடவி வர, நரம்பு முடக்கி அதனால் ஏற்படும் நோய் முதலான வளிநோய்கள் யாவும் தீரும்.

36. குதிகால் வாத எண்ணெய்

நொச்சி
குப்பைமேனி
ஊமத்தை
செருப்படி
மயில்மாணிக்கம்

இவற்றின் சாறுகளோடு சுண்ணாம்பும் கரைத்துக் கொதிக்க வைக்கவும். குதிகாலில் சாற்றைத் தேய்த்துக் கொண்டு, ஒரு மண்வெட்டியைக் காய்ச்சி அதன்மேல் நோகின்ற இடத்தில் படும்படியாக மிதிக்க வலி நிற்கும்.

37. மகாவாதத் தைலம்

சந்தனம்
கோஷ்டம்
அகில்
வெந்தயம்

அமுக்கராக்கிழங்கு
இந்துப்பு
அதிமதுரம்
இலவங்கப் பத்திரி
மஞ்சிட்டி
தேவதாரம்
சடைச்சிவேர்
நன்னாரிவேர்
சதகுப்பை
பெருங்குமிழ்வேர்
இலவங்கம்
கடுகுரோகணி
ஏலம்
சிற்றரத்தை - இவைகள் வகைக்கு 1/2 பலம்
சிற்றாமுட்டிவேர் 10 பலம்
பருத்தி விதை 1 குறுணி

இவை எல்லாவற்றையும் ஒன்று சேரும்படி இடித்து, 4 மரக்கால் தண்ணீர் விட்டுக் குறுணியாகக் காய்ச்சி வடிகட்டி இதனோடு

நல்லெண்ணெய்
ஆமணக்கெண்ணெய்
தேங்காய் எண்ணெய்
இலுப்பை எண்ணெய்
புங்க எண்ணெய்

இவை வகைக்கு 1 படி வீதம் சேர்த்து

எருக்கிலை
தழுதாழை
சுரைக்கொடி
நொச்சி
உகாய்

இவைகளின் சாறுகளில் வகைக்கு 1 நாழி வீதம் சேர்த்துக் காய்ச்சி வடித்துப் பூச,

மகாவாதம் எட்டே நாளில் தீரும்.

38. முகவாத எண்ணெய்

குதிரைவாலி வேர்
அவுரிவேர்
வெள்ளைக்காக்கட்டான்வேர்
வன்னெற்றுவேர்
நல்ல பாம்பின் கண்டம்
திப்பிலி
கம்பிப்பிசின்
வசம்பு
கறுங்குங்கிலியம்
எருமைத்தோல்
சிறுபீளைவேர்
குழிமீட்டான் வேர்
நத்தைச்சூரிவேர்
கறுஞ்சீரகம்
கஸ்தூரி மஞ்சள்
வெள்ளைப்பூண்டு
கோழிக்காரம்

இவைகளை வகைக்கு 1 1/2 வராகன் எடை சேர்த்து இதனுடன்

நல்லெண்ணெய் 1 நாழி

வேப்பெண்ணெய் 1 நாழி சேர்த்து மெதுவாக எரித்துப் பதத்தில் வடித்து நசியம் பண்ண, புகை பிடிக்க, மேலுக்கும் பூச முகவாதம் முதலான பலவித வாதங்கள் தீரும்.

39. எரிவாதத் தைலம்

தாளியிலைச்சாறு
எலுமிச்சம்பழச்சாறு

குன்றிமணி இலைச் சாறு

சீந்தில் தண்டுச் சாறு-வகைக்கு ஒரு நாழிச் சாறு சேர்த்து இதனுடன் விலாமிச்சு, கோஷ்டம், நன்னாரிவேர், சந்தனம் இவை வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு எடுத்து நன்கு அரைத்து 1 படி நல்லெண்ணெய் சேர்த்து எடுத்துப் பூசி வர, எரிவாதம் தீரும்.

40. எரிவாத நொச்சித் தைலம்

நொச்சியிலைச்சாறு	1 நாழி
தேங்காய்ப் பால்	1 நாழி
தேவதாரு	2 கழஞ்சு
சதகுப்பை	2 கழஞ்சு
இந்துப்பு	2 கழஞ்சு
பூநாகம்	20 கழஞ்சு

இவைகளை அரைத்துக் கரைத்து 1 நாழி எண்ணெய் சேர்த்து எரித்துப் பதத்தில் வடித்துப் பூச, எரிவாதம் தீரும்.

41. திமிர் வாதத் தைலம்

புளியிலையைத் தயிர்த் தண்ணீர் விட்டு இடித்து ஒரு பதக்குச் சாறு எடுத்துக் கொண்டு அதை நாலில் ஒன்றாகக் காய்சி வடித்து, அத்துடன் நல்லெண்ணெய் 2 நாழி கலந்து

முருங்கைவிதை

சங்கின் உப்பு

சுக்கு

கடுகு

கல்லுப்பு

எவச்சாரம்- இவை வகைக்கு 1/2 பலம் எடுத்து விழுதாக அரைத்து எல்லாவற்றையும் கலந்து உடம்பில் பூச, திமிர் வாதம் தீரும்.

42. முழங்கால் வாதத் தைலம்

ஆதண்டைவேர்

முருங்கைவேர்

அரத்தை

கஸ்தூரி மஞ்சள்

அமுக்கராவேர்

நொச்சிவேர்

உகாய் சமூலம்

இவைகளைச் சேர்த்து அரைத்துப் பூசினாலும் காற்றாடியிலைச் சாற்றில் சுக்கான் கல்லைக் காய்ச்சிப் போட்டுக் கொதிக்கவிட்டு வெதுவெதுப்பான சூட்டுடன் பூசினாலும் முழங்கால் வாதம் தீரும்.

43. இடுப்புப் பிடிப்புத் தைலம்

வெள்ளைப் பூண்டு

தேங்காய்த் திருவல்

சதுரக்கள்ளிச்சாறு

எள்ளு

வகைக்கொரு நாழி கூட்டி இடித்து அடையாகத் தட்டி வெயிலில் பதமாகக் காய வைத்து உரலில் இட்டு இடித்துத் தைலம் எடுத்து இருபொழுதும் உடலில் பூசி நன்றாகப் பிடித்து

நொச்சியிலை

வேப்பிலை

எருக்கம்பழுப்பிலை

வாதமடக்கி

தில்லம்பழுப்பு

இவைகள் சேர்த்துக் காய்ச்சிய வெந்நீரில் வேது பிடிக்கவும். இதனால் இடுப்புப்பிடிப்பு, கூன், வாத சூலை ஆகியவை தீரும்.

44. வாதப் பிடிப்புத் தைலம்

வேப்பெண்ணெய் 1 படி

சதுரக்கள்ளிப்பால் 1 படி

இதில் மயிலிறகு 1 பிடியைச் சிறுக அரிந்து பெரிய குண்டுச் சட்டியில் போட்டு இடைவெளியில்லாமல் ஒரு சட்டியால் மூடி அடுப்பில் வைத்து, அடுப்பை ஒரே வகை விறகால் சிறுக எரிய விடவும். இப்படி இரண்டு சாம நேரம் எரிக்கும் பொழுது

முதலில் துர்க்கந்தமாகவும் கடு நாற்றமாகவும் நாறும். பிறகு தெய்வீகமாய் மணக்கும். அந்தப் பதத்தில் இறக்கி அதில் கற்பூரம் 1 பலம் போட்டு அது உருகியபின் மற்றொரு கலயத்தில் வார்த்து வைத்துக் கொண்டு, எங்கே பிடிப்பு இருக்கிறதோ அங்கே இத்தைலத்தைத் தடவிப் பிடிக்க, எப்படிப்பட்ட பிடிப்பும் நீங்கும்.

பத்தியம்: கைப்பு, புளிப்பு தவிர்க்கவும். வெந்நீர் சேர்த்துக் கொள்ளவும்.

45. கடுப்பு வாதத் தைலம்

மாவிலிங்கையிலை - தேவையான அளவு

கடுக்காய் - 1

உத்தாமணியிலை - தேவையான அளவு

மிளகாய் -10

புழுங்கலரிசி - தேவையான அளவு

இவைகளைச் சேர்த்து அரைத்துக் கொதிக்க வைத்து மேலே பூசத் தேள் கொட்டுவது போல் கடுக்கும். வாதம் நீங்கும். இது கைகண்ட முறை.

46. பாடாண எண்ணெய்

சுத்தி செய்த பாடாணம்	-3 வராகன் எடை
கோழி முட்டை மஞ்சள் கரு	- 1 1/2 பலம்

இவ்விரண்டையும் சேர்த்து ஒரு சாமநேரம் அரைத்து ஒரு சட்டியில் வைத்து அடுப்பேற்றி எரித்து, நீர் சுண்டி எண்ணெய் கக்கும் பக்குவத்தில் சட்டியைக் கொஞ்சம் சாய்த்து வைத்தால் எண்ணெய் எல்லாம் சட்டியின் கீழ் வந்து விடும். அதனை வழித்து வேறு பளிங்குக் குப்பியில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

இவ்வெண்ணெயை மேலுக்குப் பூச நாட்பட்ட மேகவாயு, கீல்வாயு, என்புக்குள் நோகின்ற வாயு முதலியன தீரும்.

47. பாடாண எண்ணெய் (வேறு முறை)

கட்டின பாடாணத்தைப் பீங்கானில் இட்டுப் பனியில் வைத்து வர அது தானே எண்ணெயாகிவிடும். இதனை மேலுக்குப் பூசுவதால் கீல்வாயு போன்ற வளி நோய்கள் தீரும். இதனை நல்லெண்ணெயில் கலந்தும் பூசலாம்.

48. பாடாண எண்ணெய் (வேறு முறை)

சுத்தி செய்த பாடாணக் கட்டி 1 பலம் எடுத்து ஒரு சிறு இரும்புச் சட்டியில் வைத்துச் சிறு தீயாக எரித்துப் பூநீற்றுத் தெளிவைச் சிறுகச் சிறுக விட்டுச் சுருக்குக் கொடுத்துக் கொண்டு வந்தால் அது இளகி மெழுகாகிப் போகும். இந்த மெழுகை முன்போல் பனியில் வைத்துவர எண்ணெயாகிவிடும். இதனை மேல்பூசி வர மூட்டுவாத நோய்களின் வலி நீங்கும்.

மேற் சொன்ன முறையில் பூநீற்றுக்குப் பதிலாக கண்டங்கத்தரி சாம்பலின் தெளிநீரையும் பயன்படுத்தலாம்.

49. விடமுட்டித் தைலம்

எட்டிப் பழச்சாறு	1 பதக்கு
நல்லெண்ணெய்	1 பதக்கு
பால்	1 குறுணி
நெய்	1 குறுணி
ஆமணக்கெண்ணெய்	1 குறுணி
அமுக்கரா	
நொச்சி	
துளசி	
வாகை	
புளி	
மாவிலங்கு	
தழுதாழை	
ஊமத்தை	
குன்றி	
கழற்சி	
சிற்றாமணக்கு இலை	
எருக்கம்பூ	
இஞ்சி	
எலுமிச்சம்பழம்	
முருங்கைப்பட்டை	

கள்ளி

ஆகியவைகளின் சாறு அனைத்திலும் வகைக்கு 1 குறுணி எடுத்து அனைத்தையும் கலந்து கொள்ளவும்.

ஏலம்
சந்தனம்
சதகுப்பை
தகரைவிதை
அதிமதுரம்
இந்துப்பு
கொடிவேலி
திப்பிலி
அரத்தை
இலவங்கம்
தேவதாறு
திப்பிலிமூலம்
சடாமாஞ்சில்

இவை வகைக்கு 6 பலம், எட்டி விதை 2 படி. இவற்றை அரைத்து முன் மருந்துடன் கலந்து காய்ச்சிப் பதத்தில் வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அனைத்து வகை வளி நோய்களுக்கும் இதனை மேல்பூச்சுத் தைலமாகத் தடவலாம்.

50. விடமுட்டித் தைலம் (வேறு முறை)

எட்டிப் பழச்சாறு	4 நாழி
எலுமிச்சம்பழச்சாறு	2 நாழி
எருக்கஞ்சாறு	1 குறுணி
நொச்சிச்சாறு	1 குறுணி
ஆடாதோடைச்சாறு	1 குறுணி
தழுதாழைச் சாறு	1 குறுணி
வேலிப்பருத்திச் சாறு	1 குறுணி
முடக்கறுத்தான் சாறு	1 குறுணி

நல்லெண்ணெய்	1 குறுணி
எட்டி விதை	100 பலம்
கோஷ்டம்	1 பலம்
வசம்பு	7 பலம்
ஓமம்	7 பலம்
முருங்கைப்பட்டை	7 பலம்
வெள்ளுள்ளி	4 பலம்
சுக்கு	6 பலம்
மிளகு	6 பலம்
திப்பிலி	6 பலம்
கடுக்காய்	3 பலம்
நெல்லிக்காய்	3 பலம்
தான்றிக்காய்	3 பலம்

கற்கச் சரக்குகளைப் பொடித்து மற்றவைகளுடன் கலந்து காய்ச்சிப் பதத்தில் வடிகட்டிக் கொள்ள வேண்டும்.

மேற்கண்ட தைலத்தை உடலில் பூசிப் பிடித்து வர வளி நோய்கள் தீரும்.

51. குமரித் தைலம்

கற்றாழைச் சாறு 1 குறுணி
நல்லெண்ணெய் 1 குறுணி
கிரந்தித்தகரம்
சந்தனம்
கொத்துமல்லி
சடாமாஞ்சில்
முத்தக்காசு
வெட்டிவேர்
ஏலம்
கடுக்காய்
நெல்லிக்காய்
தான்றிக்காய்

நன்னாரி
சாதிக்காய்
தக்கோலம்
இலவங்கம்
இலவங்கப்பத்திரி
நெய்தல் கிழங்கு
கோரைக் கிழங்கு
அதிமதுரம்
பூரம்
மஞ்சிட்டி

இவை வகைக்கு 8 கழஞ்சு எடுத்து அரைத்துச் சாறு, எண்ணெய் ஆகியவற்றுடன் கலந்து காய்ச்சிப் பதத்தில் வடிகட்டிக் கொள்ள வேண்டும்.

தலையில் தேய்த்து மூழ்கிவரத் தலையைப் பற்றிய நோய்கள் யாவும் நீங்கும்.

52. மகாவிடமுட்டித் தைலம்

நல்லெண்ணெய்
புங்கன் எண்ணெய்
இலுப்பை எண்ணெய்
ஆமணக்கெண்ணெய்
வேப்பெண்ணெய்
கடுகெண்ணெய் - வகைக்கு 2 நாழி
எட்டிப்பழச்சாறு - 12 நாழி
நொச்சி
கொன்றை
சிறுகுறிஞ்சான்
மாவிலங்கு விழுது
வேலிப்பருத்தி
குன்றி
ஊமத்தை

சங்கன்குப்பி
அவுரி
கண்டங்கத்தரி
தழுதாழை
முள்ளி
குமிழ்
புங்கு
முட்காவேளை
அழிஞ்சில்
வேளை
மருக்காரை
சதுரக்கள்ளி
எருக்கு
எட்டி
இலைக்கள்ளி
கொடிவேலி
பாதிரி
நெருஞ்சி
•கூத்தன்குதம்பை
ஆடாதோடை
ஆதண்டை
செம்புளிச்சை
கூளாத்தி
கொழுஞ்சி
முருங்கை
காட்டாமணக்கு
கருங்காலி
சாறணை
சிற்றாமணக்கு
வெள்ளைக் குன்றிமணி

இவற்றின் வேர்கள் வகைக்கு. 1 தூக்கு

முருங்கை

குன்றி

எட்டி

காட்டுமுருங்கை

கறுநொச்சி

வெட்பாலை

புங்கு

மாவிலங்கு - இவற்றின் பட்டை - வகைக்கு 1 தூக்கு

வெள்ளறுகு சமூலம்

சிவனார்வேம்பு சமூலம் - வகைக்கு 1 தூக்கு

இவற்றை முறைப்படி குடிநீர் செய்து முன் கூறப்பட்ட எண்ணெய்களுடன் கலந்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

திப்பிலி

அரத்தை

சுக்கு

ஓமம்

மிளகு - வகைக்கு 20 பலம்

மரமஞ்சள்

சரளதேவதாறு - வகைக்கு 10 பலம்

கொள்ளு - 30 பலம்

வெள்ளுள்ளி - 50 பலம்

இவற்றைச் சுரசமாகச் (சாறு) செய்து முன் மருந்துடன் சேர்க்க வேண்டும்.

தழுதாழை

ஊமத்தை

மாவிலங்கு

கழற்சி

முருங்கை

வேலிப்பருத்தி

விழுதி

நொச்சி

ஆதண்டை

இலைக்கள்ளி

எருக்கு

ஆடாதோடை

சதுரக்கள்ளி

கையான்

சிற்றாமணக்கு

இவற்றின் இலைச்சாறு வகைக்கு 1 படி.

இஞ்சிச்சாறு

எலுமிச்சம்பழச்சாறு

சதுரக்கள்ளிப்பால்

எருக்கம்பால்

இலைக்கள்ளிப்பால் - வகைக்கு 1 நாழி

இவை அனைத்தையும் ஒன்று கலந்து அடுப்பிலிட்டுக் காய்ச்சிப் பதத்தில் வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இத்தைலத்தை உடலில் பூசிப் பிடித்து விடப் பாரிசவாதம், தனுர்வாதம், சர்வாங்க வாதம் முதலான வாத நோய்கள் தீரும்.

53.பிரசாணித் தைலம்

முதியார் கூந்தல் சாறு

பசுவின் தயிர்

நல்லெண்ணெய் வகைக்கு 2 படி

காடி 4 படி

இந்துப்பு

அரத்தை

கொடிவேலி

அதிமதுரம்

திப்பிலி மூலம்

எவச்சாரம்

ஏலம்

முதியார்கூந்தல்வேர்

சுக்கு -இவை வகைக்கு 2 பலம்

செய்முறை: கற்கச் சரக்குகளை அரைத்து முன் மருந்துகளுடன் கலந்து அடுப்பிலிட்டுக் காய்ச்சிப் பதத்தில் வடித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இதனை மூக்கில் நசியமாகவும், உடலில் பூசிப் பிடித்து விடவும், வத்திகட்டவும் பயன் படுத்தலாம்.

கம்பவாதம், திமிர்வாதம், தலையைப் பற்றிய வாதம் போன்ற அனைத்து வளி நோய்களும் தீரும்.

54. எட்டி இலைத் தைலம்

எட்டியிலை, மிளகு, எண்ணெய்-இவற்றைச் சேர்த்துக் காய்ச்சி வடிகட்டி எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

இதனைத் தலை மூழ்கி வர, தலைவலி நீங்கும்.

55. விசய வயிரவத் தைலம்

சுத்தி செய்த இரசம்

சுத்தி செய்த நாபி

சுத்தி செய்த கந்தகம்

சுத்தி செய்த மனோசிலை

சுத்தி செய்த தாளகம் -வகைக்கு 4 பலம்

இவற்றைக் காடி அல்லது பழச்சாற்றில் அரைத்துத் துணியில் தடவிக் கதிரில் ஏற்றிக் காய வைக்க வேண்டும்.

புங்கெண்ணெய்

இலுப்பையெண்ணெய்

வேப்பெண்ணெய்

ஆமணக்கெண்ணெய்

நல்லெண்ணெய் - வகைக்கு 1 படி

இவற்றை ஒரு சட்டியில் விட்டு கதிரைத் தோய்த்து விளக்கில் காட்டி எரியவிட வேண்டும். கதிரில் ஒரு கரண்டியால் எண்ணெய் ஊற்றிக் கொண்டிருக்க வேண்டும். திரி ஆறியபின் தைலத்தை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இத்தைலத்தை மேலே தடவி வரப் புறவீச்சு, தனுர்வாதம், திமிர்வாதம், நடுக்கம்ப வாதம் ஆகியவை தீரும்.

56. சித்தபலாதித் தைலம்

சிற்றாமுட்டி	80 பலம்
வெட்டிவேர்	12 பலம்
மிளகு	12 பலம்

விலாமிச்சம்வேர் 12 பலம் - இதில் 8 மரக்கால் நீர்விட்டுக் காய்ச்சிப் பதக்காய் குறுக்கி வடிகட்டிக் கொள்ள வேண்டும். இத்துடன்

நல்லெண்ணெய் 1 குறுணி

பசுவின்பால் 1 குறுணி சேர்க்க வேண்டும்

கோஷ்டம், அதிமதுரம் வகைக்கு 2 பலம், மிளகு 6 பலம் சேர்த்து அரைத்து முன் மருந்துடன் கலந்து காய்ச்சிப் பதத்தில் வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இத்தைலத்தைத் தலையில் தேய்த்து மூழ்கி வரத் தலைநோய் முதலியன தீரும்.

57. மகாபிரசாதத் தைலம்

சாறணை
நீர்முள்ளி
தழுதாழை
மூக்கிரட்டை
பொன்முசுட்டை
முருங்கைப்பூ
உத்தாமணி
அழிஞ்சில்
அவுரி
கொன்றை

முருங்கை
சிற்றாமணக்கு
நொச்சி
சீந்தில்
வழுதி
மாவிலங்கு
கண்டங்கத்தரி
சிறு வழுதுணை
கொட்டைக்கரந்தை
சிறுமல்லி
பெருமல்லி
வில்வம்
பெருங்குமிழ்
பாதிரி
வாகை
பேராமணக்கு
ஆடாதோடை இலை
குறிஞ்சிவேர்
மருது
புங்கன் பட்டை
ஆயில்பட்டை
அழிஞ்சில்விதை
சண்பகவிதை
செவ்வல்லிக் கொடி
செவ்வியம்
கஞ்சாங்கோரை
செம்முள்ளி

இவை யாவும் சம அளவு. தண்ணீர்-4 மரக்கால் ஊற்றிக் காய்ச்சி1 மரக்காலாகக் குறுக்கிப்பின் வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவேண்டும். இத்துடன்

நல்லெண்ணெய் 4 படி

கொள்ளுக் குடிநீர் 4 படி

வெள்ளாட்டின் சதை 20 பலம்

முதியார் கூந்தல் 20 பலம்

இவற்றைத் தனித்தனியாகக் குடிநீரிட்டு 4 படியாக்கி எண்ணெய் மற்றும் முன் குடிநீருடன் சேர்த்து வைக்க வேண்டும்.

சாதிக்காய்
முத்தக்காசு
கற்கடகசிங்கி
இந்துப்பு
கொடிவேலி
சண்பகப்பூ
விளாவரிசி
அரத்தை
சிறுதேக்கு
பெருங்காயம்
சித்திரமூலம்
அதிவிடயம்
இலவங்கம்
எவச்சாரம்
கடுக்காய்
தக்கோலம்
பொட்டிலுப்பு
தேவதாரு
வெட்பாலையரிசி

இவை சம அளவு. இவற்றை அரைத்து முன் மருந்துடன் கலந்துக் காய்ச்சிப் பதத்தில் வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

மேற்பூச்சாகப் பயன்படுத்த மூட்டுவாதம், திமிர்வாதம், தனுர்வாதம் முதலானவை தீரும்.

58. ஆத்திராதித் தைலம்

இஞ்சியை இடித்துத் தண்ணீர் சேர்த்து 6 நாள் கமலாக்கினியாய் எரித்து, 1 குறுணியாக்கி வடிகட்டி வைக்க வேண்டும். இத்துடன்

தயிர்த்தெளிவு, காடி, நல்லெண்ணெய் வகைக்கு 1 குறுணி

வாய்விடங்கம்,எவச்சாரம், அதிமதுரம், அரத்தை, திப்பிலி மூலம், இந்துப்பு வகைக்கு 2 பலம். இவற்றை அரைத்து மற்றவைகளுடன் கலந்து 6 நாள் தீபம் போல் எரித்து வடிகட்டிக் கொள்ள வேண்டும்.

இதனை நசியமாகவும் வத்தி கட்டவும் பயன்படுத்தலாம். இதனால் கை கால் முடக்கு, இடுப்புவலி, என்பு முறிவு, சோணித வாதம் முதலியன தீரும்.

59. கற்கடகாதித் தைலம்

பால்நண்டுச்சாறு	- 1 குறுணி
துராய்	- 100 பலம்

தண்ணீர் 1 தூணி-விட்டு ஒரு குறுணியாக வற்ற வைத்து வடிகட்டி முன் சாறுடன் சேர்த்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

நல்லெண்ணெய் 1 நாழி அத்துடன் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

கோஷ்டம்

செவ்வியம்

வாலுளுவை அரிசி

வசம்பு

பெருங்காயம்

கடுக்காய்

நெல்லிக்காய்

தான்றிக்காய்

ஏலம்

இந்துப்பு

சுக்கு

மிளகு

திப்பிலி

பூதகரப்பான் பட்டை

வெட்பாலையரிசி

மரமஞ்சள் - வகைக்கு 4 பலம்

இவற்றை அரைத்து முன் கலவையில் கலந்து காய்ச்சிப் பதத்தில் வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இதை மேல் பூசக் கை கால் முடக்கல் முதலான அனைத்து வகை வளிநோய்களும் தீரும்.

60. முக்கூட்டுத் தைலம்

நல்லெண்ணெய்

ஆமணக்கெண்ணெய்

நெய் - வகைக்கு 1 நாழி

நொச்சிச்சாறு

வல்லாரைச்சாறு

கற்றாழைச்சாறு

பொன்னாங்கண்ணிச் சாறு

புளியிலைச்சாறு

ஊமத்தையிலைச்சாறு

தழுதாழைச் சாறு

எருக்கிலைச்சாறு - வகைக்கு 1/2 படி

வசம்பு

முத்தக்காசு

மஞ்சள்

மரமஞ்சள்

சிறுதேக்கு

சடாமாஞ்சில்

இந்துப்பு

சுக்கு

மிளகு

திப்பிலி

வெட்பாலை அரிசி

இவைகள் வகைக்கு 2 வராகன் எடுத்துச் சூரணம் செய்து ஏனைய கலவைகளுடன் சேர்த்துக் காய்ச்சி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

மேலுக்குத் தேய்க்க மூட்டுகளில் உண்டாகும் வலி, வீக்கம் முதலியன நீங்கும். தலைநோய், மார்புவலி தீரும்.

61. பஞ்சார்க்கத் தைலம்

எருக்கஞ்சமூலச்சாறு - 1 நாழி

நொச்சி

சாறணை

ஆதண்டை

அமுக்கரா

முருங்கை

வேலிப்பருத்தி

மூக்கிரட்டை - வகைக்கு 5 பலம்

தண்ணீர் - 1 நாழி

இவற்றைக் குடிநீரிட்டு எருக்கஞ்சாறுடன் கலந்துகொள்ள வேண்டும்.

இந்துப்பு

தகரைவிதை

கிராம்பு

சுக்கு

ஏலக்காய்

கோஷ்டம்

கஸ்தூரி மஞ்சள் - வகைக்கு 1 பலம்

இவற்றைச் சூரணித்து முன் மருந்துடன் சேர்த்துக் கொள்ளவேண்டும். இவற்றுடன்

நல்லெண்ணெய் - 4 படி

வெள்ளாட்டுப் பால் - 4 படி - கலந்து காய்ச்சிப் பதத்தில் வடித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தேகத்தில் தடவிப் பிடித்து விட வேண்டும். இதனால் திமிர்வாதம், வில்வாதம் முதலான வளிநோய்கள் தீரும்.

62. மகாபூதிகாத் தைலம்

ஆயில்பட்டை 100 பலம்

தண்ணீர் 8 பங்கு-சேர்த்துக் காய்ச்சி, கால் பங்காகக் குறுக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

நல்லெண்ணெய் - குடிநீருக்கு 1/4 பங்கு

வாய்விடங்கம்

கடுகு

சிற்றரத்தை

பேரரத்தை

கச்சோலம்

கல்லுப்பு

கடுக்காய்

கொடிவேலி

பறங்கிச்சக்கை

தக்கோலம்

கிரந்தித்தகரம்

கழற்சிவிதை

பெருங்காயம்

பூமி சர்க்கரைக் கிழங்கு

எருக்கு

நொச்சி

செம்புளிச்சை

முள்ளி

அரிசித்திப்பிலி

கண்டத்திப்பிலி

அமுக்கரா

சாறணைவேர்

பேய்க்குமட்டிவேர்

நரிப்பயற்றம்வேர்

கொழுஞ்சி

ஆமணக்கு

சூரிய காந்திவேர் - வகைக்கு 1 பலம்

வெள்ளாட்டுப்பால் - 1 பதக்கு

கற்கச் சரக்குகளைச் சூரணித்து முன் மருந்துடன் கலந்து ஆட்டுப் பால் விட்டுக் காய்ச்சிப் பதத்தில் வடித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இதனை உடலில் பூசவும் தலை மூழ்கவும் நசியமாகவும் பயன்படுத்தலாம்.

இதனால் பாரிசவாயு, தலையைப் பற்றிய வளி, சர்வாங்க வாதம் போன்ற 90 வளி நோய்கள் தீரும்.

63. இலசுனாதித் தைலம்

தோலுரித்த வெள்ளுள்ளி	-1படி
நல்லெண்ணெய்	-1 படி
அரத்தை, வாய்விடங்கம்,	
வசம்பு - வகைக்கு	$^1/_2$ பலம்
மிளகு, திப்பிலி மூலம்	
வகைக்கு	3 பலம்
சுக்கு	5 பலம்
திப்பிலி	2 பலம்
முருங்கை	
நொச்சி	
கண்டங்கத்தரி	

முள்ளி
எருக்கம்பூ
கொடிவேலி
ஆயில் பட்டை- வகைக்கு 1/4 பலம்

கற்கச் சரக்குகளை அரைத்து முன் எண்ணெயுடன் கலந்து காய்ச்சிப் பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

உடல், தலை இவற்றில் தேய்த்து, மூக்கிலும் விடலாம்.

அனைத்து வகை வளி நோய்களும் தீரும்.

64. இலகு நீர்க்குண்டித் தைலம்

நொச்சியிலைச் சாறு	1 குறுணி
பசுவின்பால்	1 குறுணி
எண்ணெய்	1 குறுணி

சுக்கு
மிளகு
திப்பிலி
மஞ்சள்
காட்டாத்திப்பூ
ஏலரிசி
முத்தக்காசு
சிறுதேக்கு
செவ்வியம்
கடுக்காய்
நெல்லிக்காய்
தான்றிக்காய்
கொடிவேலி
சிற்றரத்தை

மேற்படி சரக்குகளை நல்லெண்ணெய் விட்டு அடுப்பேற்றி காயவைத்து அதில்

சடாமாஞ்சில்
விலாமிச்சம் வேர்

வாய்விடங்கம்
சிறுநாகப்பூ
சந்தனம்
கடுகுரோகணி
நன்னாரி
இலவங்கப்பத்திரி
சாதிக்காய்
காயம்
வசம்பு
கஸ்தூரிமஞ்சள்
திப்பிலிமூலம்
அதிமதுரம்
மஞ்சிட்டி
கறுஞ்சீரகம்
சீரகம்
தகரைவிதை
சாதிப்பத்திரி
இல்வங்கம்
மரமஞ்சள்
மணத்தக்காளி - வகைக்கு 1 கழஞ்சு

இவற்றை அரைத்துக் கலந்து காய்ச்சி வடித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இத்தைலத்தை உடலில் தடவிவர, வத்திகட்ட, நசியமாகப் பயன்படுத்தலாம். இதன் மூலம் அனைத்து வகை வளிநோய்களும் தீரும்.

65. பூனாகத் தைலம்

நல்லெண்ணெய்	4 நாழி
எலுமிச்சம்பழச்சாறு	1 குறுணி

இவற்றை ஒன்று கலந்து சட்டியில் சேர்த்து அடுப்பில் வைத்துப் பழச்சாறு வற்றும் வரை எரித்துப் பின் அதில் நாக்குப்பூச்சியை ஒரு தேங்காய் அளவு போட்டுக் காய்ச்ச வேண்டும்.

வேப்பம் விதை
குங்கிலியம்
மஞ்சள்
கம்பிப்பிசின்
கடுகு - சமஅளவு

இச்சரக்குகளைப் பொடி செய்து முன் அடுப்பில் காய்ந்து கொண்டிருக்கும் எண்ணெயில் போட்டுக் கரகரப்பு பாகத்தில் வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

உடலில் பூசிவர உள்வலி, கண்ட வலி, வளிநோய், தனுர்வாதம், முயல் வலி, காக்கைவலி முதலியன நீங்கும்.

66. மகா நாராயணத் தைலம்

கூத்தன் குதம்பை
கண்டங்கத்தரி
முள்ளி
செம்புளிச்சை
நொச்சி
புங்கு
ஆமணக்கு
வில்வம்
காட்டுமுன்னை
சாறுவேளை
நெருஞ்சில்
பேய்க் கரும்பு
எருக்கு
பொன்முசுட்டை
வறட்சுண்டி
கொடிவேலி
குமிழ்
பேய்த்துமட்டி
சீதேவிச்செங்கழுநீர்

நரிப்பயறு
செந்தொட்டி
கறிப்பாலை
பாதிரிவேர்
காட்டு முருங்கை
கருங்காலி
கொன்றை
முருங்கைப்பட்டை
சீந்தில்
முத்தக்காசு
மரமஞ்சள்
அமுக்கரா
அரத்தை
மஞ்சள்
பெருங்கோரைக் கிழங்கு - வகைக்கு 10 பலம்
எண்ணெய் 1 பதக்கு
சதுர் சாதம்
சாதிக்காய்
பொன்முசுட்டை
சதகுப்பை
தேவதாறு
குங்குமப்பூ
சீரகம்
இந்துப்பு
மஞ்சள்
கொங்கு
அகில் - இவை வகைக்கு 1 பலம்
சீரகாகோளி

காகோளி

இலுப்பைப்பூ

சடாமாஞ்சில்

அதிமதுரம்

செவ்வியம்

அதிவிடயம் - வகைக்கு 4 பலம்

மருட்கிழங்கு

மஞ்சிட்டி

தக்கோலம்

திரிகடுகு

கஸ்தூரி மஞ்சள்

மரமஞ்சள்

திரிபலை

விலாமிச்சம்வேர்

சந்தனம்

சிறுதேக்கு

சிறுநாகப்பூ

திப்பிலி மூலம்

கடுகு

பெருங்குமிழ்வேர்

கறிப்பாலைவேர்

நரிப்பயற்றம் வேர்

வெள்ளைக்காக்கணம்

நீலக்காக்கணம்

இலவம்பிசின்

முத்தக்காசு

பெருங்காயம்

ஓமம்

தாமரைவளையம்

திப்பிலிமூலம்

கொட்டைக்கரந்தை

கிரந்தித்தகரம் - இவை வகைக்கு 4 பலம்

நரிப்பயற்றங் கொடிச் சாறு - 1 பதக்கு

பால் -2 தூணி

சரக்குகளைப் பாலிலரைத்து மற்றவைகளுடன் கலந்து அடுப்பிலிட்டுக் காய்ச்சி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேணடும். தலை மூழ்கவும் மூக்கில் நசியமிடவும், வத்தியாகக் கட்டவும் பயன்படுத்தலாம்.

இதனால் அனைத்து வகை வளிநோய்களும் நீங்கும். தேகத்தில் ஒளி உண்டாகும்.

பிறவகை வெளிமருத்துவ முறைகள்

"தேரையர் காப்பியம்", "தேரையர் வெண்பா", "ஆத்மரட்சாமிர்தம்" என்னும் நூல்களில் கூறப்பட்டுள்ள முறைகளை இங்கு காணலாம்.

1. பற்று

வெடியுப்பு, மஞ்சள், கொடிவேலி, வேலிப்பருத்திச் சாறு விட்டு அரைத்துக் குழம்பாக்கிச் சுட வைத்துப் பொறுக்கத்தக்கச் சூட்டோடு நெற்றி, கழுத்து, மார்பு, கன்னம், தோல், முதுகு இவைகளின் மேல் பற்றிடவும். இதனால் அவ்விடத்தின் பாதிப்புகள் நீங்கும்.

2. கண்ணிலிடும் மை

மிளகு, திப்பிலி, துவரம்பருப்பு, அக்கிரகாரம், ஏலரிசி இவைகளை ஓரளவாகச் சேர்த்து வெற்றிலைச் சாறு, தேன் இவைகளை தனித்தனியே விட்டு நன்கு அரைத்து அதனை அடையாகச் செய்து வெயிலில் உலரவைத்து எடுத்து வைத்துக் கொண்டு தாய்ப்பாலில் இழைத்துக் கண்ணிலிட தலைவலி, மண்டைக் குத்து, கபால சன்னி முதலியன போகும்.

3. மூக்குத் துளி

தும்பைப்பூவின் சாறு, நொச்சிக்கொழுந்தின் சாறு இவைகளில் வெடியுப்பு, இந்துப்பு, மிளகு, சீரகம், ஓமம் இவற்றைச் சம எடையாகச் சேர்த்து மாத்திரையாக உருட்டி வைத்துக் கொண்டு அம்மாத்திரையைத் துளசிச் சாற்றில் உரைத்துப்

பஞ்சில் தோய்த்து மூக்கில் பிழிந்திடத் தலைவலி முதலிய சிரசு நோய்கள் நீங்கும்.

4. மூக்குத் தூள்

இலுப்பை வேர், சுண்டை வேர், பாலை வேர் இம்மூன்று வேர்களையும் இடித்துத் தூள் செய்து நோய்களுக்குத் தக்கவாறு போட்டு வரலாம்.

5. சுட்டிகை

மஞ்சள் துண்டு ஒன்றைத் தீயிலே வைத்துக் கொளுத்திப் பொறுக்கத் தக்க சூட்டுடன் எடுத்து நோய் உள்ளவர்களுக்குத் தக்கபடி கன்னம், முதுகு, செவியினடிப்பாகம், உள்ளங்கை, மார்பு, தோள் பட்டைகள் ஆகிய இடங்களில் சூடு இட முறையே சன்னி, வளிநோய்கள், மேக நோய்கள், அழல்நோய், காசநோய் முதலியன நீங்கும். மேலும் இந்நோய்களுக்கு உட்டண எண்ணெயைப் பொறுக்கும் பதமாகக் கலசத்திலிட்டு உச்சந்தலை, பிடரி, முதுகு இவைகளிலே ஒற்றடம் கொடுக்கலாம்.

6. பற்று (வேறு முறை)

வேலிப்பருத்திச் சாற்றுடன் வெள்ளுள்ளி, புழுங்கலரிசி, சோற்றுப்பு, வெடியுப்பு ஆகியவற்றைச் சேர்த்து மத்தித்து, தீயில் காய்ச்சி ஆறவைத்து அக்குழம்பைப் பற்றிட வளி முதலான பல நோய்கள் நீங்கும்.

7. பற்று (வேறு முறை)

மெருகன் கிழங்கைப் பொடி செய்து, புன்னை நெய்யில் பற்றிடக் கை கால்கள் அயர்ந்து, கடுத்து, வலியுண்டாகி, உடல் வியர்த்து உண்டாகும் நோய் நீங்கும்.

8. பற்று (வேறு முறை)

தேற்றான் விதையைப் பொடித்து, வேப்பெண்ணெயுடன் கலந்து பற்றிட வளிப் பிடிப்புகள் நீங்கும். கல்லீரல் நோய், மாரடைப்பு இவற்றுக்கும் இதனைப் பற்றிடலாம்

9. கலிக்கம்

இலிங்கம், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி ஆகியவற்றை மாத்திரை செய்துலர்த்தி வெந்நீரில் உண்ணலாம். அல்லது அதனையே கலிக்கமாகவும் பயன்படுத்த வளி தொடர்பான பிரமை போன்ற நோய்கள் நீங்கும்.

10. புகை

கடுகு, பெருங்காயம், ஓமம், சுக்கு ஆகிய நான்கையும் சமமாகக் கொண்டு நையத்தூள் செய்து தூய்மையான வெள்ளைத் துணியில் பரப்பிச் சுருட்டித் தீயில் கொளுத்தி மூக்கில் புகை பிடிக்க உறங்குவாதம் நீங்கும்.

11. புகை (வேறு முறை)

இலுப்பைவேர், மஞ்சள், மிளகு, கொள்ளு ஆகிய சரக்குகளைச் சமமாகக் கொண்டு இடித்துத் துணியில் பரப்பிச் சுருட்டித் தீயில் கொளுத்திப் புகை பிடிக்கவும். தலை நோய்கள் தீரும்.

12. புகை (வேறு முறை)

புன்னை நெய்யில் வெள்ளுள்ளி, மிளகு, வேப்பம் வித்து, மஞ்சள் ஆகியவைகளைச் சேர்த்து அரைத்துப் பதத்தில் வழித்துச் சீலையில் தடவித் திரியாக்கிக் கொளுத்திப் புகை பிடிக்கச் சன்னி, தலைபாரம் நீங்கும்.

13. ஒற்றடம்

தவிடு, உப்பு, எண்ணெய்க் குடுவை, எருமுட்டைச் சாம்பல், நீறு செய்த சுண்ணத்தூள், சுண்ணாட்டிக் காரை இவைகளில் ஒன்றைக் கொண்டு நோய்க் கேற்றவாறு சமயோசிதம் போல் ஒற்றிடலாம். எருக்கிலைப் பழுப்பை நோயுள்ள இடத்தில் வைத்தும் ஒற்றடமிடலாம்.

14. அண்ட வாதத்துக்கு ஒற்றடம்

குட்டித் தக்காளியிலையையும், தைவேளையிலையையும் வதக்கி ஒற்றடம் செய்து கட்டலாம்.

கழுதை லத்தியையும் கழற்சியிலையையும் வறுத்து ஒற்றடம் செய்து கட்டலாம்.

யானை, குதிரை, ஒட்டகம், கழுதை, வெள்ளாடு, இவைகளின் சாணியும் தேள்கொடுக்கிலையும் தேங்காயைத் திருகிய பூவும் ஆவாரம்பூவும், கொடிக்கள்ளிப் பட்டையும் ஓர் நிறையாய் எடுத்து இடித்து வறுத்து ஒற்றடம் கொடுக்கலாம்.

கீல்வாயு நோயில் பயன்படுத்தப்படும் பற்று வகைகள்

1. மூசாம்பரப் பற்று

கரியபோளம் என்னும் மூசாம்பரத்தை நீரில் கரைத்துக் கொதிக்க வைத்து மூட்டு வீக்கங்கள், நடக்க முடியாத வலி முதலிய இடங்களில் தடவலாம்.

மூசாம்பரத்தை முட்டை வெண்கருவுடன் சேர்த்து அரைத்துக் கீல்களில் பற்றிட, கீல்வீக்கம் வடியும்.

2. கழற்சிப் பற்று

கழற்சிப் பருப்பு, சுக்கு, களிப்பாக்கு இவற்றை முறையே மூன்று, இரண்டு, ஒன்று என்ற எடையில் எடுத்து முட்டையின் வெள்ளைக் கரு விட்டு அரைத்து மூட்டு வீக்கங்களில் பற்றிட, வீக்கம் கரையும். அண்ட வாத நோயில் அண்ட வீக்கங்களுக்கு இதைப் பற்றிடுவதால் அண்ட வீக்கம் மறையும்.

3. காவிக்கல் பற்று

காவிக்கல், காந்தக்கல், கழற்சிப் பருப்பு இவைகளை ஓர் அளவாகக் கொண்டு முட்டை வெண்கருவால் மைபோல் அரைத்துக் கீல்களுக்குப் பற்றிட்டுச் சீலை சுற்றி வைக்க வேண்டும். இரண்டு மூன்று நாட்களுக்கு ஒரு முறை இவ்வாறு பற்றிட மூட்டு வீக்கம் குறையும்.

4. குக்கில் வெண்ணெய்

வெள்ளைக் குங்கிலியம் 5 பலம் நன்றாய்ப் பொடித்துக் கொள்ளவும். ஒரு எண்ணெய் சட்டியை அடுப்பிலேற்றி அதில் எண்ணெய் 1 உழக்கு ஊற்றிச் சிறு தீயில் இலேசாக எரித்துப் புகையாமற் கொதித்து வரும்பொழுது மேற்படி பொடியைத் தூவி நன்றாகக் கிளறிப் பாகாக வரும்பொழுது, ஒரு சட்டியில் 1 படி தண்ணீர் ஊற்றி அதில் குங்கிலியப் பாகை ஊற்றிக் கையினால் நன்றாகப் பிசைய வெண்ணெய் போலாகும். இதனை வழித்து வைத்துக் கொள்ளலாம். இதனை வலி, எரிச்சல், வறட்சி முதலியவற்றிற்கு வெளிப்பிரயோகமாகப் பயன்படுத்தலாம்.

சொல்லடைவு

அக்கரகாரம் 95,159,217,337,343,392
அக்கினித் தேவன் 11
அக்கினி மந்தம் 187
அக்கினி வாதம் 54
அக்குள் நாற்றம் 103
அகத்தியர் 46,95
அகத்தியர் இரத்தினச் சுருக்கம் 109
அகத்தியர் குணவாகடத் திரட்டு 79
அகத்தியர் குழம்பு 87,89,139
அகத்தியர் பரிபூரணம் 400 , 100
அகத்தியர் வைத்திய சிந்தாமணி வெண்பா-
4000 17,46,193
அகில் 16,111,211,264,365
அகில் கட்டை 188,349
அகில்பட்டை 213
அங்குலி வாதம் 50,335
அசமதா ஓமம் 205
அசமதாகம் 238,342
அசீரணம் 136,199
அசீரண வாதம் 53
அசுவகந்தாதி இளகம் 294
அசுவகந்தி 215
அசுவகந்தி இளகம் 296
அசுவ வாதம் 37
அசுவாதி சூரணம் 342
அசைச் சூரணம் 91
அசோக மரம் 16
அஞ்ஞானத்தம்ப வாதம் 33
அட்சேபக வாதம் 23
அட்டச் சூலை வாதம் 36
அட்டதந்திர வாதம் 30
அட்டபைரவ மாத்திரை 82
அட்டில் 264
அட்டுப்பு 247,310,344
அட்டை விடுதல் 87
அடப்பம்பட்டை 258
அண்ட இசிவு 266
அண்டக் கறுப்பு 266
அண்டத் தைலம் 88, 162,291,325
அண்டவாத எண்ணெய் 269
அண்டவாத ஒற்றடம் 266
அண்டவாதக் கட்டு 267
அண்டவாத கோழிச்சூரணம் 268
அண்டவாத பேதி 272
அண்டவாதம் 59,105, 141,229,266, 272,327,
340,341,370
அண்டவாய்வு 169
அண்டவாயு 103,183,254,279,280
அண்டவாயு உசிதம் 266
அண்ட வாயு சூலை 79
அண்டவீக்கம் 266,267,395
அண்ட வோடு 279
அத்தி 96.227
அத்தி சுரச் சூலை 78
அத்தி சுரம் 187
அத்திப் பிஞ்சு 93
அத்திப்பூ 16
அதிசாரம் 168
அதிமதுரத்தூள் 125, 273
அதிமதுரம் 96,135,200,216,250,342,349
அதிவிடயம் 125,177,194,343
அதிவிடயம் சுட்டகரி 204
அந்தரவாயு சூலை 79
அந்தி வாதம் 48

அந்திமல்லி 16
அப்பளக்காரம் 277,310
அப்பிரகச் செந்தூரம் 92
அப்பிரகப்பற்பம் 92,162
அப்பிரகம் 344
அபானவாயு 76
அபானன் 2,10,132
அபின் 96,160,181
அபினி 354
அமிர்தச் செந்தூரம் 339
அமிர்த சஞ்சீவித் தைலம் 255
அமிர்தரசம் 208
அமுக்கரா 114,175,201,205,255,371
அமுக்கரா இலை 356
அமுக்கரா இளகம் 298
அமுக்கராக் கிழங்கு 96,357,358
அமுக்கராதி சூரணம் 200,341
அமுரியுப்பு 140
அமுக்கரா வேர் 174,254,260,341,365,343
அயச்சிட்டம் 233
அயச்செந்தூரம் 167,203
அயப்பற்பம் 201
அயப்பொடி 167,209,228
அயவடைச் செந்தூரம் 233
அயவீரச் செந்தூரம் 87,167
அர்க்கச்சீரகாதி தைலம் 92
அர்க்கட்சீரத் தைலம் 348
அரக்கு 361
அரக்குத் தலைம் 352
அரசம் பட்டை 171,339
அரசம் பட்டை சாம்பல் 295
அரசமரம் 16
அரத்தை 113,174,204,248,337,345,
அரப்பொடி 234,281,340
அரளிப்பூ 147,151
அரி கிரந்தி 166
அரிசித் திப்பிலி 172,202,386
அரிசித் திப்பிலித் தூள் 295,302,316
அரிசி மாக்கஞ்சி 86
அரிதாரம் 137,208,237,321,339
அரேணுகம் 361
அரைக்கீரை 300
அரையாப்பு 107,166,190
அரோசகம் 171,342
அலசம் 185
அவரைத் தைலம் 274
அவரைப் பிஞ்சு 90,145
அவரையிலைச் சாறு 274
அவிப்புடம் 176
அவிபத்தி சூரணம் 156
அவுரி 207,375
அவுரி இலை 305
அவுரிச்சாறு 208
அவுரியிலைச் சாறு 273
அவுரிவேர் 258,367
அவுரிவேராதி தைலம் 258
அவையாங்க வாதம் 49
அழல் ஐயக் கீல்வாயு 74
அழல் கீல்வாயு 72
அழல் சூலை 77
அழல் தலை நோக்காடு 42
அழல் நோய் 108
அழல் வளிக் கீல்வாயு 74
அழிஞ்சிப்பட்டை 189
அழிஞ்சில் 375
அழிஞ்சில் கொட்டை 151
அழிஞ்சில்விதை 380
அழிஞ்சில்வேர் 148
அழித்தல் 2
அழிரணம் 304
அற்புத வாதம் 27,209,256,341
அறுகன்சாறு 263
அறுகன் நீர்த்தாளி எண்ணெய் 263
அறுகீரை 93
அறுகுவேர்க்கட்டை 166
அன்னத்துவேசம் 171
அன்னபேதி 161,250
அன்னமழகி 15,118
அனந்தன் 12
அனல் 168
அனுபோக வைத்திய நவநீதம் 265
ஆக்கிராண இராசபேதி 135
ஆக்கிராணம் 135
ஆக்கிராண மெழுகு 241
ஆகாய கருடன் கிழங்கு 174
ஆகாயம் 7
ஆகுனி வாதம் 23
ஆசுவதம்ப வாதம் 29
ஆசை 7
ஆட்டிறைச்சி 300
ஆட்டுக்கறி 73
ஆட்டுப்பால் 206, 360
ஆடாதோடை 111,189,205,339
ஆடாதோடை இலை 263, 356
ஆடாதோடைச்சாறு 372
ஆடுதின்னாப்பாளை 290

ஆடுதின்னாப்பாளைச் சாறு 272
ஆடுதீண்டாப்பாளை 199,229
ஆடுதீண்டாப்பாளைச்சாறு 190
ஆடுதீண்டாப்பாளை வேர் 194
ஆண்குறி 68
ஆத்திராதித் தைலம் 382
ஆத்மசக்தி 1
ஆத்மநாடி 1
ஆத்மரட்சாமிர்தம் 17,59,76,392
ஆத்மரிய வாதம் 58
ஆதண்டை 221,255,375
ஆதண்டைவேர் 368
ஆதித்த வாதம் 54
ஆதி பரம்பொருள் 3
ஆதொண்டைப்பழம் 241
ஆம அடை 132
ஆமணக்கு 81,97,209,386
ஆமணக்கு இலை 356
ஆமணக்குப் பருப்பு 155,270,345
ஆமணக்கு முத்து 267
ஆமணக்கு விதை 153
ஆமணக்கு வேர் 188,197,344,358
ஆமணக்கு வேர்ச்சாறு 277
ஆமணக்கெண்ணெய் 148,150,151,157,225, 249, 255,356
ஆமலகத்தைலம் 179
ஆமவாதம் 71
ஆமில வாதம் 47
ஆயில்தோல் 212
ஆயில்பட்டை 219,253,380,107,247,387
ஆயில்பட்டை எண்ணெய் 209
ஆயில்பட்டைத்தூள் 351
ஆயில்பட்டைத்தோல் 259
ஆயில் பூங்கன் எண்ணெய் 259
ஆயில் பூங்கனாதி தைலம் 256
ஆயிலியத்தோல் 209
ஆரைக்கீரை 175
ஆலங்கொழுந்துச் சாறு 277,330
ஆலமரம் 16
ஆவாரம்பட்டை 142
ஆவாரை இலை 157
ஆவாரைக் குடிநீர் 92,157
ஆவாரைக் கொழுந்து 246
ஆவாரை வேர் 268
ஆளிவிதை 261
ஆற்றுத்தும்மட்டிக் காய் 294
ஆற்றுத் தும்மட்டிச் சமூலச்சாறு 168,303
ஆற்றுநீர் 352
ஆறுமுகச் செந்தூரம் 91,168,235
ஆனந்தப் பைரவ இரசம் 316
ஆனந்தவாயு 107,169,170,276,
ஆனைப்புளிய மரம் 97
இச்சா பத்தியம் 175,189,228,230,235,242, 245,271,280,293,302,307,328,349
இசங்கு 194
இசிவு 120
இஞ்சி 119,371
இஞ்சி ரசம் 276
இஞ்சிச் சாறு 112,163,164,208,289,290, 310, 313,344,345
இஞ்சிரசம் 288
இடகலை 2
இடப்பாட்டீரல் நோய் 182
இடிவல்லாதி 338
இடிவல்லாதி இலேகியம் 115
இடிவல்லாதி மெழுகு 91,92
இடிவாதம் 245
இடுப்பு 8
இடுப்புப் பிடிப்பு 277
இடுப்புப் பிடிப்புத் தைலம் 369
இடுப்புவலி 126,257,269,283,382,
இடுப்பு வாதம் 61
இதயநோய் 310
இதயம் 67
இந்திராணித் தைலம் 224
இந்திரிய ஒழுக்குநோய் 302
இந்துப்பு 117,136,193,236,310,344,349
இந்துப்புத்தூள் 265,270
இரச மெழுகு 173
இரசக் கற்பூரம் 138,143,145,239,296,299, 301,302,318
இரசகந்தி மெழுகு 90,100,173
இரசச் சுண்ணம் 87,89,318
இரசச் செந்தூரம் 88,89,134,138,171,228, 234,296 ,299, 307,319,346
இரசசேட வாதம் 52
இரசத் தைலம் 86
இரசப்பதங்கம் 162
இரசப்பற்பம் 88,316
இரசப்பிரளயச் செந்தூரம் 325
இரசம் 4,133,207,234,279,303,340,346
இரச வாதம் 47
இரண நோய்கள் 315
இரண வாதம் 58
இரத்தப் பித்தத் தலை நோக்காடு 43
இரத்தப் பித்தம் 200

இரத்த போளம் 98
இரத்தம் 4
இரத்தினாகரத் தைலம் 328
இரத்தினாகர மெழுகுத் தைலம் 328
இரத்தினாகர ரச மெழுகு 328
இராச இராசேசுவரக் குளிகை 89
இராசப் பதங்கம் 338
இராசவல்லாதி 338
இராமபாணச் செந்தூரம் 234
இராமபாண வல்லாதி 338
இருநெல்லி கற்பம் 92
இருமல் 8,75,100,123,160,185,199, 229,281, 339
இருமுறை வடித்த கஞ்சி 118
இரு முறை வடித்த சோறு 93
இருவி 137
இரைப்பு 100,229
இலகு நீர்க்குண்டித் தைலம் 387
இலகுபுடம் 301
இலகு வல்லாதி 338
இலகுவிட முட்டித்தைலம் 100,351
இலசுனாதி தைலம் 218,386
இலந்தை 212
இலந்தை இலை 86
இலவங்கச் சூரணம் 173
இலவங்கத் தூள் 303
இலவங்கப் பத்திரி 184,197,352,366,374
இலவங்கப்பட்டை 184,204,352
இலவங்கம் 138,196,252, 318, 362
இலவங்காதி மாத்திரை 138
இலவம்பிசின் 161,211,391
இலிங்கக் கட்டு 287,288
இலிங்கச் செந்தூரம் 168,203,292
இலிங்கப் பதங்கம் 297
இலிங்கப்புற்று 304,327
இலிங்கம் 136,227,231,234,288,300,393,340
இலிங்க மெழுகு 242
இலுப்பை எண்ணெய் 225,366
இலுப்பைக்கட்டித்தூள் 265
இலுப்பை நெய் 229
இலுப்பைப்பட்டை 189,363
இலுப்பைப்பூ 15,158,200,391
இலுப்பைப்பூச்சம்பா 118
இலுப்பையெண்ணெய் 378
இலுப்பைவேர் 393,394
இலைக்கள்ளி 375
இலைக்கள்ளிப்பால் 377
இலைக்கள்ளியிலை 356
இளம்பிள்ளைவாதம் 69
இளைப்பு 8,22,183
இறங்கண்டம் 103
இனிப்பு 8
ஈயச் செந்தூரம் 282
ஈயப்பற்பம் 96
ஈர்க்குச் சம்பா 15,118
ஈளை 169,183,236,342,366
உகாய் சமூலம் 369
உட்பகை 7
உடம்பெரிவு 142
உடல் உஷ்ணம் 186
உடல் கடுப்பு 352
உடல்குத்து 127,186
உடல் வலி 350
உடல் வாட்டம் 7
உடும்பிறாஞ்சிவேர் 248
உடும்பு 93
உடும்பு ரசப்பற்பம் 317
உத்தமதாளியிலை 346
உத்தர இரசச் செந்தூரம் 323
உத்தாமணி 246,379
உத்தாமணி இலை 356
உத்தாமணி இலைச்சாறு 285,335
உத்தாமணிச்சாறு 83, 265,327
உத்தாமணித் தைலம் 88
உதரவாதச் சுரோணிதம் 41
உதரவாதம் 32,170
உதரவாய்வு 141
உதராக்கினி 11
உதறுவாதம் 302
உதானன் 10,132
உந்தியின் கீழ்மூலம் 8
உமிலிச்சாரம் 310
உயிர்த்தாது 1
உரகத வாதம் 28
உருத்திர வாயு 116,284,291
உருத்திரன் 2
உருளைக்கிழங்கு 73
உலாந்தாலிங்கம் 296
உலோகச் செந்தூரம் 346
உலோகம் 345
உவர்ப்பு 8
உவர்மண்உப்பு 253
உழலை ரோகம் 354
உள்நாக்கு வளர்ச்சி 95
உள்வலி 389
உள்ளம் 13

உள்ளான் 15
உள்ளி 161
உளுந்தங்களி 261
உளுந்தமாவு 191
உளுந்து 357
உளுந்து எண்ணெய் 81,85
உளுந்துத் தைலம் 83,349
உளுந்துமா 257
உளைவுடன் கூடிய தும்மல் 65
உறங்குவாதம் 394
உன்மாதம் 197
உன்மாத வாதம் 55
உஷ்ணநோய் 142
ஊதல் 164
ஊமத்தை 363
ஊமத்தையிலைச்சாறு 383
ஊமத்தைவேர் 252
ஊர்க் குருவி 15
ஊர்த்தக் கம்பவாதம் 47
ஊர்த்துவவாதம் 33,361
ஊருத்தம்ப வாதம் 20
ஊழலாத்திப் பட்டை 189
எ்.கு 241
எ்.கு செந்தூரம் 241
எட்டி 99,224,375
எட்டி இலைத் தைலம் 378
எட்டிக் கொட்டை 288,364
எட்டிக் கொட்டை உப்பு 99
எட்டிக்கொட்டை சீவல் 351
எட்டித் தைலம் 81
எட்டிப்பட்டை 189
எட்டிப்பழச்சாறு 371,374
எட்டியிலை 378
எட்டிவிதை 174,214, 373
எட்டி வேர்ப்பட்டைச் சூரணம் 100
எமன் 11
எய்ட்ஸ் 303
எரிகுன்மம் 168
எரிச்சல் 18,66,186,235
எரிவாதத் தைலம் 367
எரிவாத நொச்சித் தைலம் 368
எரிவாதம் 238,368
எருக்கஞ் சமூலச்சாறு 221,384
எருக்கஞ்சாறு 357
எருக்கம்பழுப்பிலை 369
எருக்கம்பால் 169,176,234,275,321,348,350
எருக்கம்பூ 219,265,371
எருக்கம்பூ மொட்டு 266
எருக்கம்வேர் 113,212,252,349
எருக்கம் வேர்த்தோல் 300
எருக்கம் வேர்ப்பட்டைச் சாறு 355
எருக்கன்சாறு 348
எருக்கன்வேர் 188
எருக்கன் வேர்ப்பட்டை 359
எருக்காதித் தைலம் 358
எருக்கிலை 257,356
எருக்கிலை குக்கில் களி 257
எருக்கிலைச்சாறு 359
எருக்கின் கரி 309
எருக்கு 210,375
எருக்கு எண்ணெய் 252,364
எருமுட்டைச் சாம்பல் 394
எருமைத்தோல் 367
எலிக்கடி 169,271
எலிக்கடி நஞ்சு 100
எலியாமணக்கு 101
எலும்பு 8
எலுமிச்சந் துளசி 101
எலுமிச்சம்பழச் சாறு 136,150,208,229,279, 287,319,322,364
எலுமிச்சம்பழம் 101,371
எவச்சாரம் 196,253,310,345
எழுஞாயிறு 227
எள்ளு 115,174,369
எள்ளுச் சோறு 119
எளிமை 7
என்பு 4
என்பு சுரம் 302
என்பு சூலை 78
என்பு முறிவு 356,382
ஏப்பம் 164
ஏரண்டத் தைலம் 342,356
ஏலக்காய் 15,156,222,384
ஏலம் 111,135,186,194,249,341,356
ஏலரசி 145,192,199,387
ஏலரிசித்தூள் 277,335,
ஏலாதிச் சூரணம் 91,183
ஐம்பொறி 13
ஐய அழல் கீல்வாயு 75
ஐயக் கர்ணச் சூலை 45
ஐயக் கீல்வாயு 72
ஐயச் சூலை 77
ஐயத் தலை நோக்காடு 42
ஐயநோய் 100,162
ஐயப்பிடிப்பு 282
ஒட்டடைத்தூள் 314

ஒரு தலைநோய் 283
ஒரு தலை வகாதப் பேதம் 45
ஒற்றடம் 83
ஒற்றைத் தலைவலி 96,274
ஓக்காளம் 339
ஓடிக்குத்துளைவு 258
ஓடு வாதம் 60,341
ஓமக்குடிநீர் 144
ஓமத்தீநீர் 97
ஓமத்துவயம் 115
ஓமந்தூள் 263,276,303
ஓமம் 114,136,193,246,343,350
கச்சோலம் 205,248,360
கசகசா 126,177
கசப்பு 247
கஞ்சா 101,333
கஞ்சாங்கோரை 380
கஞ்சா விதை 160
கட்க வாதம் 57
கட்டுக்கொடி 102
கட்டுவாதம் 356
கடம்பு 98
கடல்நுரை 237
கடலுப்பு 253
கடலைப்பருப்பு 186
கடற்கொழுஞ்சி 107
கடற்பாலை 101
கடி 169
கடி வாதம் 55
கடிவிடம் 120
கடுக்காய் 102,141,194,226,229,351
கடுக்காய் இலைச் சாறு 284
கடுக்காய்க் குடிநீர் 164
கடுக்காய்த் தூள் 150
கடுக்காய்த் தோல் 149,153,125,175,361
கடுக்காய் நேர்வாள மாத்திரை 155
கடுக்காய்ப் பிஞ்சு 141,248,360
கடுகிலைச்சாறு 293
கடுகு 93,102,139,194,246,263,268,351,394
கடுகு எண்ணெய் 84,374
கடுகுரோகணி 135,188,194,207,272, 248,342,349
கடுகுரோகணிச் சூரணம் 146
கடுகுரோகணி மாத்திரை 151
கடுப்பு 186
கடுப்பு வாதத் தைலம் 370
கடுவன் 126
கண் குழி விழுதல் 64
கண் சிவத்தல் 64
கண் சொருகல் 64
கண்டக அவதானகம் 41
கண்டகிரக வாதம் 35
கண்டங்கத்தரி 103,190,209,327,339,375
கண்டங்கத்தரிவேர் 114,144,200,227
கண்டங்காலி 111,151,201,386
கண்டத்திப்பிலியாதி சூரணம் 151
கண்ட ரச மெழுகு 327
கண்ட வலி 389
கண்டுபாரங்கி 82,169,206,239,330
கண்ணில் பீளை சாறுதல் 64
கண்ணீர் 8
கண்ணுசாமியம் 2
கண்ணுசாமியம் என்னும் வைத்திய சேகரம் 227
கண்நோய் 109
கணுக்கால் வாதம் 239,300
கத்தரி 283
கத்தரிப் பிஞ்சு 90
கந்த வாதம் 55
கந்தக இரசாயனம் 92
கந்தக இலேகியம் 203
கந்தகச் சுடர் தைலம் 187
கந்தகச் சூரணம் 197
கந்தகப் பற்பம் 87,88
கந்தகம் 136,195,231,284,307,340,346
கந்தி 170,339
கப்புமஞ்சள் 350
கபச்சூலை 276
கபநோய்கள் 166
கபப்பிணி 116,117
கப வாதச் சூலை 80
கபவாத நோய் 277
கப வாதம் 62
கபால சன்னி 392
கபால சூலை 272
கபால சூலை கலியாணத் தைலம் 273
கபால சூலைத் தைலம் 272
கபால சூலை பாளைத் தைலம் 272
கபால வாதம் 58
கம்ப வாதம் 47,204
கம்பிப்பிசின் 367
கம்மாறு வெற்றிலைச்சாறு 240
கர்ச்சூரம் 115
கர்ண வர்த்தம் 44
கர்ண வாதம் 50
கர்ணரோகம் 361

கர்ப்பச் சூலை வாதம் 36
கரட்டுச் சூலை 298
கரணி வாதம் 60
கரத்தம்ப வாதம் 19
கரந்தை 218
கரந்தையிலை 214
கரப்பான் 123,169
கரபாத சன்னி 67,245
கரிச்சான் குருவி 15
கரிசாலை 113,171, 227
கரிசாலைக்கீரை 93
கரிசாலைச்சாறு 120,273,304,360
கரிசாலைத் தைலம் 273
கரிப்பானிலை 346
கரியபோள சூரணம் 98
கரியபோளம் 98,261,395
கரியுப்பு 237
கரிவிளா 207
கருக்காய் 215
கருங்காலி 210,375
கருடன் கிழங்கு 144
கருணைக்கிழங்கு 196
கருநாபி 335,361
கரும்பு 16
கரும்பு வெல்லம் 185
கருவாப் பட்டைத்தூள் 117
கருவேல் 127
கல்நார் 176,217,250
கல்மதம் 176, 250,364
கல்லடைப்பு 122,229,330
கல்லீரல் நோய் 393
கல்லுண்டைச் சம்பா 15,118
கல்லுப்பு 140,197,207,310,358
கலக வாதம் 57
கலியாண முருக்கிலை 273
கலிவல்லாதி 338
கலை மான் 15
கலோமல் 304
கவிசை 137,183,207
கவிசைக் கட்டி 169
கவுட்டு வீக்கம் 117
கவுதாரி 15,93,164
கவுரி சிந்தாமணி செந்தூரம் 340
கழல்வாதம் 261
கழலை 126
கழற்கொடிச் சாறு 190
கழற்கொடிவேர் 260
கழற்சி 224,371
கழற்சி எண்ணெய் 85
கழற்சிக் கொடி 103,262,363
கழற்சிக் கொழுந்து 92
கழற்சித் தைலம் 84,88,145
கழற்சிப் பருப்பு 86,145,164,260,261,270,395
கழற்சிப்பருப்புச் சூரணம் 269
கழற்சிப் பருப்புத்தூள் 265,270
கழற்சியிலை 265
கழற்சியிலைச் சாறு 270
கழற்சிவிதை 221,385
கழற்சி வெண்ணெய் 83
கழற்சிவேர் 190
கழற்சி வேர்ப்பட்டை 145
கழிச்சல் 64,126,316
கழுத்திசிவு 275,352
கழுத்து வாதம் 60
கழுதை 172
கழுதை லத்தி 394
கழுதைவிட்டை 267
கள் 73
கள்ளி 104,214,372
கள்ளிச்சாறு 259,357
கள்ளிப்பால் 133,248
கள்ளி முளையான் 104
களிப்பாக்கு 135,395
கற்கடகசிங்கி 184,207,248,360
கற்பூரச் சிந்தாமணி மாத்திரை 304
கற்பூரச்சிலாசத்து 217,250
கற்பூரப்புல் 103
கற்பூரம் 16,140,200,250
கற்றாழை 146,232
கற்றாழைச் சாறு 148,150,168,324,373,383
கறிப்பாலை 210,390
கறிப்பாலைவேர் 211,391
கறியுப்பு 140,176,197,267,310
கறிவேப்பிலை 114,119
கறுங்கடுகு 206
கறுங்குங்கிலியப் பொடி 257
கறுங்குங்கிலியம் 367
கறுங்குறுவை அரிசி 118
கறுங்கொள் 227
கறுங்கோழி சதை 207
கறுஞ்சீரகத்தூள் 265,271
கறுஞ்சீரகம் 107,139,194,246,300,352
கறுஞ்செம்பைச் சாறு 352
கறுந்துளசி 293
கறுந்துளசிச் சாறு 314,320
கறுநாபி 161

கறுநொச்சி 376
கறுப்பு வெற்றிலைச் சாறு 285
கறுவங்கச் சூதபற்பம் 279
கறுவங்கப் பற்பம் 278
கறுவங்கம் 89,229, 278, 298
கறுவேலம்பட்டை 166,275
கறுவேலம்பிசின் 304
கன்ம வாதம் 58
கஸ்தூரி 115,160,211,351
கஸ்தூரிக் கருப்பு 87
கஸ்தூரி மஞ்சள் 127, 175,207,216,241, 300, 352,388
கஸ்தூரி மஞ்சள் தூள் 274
கஸ்தூரி மாத்திரை 160
கஜபுடம் 169,276
காக்கட்டான் மாத்திரை 88
காக்கட்டான் வேர் 82
காக்கண மாத்திரை 144
காக்கண வேர் 144
காக்காய் வலிப்பு 99
காக்கை வலி 95,122,245,389
காக்கை வலிப்பு 330
காக வாதம் 48
காகோளி 211,391
காசம் 183,197,281
காஞ்சொறிவேர் 358
காட்டாத்திப்பூ 216,387
காட்டாமணக்கு 104,375
காட்டாமணக்குப் பால் 306
காட்டாமணக்குவேர் 136
காட்டு இலுப்பை 104
காட்டு எலுமிச்சை 104
காட்டுக் கடுகு 105
காட்டுக் கொழுஞ்சி 107
காட்டுச் சாதிக்காய் 105
காட்டுச் சீரகம் 174
காட்டுப் பன்றி 15
காட்டுமிளகு 177,351
காட்டுமுருங்கை 210,376
காட்டுமுருங்கையிலைத் தூள் 263
காட்டுமுன்னை 210,389
காடி 150,222,377
காடிக்காரச் செந்தூரம் 171
காடிக்காரம் 171
காடை 15,93,164
காடைச் சம்பா 15,118
காத்தல் 2
காதடைப்பு 100
காதிரைச்சல் 185
காதுவலி 121
காந்தக்கல் 86,395
காந்தச் செந்தூரம் 92,168,346
காந்தப் பொடி 164
காந்தம் 163,209,231,340
காந்த மாட்சிகம் 344
காப்பி 270
காமக்கொடி 8
காமம் 171
காமாலை 165,199,209
காய்ச்சல் 96
காய்ச்சுப்பு 344
காயம் 125,216,250,388
கார் அரிசி 118
கார்காலம் 14
கார்ப்பு 8,14
கார்ப்புச்சுவை 7
கார்போக அரிசி 153,174,226,248,360
காரநீர் 237
காராமணி 93
காரீயப் பற்பம் 87
காரையிலை 117
காரையிலைச்சாறு 150
கால் சூலை 340
கால்கை வலி 339
காலாந்த கௌரிப் பதங்கம் 231
காவிக்கல் 86,159,395
காவிய நாடி 71
காளகண்ட செந்தூரம் 322
காளமேக நாராயணச் செந்தூரம் 84,237
காளமேகம் 87
காளாஞ்சகப்படை 20
காளாஞ்சக வாதம் 20
காளான் 164
காளான்சம்பா 118
கானாங்கோழி 15
கிக்கிச வாதம் 47
கிச்சிலிக் கிழங்கு 352
கிச்சிலித்தோல் 117
கிரகணி 185
கிரந்தி 107,120,173,183,201,203,228,293
கிரந்தி சூலை 77
கிரந்தித்தகரம் 203,214,221,373
கிரந்திப்புண் 230
கிரந்தி வாயு 196
கிராணி 111,186,199,
கிராம்பு 96,142,213,240,342

கிராம்புத் தூள் 117,335
கிரிச்சரம் 183
கிருகரன் 10
கிருமி 137
கிருமிகந்தத் தலை நோக்காடு 43
கிருமி கர்ணச் சூலை 46
கிலுகிலுப்பை 224
கிளிஞ்சல் சதை 207
கிளியூறல்பட்டை 352
கீர வாதம் 55
கீல் பிடிப்பு 105,118,123,126,192
கீல் முடக்கு 283
கீல்வாத நரம்புக் குடைச்சல் 103
கீல்வாதம் 126,135
கீல்வாயு 69,71,81,82,95,123,143,144,276, 286,304,370
கீல்வீக்கம் 108,109,112,145,395
கீழ்நோக்குக்கால் 76
கீழாநெல்லி 202
கீழாநெல்லிச் சமூலம் 353
கீழாநெல்லித் தைலம் 353
குக்கில் 283
குக்கில் சூரணம் 195
குக்கில் தைலம் 81,83,353
குக்கில் பற்பம் 91
குக்கில் மாத்திரை 249
குக்கில் வெண்ணெய் 83,86,192
குங்கிலியப் பற்பம் 92
குங்கிலியம் 192,195,256,389
குங்குமப்பூ 96,138,211,241,351
குங்குமப்பூ குடிநீர் 138
குங்குமப்பூ மாத்திரை 138
குட்டநோய் 297,315
குட்டம் 107,166,172,232,198,307,344
குட்டித் தக்காளியிலை 394
குட்டிவேல் 224
குடசப்பாலை 195
குடல்வாதம் 36,103,246,263,341
குடல்வாயு 126,138
குடித்தைலம் 100
குடியோட்டிப்பூண்டு 106
குடைச்சல் 18,102,110,228,253
குண்டல வாயு 181
குண்டுச்சம்பா 118
குண அவதானகம் 41
குத்தல் 123,234
குதம் 12
குதிகால் வாத எண்ணெய் 365
குதிகால்வாதம் 327
குதிரைப்பல்பாடாணம் 178
குதிரை வாலிக் கொடி 81
குதிரைவாலி வேர் 367
குதி வாதம் 61
குப்பைமேனி 106,202,246,365
குப்பைமேனிச் சாறு 166,322
குப்பைமேனியிலை 292,346
குப்பைமேனியிலைச் சாறு 318
குப்பைமேனிவேர் 258
கும்பகாமாலை 330
கும்ப வாதம் 22
குமட்டி உப்பு 153
குமட்டிக் குழம்பு 139
குமட்டி மாதுளை வேர் 193
குமட்டி மெழுகு 88
குமரிச் சாறு 347
குமரித்தைலம் 179,373
குமிழ் 210,375
குமிழம்வேர் 261
குமிழம்வேர் அடை 261
குய்யம் 12
குரங்குவலி 69
குரிசகிரிச வாதம் 21
குருதிக் கழிச்சல் 74
குருதியழல் நோய் 91
குருதிவாந்தி 74
குருந்தம்பிசின் 264
குருநாடி 1
குரோசாணி ஓமம் 152,249,253,342
குல்கந்து 98,141
குவளை 16
குழித்தாமரைச் சாறு 359
குழிப்புண்கள் 305
குழிமீட்டான் வேர் 367
குழிரணம் 304
குளிர்காய்ச்சல் 71
குளிர்சுரம் 75
குளிவிந்த மஞ்சள் 264
குறிஞ்சாவேர் 197
குறிஞ்சிவேர் 252,380
குறுஞ்சம்பா 15,118
குன்மம் 111,117,119,160,170,198,202,239, 249, 276,279,299,301,312,315,336,347
குன்ம வாதம் 51
குன்றிமணி இலைச் சாறு 367
குன்றிமணிச்சம்பா 15,118
குன்றிமணிவேர் 263

கூகைநீறு 114,183,204,341
கூத்தங் குதம்பை 107,209,389
கூத்தன்குதம்பை 375
கூத்தன் குதம்பைச்சாறு 324
கூர்மன் 10,12
கூவிளைவேர் 363
கூளாத்தி 201,375
கூன் 232
கூனி வாதம் 23
கெச்சக்காய்ப் பருப்பு 103
கெட்டிமுத்து 232
கெண்டைக்கால் வாதம் 61
கெந்தி 237
கெந்தியுப்பு 310
கேசரி இளகம் 91
கேதகித் தைலம் 223,359
கேழ்வரகு 93,107
கைகால் எரிவு 256,285,354
கை கால் குடைச்சல் 185,300
கை கால் பிடிப்பு 235,307
கை கால் முடக்கு 304,323
கைப்பு 7,8
கையாந்தகரை 202
கையாந்தகரைச்சாறு 160
கையான் 203,377
கையான் சாறு 161,172,241
கைவரைச் சம்பா 15,118
கொங்கு 211,390
கொட்டாங்கச்சி எண்ணெய் 267
கொட்டாவி 8,65
கொட்டைக் கரந்தை 205,211, 203,380
கொட்டைக் கரந்தைச் சாறு 161
கொட்டைத் திராட்சை 141
கொட்டைப் பாக்கு 149,158
கொடிக்கள்ளி 227
கொடிக்கள்ளிச்சாறு 242
கொடிக்கால்வேளை 150
கொடியாடு 15
கொடிவேலி 194,247,358,392
கொடிவேலிக் குடிநீர் 108,208
கொடிவேலிச்சாறு 208
கொடிவேலித் தைலம் 107
கொடிவேலிவேர் 188,256,343,349
கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை 96,188,272
கொடிவேலி வேர்ப்பட்டைக் குடிநீர் 163,294, 299
கொடிவேலி வேர்ப்பட்டைத்தூள் 251
கொண்டைக் கடலைக் குடிநீர் 276
கொத்துமல்லி 115,253,339
கொப்பரைத்தேங்காய் 174
கொம்பரக்கு 352
கொம்புப் பாகற்காய் 312
கொருக்கு 221,230,375
கொழுஞ்சியிலை 346
கொழுப்பு 4
கொள்ளு 93,108,174,212,376
கொள்ளுக்காய் 227
கொள்ளுக் குடிநீர் 381
கொன்றை 210,374
கொன்றைப் பட்டை 343
கொன்றைப்பூ 16
கொன்றை விதை 147
கொன்றை வேர் 183
கொன்றை வேர்ப்பட்டை 147
கோங்குமரம் 16
கோடாசூரி 83
கோடாசூரிக் குளிகை 160
கோடைச் சம்பா 15,118
கோதுமை 15,108,126,191
கோதுமைக் கஞ்சி 300
கோதுமைத் தவிடு 81
கோபச் சல வாதம் 53
கோமூத்திர சிலாசத்து 218
கோமூத்திரம் 259,265
கோரைக்கிழங்கு 145,188,213,362,349
கோரைச் சம்பா 15,118
கோரோசனம் 182
கோரோசனை 115,135,218
கோரோசனைக் கருப்பு 89
கோரோசனை மாத்திரை 162
கோவை 108
கோழிக்காரம் 367
கோழிச்சாறு 173
கோழிப்பித்து 214
கோழிமுட்டை 15,169,271,245,351
கோழிமுட்டை மஞ்சள் கரு 269
கோழி முட்டை வெண்கரு 307
கோழியாவாரைச் சாறு 269
கோஷ்டம் 111,138,199,247,349
கௌசிகர் குழம்பு 87,141
கௌதும்பையிலைச் சாறு 318
கௌரி 181,231,318
கௌரிபாடாணம் 160
சக்கிக்கல் 350
சகலவாயு ஒற்றடம் 267
சகன வாதம் 27

சகனம் 68
சகஸ்ரபேதி 250
சங்கங்குப்பி 212
சங்கங்குப்பி வேர் 343
சங்கம்பட்டை 189
சங்கம்வேர் 227
சங்கன் 108
சங்கன்குப்பி 202,375
சங்கன்குப்பிச்சாறு 172,190
சங்கன்வேர் 190,257
சங்கின் உப்பு 368
சங்கு 196
சங்குத்தூள் 251
சங்குப்பற்பம் 180
சஞ்சீவி 83
சஞ்சீவி மாத்திரை 87,137
சடாட்சரக் குமரி செந்தூரம் 340
சடாமாஞ்சில் 89,177,211,254,350
சடாமாஞ்சில் எண்ணெய் 81
சடாமாஞ்சில் தைலம் 87
சடைச்சிவேர் 366
சண்டமாருதக் குழம்பு 88
சண்டமாருதச் செந்தூரம் 91,169,307
சண்டமாருதம் 84,238
சண்டரசப் பற்பம் 166
சண்பகத் தைலம் 179
சண்பகப்பூ 381
சண்பகம் 109
சண்பகமொக்கு 184
சண்பகவிதை 380
சணப்பு 109
சத்திச்சாரம் 165,197,249,310,345
சத்திசாறணை 109,135
சத்திச் சாறணைக் கிழங்குச் சாறு 316
சதகுப்பை 109,184,202,250,349,358
சதபுட்பி 352
சதஸ்தம்ப வாதம் 34
சதுர்சாதத் தைலம் 214
சதுர் சாதம் 390
சதுர் வகை சாற்றின் தைலம் 357
சதுரக்கள்ளி 104,195,267,350,355
சதுரக்கள்ளிச்சாறு 348
சதுரக்கள்ளிப்பால் 143,147,150,218,247,348
சதையடைப்பு 241
சந்தனம் 16,154,199,264,349
சந்தன மரம் 16
சந்தனாதி சூரணம் 199
சந்தனாதி தைலம் 179
சந்தியா வாதம் 48
சந்திரன் 11
சந்திராவர்த்தம் 44, 352
சந்துக்கட்டு சூலை 227
சந்துக் குடைச்சல் 127
சந்து நோய் 340
சந்துவாதம் 26,27,335
சபாபதி கையேடு 71
சம்பங்கிப்பூ 16
சம்பங்கோழி 15,64
சம்பீரத்தைலம் 217
சம்போக வாதம் 55
சமவளி சூலை 81
சமானன் 2,132
சயநோய் 254
சயம் 136,168,197,199,281,342
சய வாதம் 53
சர்ப்பகந்தி மாத்திரை 92
சர்ப்ப வாதம் 50
சர்வநோய் அரிரசச் செந்தூரம் 321
சர்வநோய் இலிங்கச் செந்தூரம் 295
சர்வநோய்ஹர சண்டமாருதச் செந்தூரம் 324
சர்வாங்க குடைச்சல் 243
சர்வாங்க வாதக் கியாழம் 193
சர்வாங்க வாதம் 206,235,238,326,386
சரக்கொன்றை 85,108,188
சரளதேவதாரு 212,376
சலதோஷம் 162
சல வாதம் 53
சலவை சோடா 291
சவ்விரங்க வாதம் 33
சவர்க்காரம் 161
சவுக்காரத் தூள் 98
சவுக்காரம் 207
சவுரிப்பழம் 241
சன்னலவங்கப்பட்டை 145
சன்னி 75,100,105,160,162,208,236, 240,289, 293,297,305,306,313,341,394
சன்னிநாயகம் 225
சன்னிபாத வயிரவம் 89
சன்னி வளி சூலை 77
சன்னி வாதம் 50
சாக்கிர வாதம் 58
சாணி நீர் 148
சாத்திரபேதி 148,217
சாதிக்காய் 16,96,151,204,207,242,343
சாதிக்காய் எண்ணெய் 98

சாதிக்காய்க் குடிநீர் 137
சாதிக்காய்த்தூள் 191,304
சாதிப்பத்திரி 160,125,207,216,342
சாதிலிங்கப் பற்பம் 165
சாதிலிங்கம் 207,323
சாதுர்சாதம் 210
சாம்பிராணி 110,181,308,354
சாம்பிராணிப்பூ 138
சாமந்திப்பூ 110
சாமை 110
சாராயம் 73,180
சாறணை 163,200,363
சாறணைக் கொழுந்து 246
சாறணையாதிக் கல்கம் 246
சாறணைவேர் 197,248,260,343
சாறணைவேர் சூரணம் 198
சாறணைவேலி வேர் 215
சாறுவேளை 210,389
சிட்டம் 241
சித்தபலா இலைச் சாறு 277
சித்தபலாதித் தைலம் 379
சித்த மருத்துவம் 82
சித்த ரச மெழுகு 328
சித்த வைத்தியத் திரட்டு 159
சித்தாதி எண்ணெய் 89,143
சித்தாதித் தைலம் 88
சித்திர மூலத் தைலம் 188,353
சித்திரமூலம் 115,174,186,196,246,345
சித்திரமூல வேர்ப்பட்டை 161,169,175,182, 298
சித்திரமூல வேர்ப்பட்டைக் குடிநீர் 163
சித்திரமூல வேர்ப்பட்டைச் சாறு 281
சித்துவாதச் சுரோணிதம் 39
சிந்தாமணிக் குளிகை 245
சிம்மாங்க வாதம் 49
சிரக்கம்ப அவதானகம் 41
சிரக்கம்ப வாதம் 34
சிரங்கு 107,123
சிரசு வாதம் 60
சிருங்கிப் பற்பம் 91
சிரோபார நிவாரணத் தைலம் 354
சிரோவாதம் 46,194,204
சிலந்தி 123
சிலாசத்துப் பற்பம் 91
சிலேத்தும வாதச் சுரோணிதம் 40
சிலை வங்க யோகம் 282
சிவஞானபோதம் 2
சிவதை 82,145,270
சிவதைச் சூரணம் 145
சிவதை திரிகடுகு சூரணம் 153
சிவதைவேர் 136,153,265
சிவப்பு குக்கில் தைலம் 92
சிவப்புப் பாடாணம் 361
சிவன் 12
சிவன் வேம்புப்பட்டை 189
சிவனார் அமிர்தம் 172
சிவனார் வேம்பு 100,196,363
சிவனார்வேம்பு சமூலம் 376
சிற்றண்ட மெழுகு 176
சிற்றண்ட வெண்கரு ஜெயநீர் 231
சிற்றரத்தை 82,115,177,188,206,242,343,349
சிற்றரத்தை இலைச்சாறு 277,331
சிற்றரத்தை ஊறல் குடிநீர் 82,83
சிற்றாமணக்கு 97,212,375
சிற்றாமணக்கு இலை 371
சிற்றாமணக்கு நெய் 143
சிற்றாமணக்கு வேர் 193,252
சிற்றாமணக்கெண்ணெய் 270,328
சிற்றாமுட்டி 111,223,257,379
சிற்றாமுட்டி மடக்குத் தைலம் 354
சிற்றாமுட்டியிலை 328
சிற்றாமுட்டிவேர் 219,257,339,354
சிற்றாவாரை வேர்ப்பட்டை 268
சிற்றீச்சு 15
சிறிய விடமுட்டித்தைலம் 97
சிறுகடுகு 260
சிறுகண் நாகம் 285
சிறுகாஞ்சொறி 104,191
சிறுகுறட்டை வேர்ச்சூரணம் 156
சிறுகுறிஞ்சா வேர் 268,363
சிறுகுறிஞ்சான் 106,374
சிறுசெருப்படி 155
சிறுசெருப்படி எண்ணெய் 155
சிறுசெருப்படை 113,321
சிறுதேக்கு 115,173,194,194,198,211,250,381
சிறுதேள்கொடுக்கிலைச் சாறு 316
சிறுநாகப்பூ 111,145,185,197,342
சிறுநீர் 8
சிறுநீரக நோய்கள் 330
சிறுபயறு 300
சிறுபிரப்பன் கிழங்கு 343
சிறுபீளை 193,357
சிறுபீளைவேர் 215,367
சிறுமல்லி 380
சிறுமல்லிகை 283
சிறுவழுதுணை 283,380

சிறுவழுதுணைவேர் 252
சிறுவிடமுட்டித் தைலம் 100
சின்னிவேர் 174
சீத்தாபாடி இலைச்சாறு 331
சீதக்கட்டு 137
சீதக்கழிச்சல் 121
சீதச் சுரம் 288
சீதேவி செங்கழுநீர் 210,389
சீந்தில் 111,200,380
சீந்தில் குடிநீர் 163
சீந்தில் கொடி 358
சீந்தில் சர்க்கரை 92,345
சீந்தில் சூரணம் 183
சீந்தில் தண்டுச் சாறு 368
சீந்திலிலைச்சாறு 166
சீமைக் கல்நார் 232
சீமைச்சீரகம் 113
சீமை மிளகாய் 122
சீயக்காய் 158
சீரகக் குடிநீர் 143,288,337
சீரகச் சம்பா 15,118
சீரகத் தைலம் 248,353
சீரகத்துவையம் 115
சீரகத்தூள் 295
சீரகம் 126,136,194,248,273,343
சீரகாகோளி 211,390
சீரகாதித் தைலம் 360
சீரான்ன வாதம் 56
சீவசக்தி 1
சீவநாராயணச் செந்தூரம் 341
சீவாத்மா 1,2
சீனம் 176
சீனாக்காரம் 298,318,322
சுக்கிலப் பிரமேகச் சூலை 77
சுக்கிலம் 4
சுக்கில வாதம் 32
சுக்கு 82,96,103,136,147,194,226,229,298, 299,341,345
சுக்கு இளகம் 82,96,147,226, 296,298, 299, 345
சுக்குக் குடிநீர் 144,270,290,294,303,337,
சுக்குத் தூள் 270,320
சுக்குத் தைலம் 97,188,349
சுக விரேசனம் 135
சுகபேதி 135
சுட்க வாதம் 53
சுண்டை 114
சுண்டை வற்றல் 114
சுண்டை வேர் 393
சுண்ணத்தூள் 394
சுண்ணாட்டிக் காரை 394
சுண்ணாம்பு 276
சுயமாக்கினி செந்தூரம் 209
சுரச் சூலை 78
சுரதாகம் 208
சுரநோய்கள் 169
சுரப்புன்னைப்பட்டை 189
சுரம் 240,281,307,345
சுரமுறு சூலை 79
சுரவாதம் 52
சுரை 93
சுரைக்கொடி 366
சுரோணித வாதம் 62,263
சுவர் முள்ளங்கியிலைச் சாறு 332
சுவாசகாசம் 142,203,236,271,295
சுவாசம் 165,187
சுவாதிட்டானம் 11
சுழுமுனை 2
சுறாமீன் 73
சூடன் 267,310
சூதகக் கட்டு 109
சூதக வாயு 284
சூதச் சூரணம் 343
சூதப் பற்பம் 166,230
சூதம் 229,343
சூர்யாவர்த்தம் 44,283,352
சூரண ராசன் 196
சூரியகாந்தி இலைச்சாறு 283
சூரியகாந்தி வேர் 221,386
சூரியன் 11
சூலை 27,96,114,144,166,181,194,1 95,232, 277,283,301,304,305,315,328,341,
சூலைக் கட்டு 280,318,319
சூலை குடாரத் தைலம் 188
சூலைவலி 116
சூலை வாதம் 57
சூலைவாயு 276,329
செங்கத்தாரிப்பட்டை 225,362
செங்கல் தூள் 166
செங்கல் மா 81,298
செங்கழுநீர் 254,359
செங்கழுநீர்க் கிழங்கு 223
செஞ்சந்தனம் 96
செஞ்சம்பா 118
செந்தரா 113
செந்தொட்டி 210,390

செப்பு நெருஞ்சில் சாறு 181
செப்பு நெருஞ்சிலிலைச் சாறு 234
செம்பரத்தம் பூச்சாறு 322,325
செம்பு 347
செம்புளிச்சை 209,375
செம்முள்ளி 113,121,256,380
செம்முள்ளி இலைச்சாறு 278,321,325
செம்முள்ளிச் சாறு 341,324
செரியாமை 122
செருப்படி 214,365
செருப்படை 114
செருப்படைச் சாறு 190,323,325,341
செவ்வந்திப்பூ 16
செவ்வல்லி 352
செவ்வல்லிக் கொடி 358
செவ்வாமணக்குப் பருப்பு 147
செவ்வியம் 177,193,253,349,188
செவ்வியாதி சூரணம் 253
செவிக்குத்தல் 65,349
செவிச் சூலை வாதம் 24
செவித் தினவு 65
செவிபடு வாதம் 25
செவியடைப்பு 64
சேங்கொட்டை 176
சேத்தும சீதளம் 3
சேராங்கொட்டை 114,174,288,301,38,337
சேராங்கொட்டை இலேகியம் 115
சேராங்கொட்டை குழித்தைலம் 243
சேராங்கொட்டைத் தைலம் 303
சேராங்கொட்டை நெய் 187,249
சேராங்கொட்டைப் பருப்பு 327
சேவகன் பூண்டு 256
சேவகன்வேர் 252
சொட்டுநீர் 26
சொர்ணகாந்த வைரவன் குளிகை 345
சொறி 107
சோகை 169,236
சோடா மாவு 332
சோண வாதம் 47
சோணித வாதம் 204,194,195,224,382
சோப வாதம் 52
சோபை 15,96,136,144
சோம்புக் குடிநீர் 143,288,303
சோம்புத்தீநீர் 97
சோற்றுக் கற்றாழைச் சாறு 313
சோற்றுப்பு 393
தக்காளி இலை 305
தக்காளிச் சாறு 357
தக்கோலம் 114,205,248,374
தகரம் 255
தகரை இலைச் சாறு 284
தகரைவிதை 216,372
தங்க அரப்பொடி 232,284
தங்க இலிங்க மெழுகு 243
தங்கச் செந்தூரம் 283
தங்கப் பற்பம் 83,282
தங்கரேக்கு 243
தசமூல மாசத்தைலம் 357
தசமூலம் 283,357
தசையண்டம் 103
தட்டைப்புழு 105
தடிப்பு 173
தண்டக வாதம் 30
தண்டு வாதம் 61
தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு 101,188,349
தண்ணீர் விட்டான் கிழங்குச்சாறு 276,329
தந்த வாதம் 60,300
தந்த வாயு 46,206
தந்திர வெட்டி வாதம் 38
தந்துமேகம் 230
தந்துவாதம் 141
தம்பண வாதம் 60
தமர் வாதம் 141,179
தமரகக் குடிநீர் 82,191
தமரகநோய் 28, 223,307
தமரக வாயு 82
தமிழ் வைத்தியச் சதகம் 8
தயிர்த்தெளிவு 352,382
தரா 81
தராய் 225
தலத்தம்ப வாதம் 19
தலைக் கோழி முட்டை 176
தலைச்சூலை 340,346
தலை நடுக்கல் நோய் 63
தலைநோய் 74,109,114,188,197,236,272,339
தலைப்பாரம் 128,242,272,394
தலைவலி 96,102,120,192,218,274,354,
தவசி முருங்கை 219
தவசிமுருங்கைவேர் 357
தவிடு 394
தழுதாழை 81,116,202,350
தழுதாழை இலை 122,356
தழுதாழைச் சாறு 259,372
தழுதாழையாதி தைலம் 259
தளர்ச்சி 7
தன் செயல் 76

தன்வந்திரி 12
தன்னிலை வளர்ச்சி 14
தனஞ்செயன் 10,12
தனுர்வலி 245
தனுர்வாதம் 48,318,341,389
தனுர்வாயு 101,275,284
தனுஸ்தம்ப வாதம் 99
தாகம் 8,120,185
தாடை வலி 127
தாது இழப்பு 290
தாதுக்குறைவு 297,302
தாது சீவப் பொருள் 159
தாதுநட்டம் 120
தாதுவிருத்தி 240
தாபசுரம் 163
தாபவனலச் சூரணம் 198
தாம்பிர அரப்பொடி 232
தாம்பிரச் செந்தூரம் 170
தாம்பிரப்பற்பம் 163
தாம்பூல வாதம் 56
தாமரை 16
தாமரைக்கிழங்கு 213,214
தாமரைப்பூ 16
தாமரைவளையம் 200,211,391
தாமிரத்தகடு 289
தாமிரப்பற்பம் 344
தாய்ப்பால் 140,181,182,234,242,243,290,304
தாழம்பூ 16
தாழம்பூச் சாறு 223
தாழம்பூ மாத்திரை 138
தாழம் விழுதிச் சாறு 223
தாழைச்சாறு 364
தாழை மரம் 16
தாழையுப்பு 180
தாழை விழுதின் சாறு 359,362
தாழைவிழுதுத் தைலம் 362
தாளகச் செந்தூரம் 87,170
தாளகம் 160,170,231,287,318,345
தாளிசப் பத்திரி 107,173,183,203,245,362
தாளிசப்பத்திரித்தூள் 277,302
தாளிசம் 184
தாளிசாதி சூரணம் 184
தாளிசாதி வடகம் 185
தாளியிலைச்சாறு 367
தான்றி 114
தான்றிக்காய் 107,137,194,373
தான்றிக்காய்த் தூள் 150
தான்றிக்காய்த் தோல் 153
திதி வாதம் 54
திப்பிலி 82,96,111,137,175,193,229, 245,342, 347,358
திப்பிலிக்கட்டை 174
திப்பிலிச் சூரணம் 173
திப்பிலிப்பொடி 344
திப்பிலிமூலக் குடிநீர் 345
திப்பிலிமூலம் 114,185,195,211,253,347, 358, 372
திமிர் 68
திமிர் வாதத் தைலம் 368
திமிர் வாதம் 48,106,194,256,326,350
தியானம் 20
திரட்சி வாய்வு 207
திராட்சை 15,85,173,349
திராய் 93
திராய்வேர் 252
திரிகடுகாதி அரைப்பு 260
திரிகடுகு 115,135,137,144,211,247,342,349
திரிகடுகு இளகம் 307
திரிகடுகுத் தூள் 164,169
திரிசுகந்தம் 115
திரிபலா சூரணம் 249
திரிபலாவாதி சூரணம் 150
திரிபலை 145,188,211,349
திரிபலை இளகம் 307
திரிபலைக் குடிநீர் 140,163
திரிபுரத் தாண்டவ இரசச் செந்தூரம் 326
திரிமஞ்சள் 115
திரிலோகச் செந்தூரம் 92
திரிலோகப் பூபதி 232
திருகுக்கள்ளி 104,271
திருகுகள்ளி சூரணம் 155
திருமால் 12
திருமூர்த்தி செந்தூரம் 244
திருமூலர் 2
திருமூலர் கருக்கிடை வைத்தியம் 600 79
தில்லம்பழுப்பு 369
தில்லம் விரை 147
தில்லைவேர் 363
திவா வாதம் 53
தினவு 126
தீபகற்பூரம் 301
தீராத் தலைவலி 96
தீராவாந்தி 171
தீவிரவாதம் 325
துக்க வாதம் 57
துடி வாதம் 59

துத்தம் 163
துத்தி இலை 280
துத்திவேர்க் கற்றை 140
தும்புராட்டம் 361
தும்பை இலைச்சாறு 321
தும்பைக் கீரை 93
தும்பைச்சாறு 192,341
தும்பைப்பூ 241
தும்பைப்பூச்சாறு 283,392
தும்மட்டிச்சாறு 140
தும்மல் 8,75
துராய் 382
துருசு 161,231,298,318
துவர்ப்பு 8,74
துவரம்பருப்பு 191,392
துவரை 300
துளசி 116,371
துளசிச்சாறு 120,163
துளசி சமூலச்சாறு 334
துளசியிலை 346
துளைத் தைலம் 100
துன்மாங்கிசம் 198
தூக்கம் 8
தூக்கமின்மை 73
தூதுவளை 93,225
தூதுளை 339
தூம்பிர வாதம் 58
தூம வாதம் 52
தெங்கினுப்பு 180
தெத்துவாய் 125
தெறிப்பு 18,256
தென்னங்குடுக்கைக்கரி 142
தேகக் குத்தல் 235
தேங்காய் ஒட்டுக்கரி 335
தேங்காய்த் துருவல் 267,369
தேங்காய் நேர்வாள அரைப்பு 154
தேங்காய்ப்பால் 126,142,206,275,236,364
தேநீர் 270
தேரன் 7
தேரன் கரிசல் 4,115
தேரன் காப்பியம் 101
தேரன் மருத்துவபாரதம் 2
தேரன் யமகவெண்பா 100,136
தேரையர் காப்பியம் 392
தேரையர் தைல வர்க்கச் சுருக்கம் 97
தேரையர் வெண்பா 392
தேவதத்தன் 10
தேவதாரம் 188,223,247,349
தேவதாரு 161,211,346,368
தேவதூபத் தைலம் 218
தேவேந்திரன் 12
தேள் நஞ்சு 117
தேற்றான் 116
தேற்றான் கொட்டை 186
தேற்றான் தைலம் 248
தேற்றான் விதை 174,393
தேற்றான் வேர் 248
தேன்மெழுகு 354
தைவேளை 363
தைவேளையிலை 394
தொக்கணம் 133
தொட்டிப்பாடாணம் 161
தொடைவலி 277
தொடை வாதம் 61
தொடைவாழை 169
தொண்டைக் கம்மல் 95
தொண்டைகட்டல் 75
தொண்டைவலி 168
தொப்புள் 11
தோடம் 160
தோல் 8
தோல் நோய்கள் 175
தோள் வாதம் 60,238,327
நகாரி வாதம் 35
நடுக்கல் சுரம் 284
நடுக்குவாதம் 59, ,99,191,194,238,284, 286, 302
நண்டுக்கல் 176
நத்தைச் சதை 207
நத்தைச்சூரி இலை 248,305
நத்தைச்சூரி எண்ணெய் 355
நத்தைச்சூரி வேர் 355,367
நந்திமலர் 16
நந்தி மெழுகு 91
நந்தி மை 87,100,176
நமை 66
நயன வாதம் 49
நர வாதம் 49
நரசிம்ம இளகம் 338
நரம்பிசிவு 117
நரம்புக் கூட்டம் 8
நரம்புத் தளர்ச்சி 104,290
நரம்புப்பிடிப்பு 282
நரளை வேர் 207
நரித்தலை வாதம் 21,311,350
நரித்தலை வாயு 118,124

நரிப்பயற்றம் கொடி 81,211,221,386,391
நரிப்பயறு 210,390,
நரிவிளா 224
நரைமயிர் 273
நல்ல பாம்பின் கண்டம் 367
நல்வேளை 128,225
நல்வேளைவேர் 258
நல்வேளை வேர்ப்பட்டை 291
நவஉப்பு மெழுகு 140,179
நவநீதப் பற்பம் 166
நவாச்சாரக் குழம்பு 141
நவாச்சாரம் 141,193,241,280,310
நற்சங்கனிலை 236
நற்சீரகத்தூள் 325
நற்சீரகம் 184
நற்பாலைவேர் 207
நறுக்குமூலம் 262
நறும்பிசின் 264
நன்னாரி 199,254,339
நன்னாரிச் சாறு 360
நன்னாரிவேர் 114,264366
நா 130
நாக்கு 125
நாக்குப்பூச்சிக் குடிநீர் 144
நாகப் பற்பம் 279,331
நாகம் 279,331,
நாகன் 10,12
நாச்சூலை 169,340
நாசிக வாதம் 49
நாசிகாபீடம் 181
நாசிரோகம் 112
நாட்டிய வாதம் 58
நாட்டு வெங்காரம் 335
நாடி 130
நாப்புண் 108
நாபி 117,137,207,251,323,344
நாபித்தூள் 316
நாய்க்கடுகு 260
நாய்வேளை 225
நாய்வேளைச் சாறு 309
நாயுருவி உப்பாதி மெழுகு 180
நாயுருவி உப்பு 180
நாரத்தம்பழச்சாறு 206
நாரத்தம்பழம் 306
நாவல்பட்டை 166,339
நாவறட்சி 15
நாற்கூட்டு எண்ணெய் 351
நிசித்தண்ணீர் 97
நித்திரை வாதம் 59
நிம்பாதித் தைலம் 355
நிமிளை 345
நிர்விஷம் 335
நிலஉகாய் 255
நிலக்கடம்பு 117
நிலக்கடம்பு இலை 306
நிலக்குமிழ் 111, 117
நிலக்குமிழ் வேர் 256,358
நிலப்பனை 114
நிலவாகை 142
நிலவாகை சூரணம் 142
நிலவிளாப்பட்டை 189
நிலவேம்பு 117,190,196
நிலவேம்புக் குடிநீர் 82
நிலாவாரை 82,117,144,224
நிற்குண்டித்தைலம் 97
நிறம் 130
நீர்க்கட்டு 26,158,241
நீர்க்கட்டு வாதம் 26
நீர்க்கோவை 197
நீர்ச் சூலை 77
நீர்த்தாளிச்சாறு 263
நீர்த்தாளி வேர் 263
நீர்ப்பாய்ச்சல் 220
நீர்ப்புத் தன்மை 15
நீர் பிரம்மி 118
நீர்முள்ளி 174,212,379
நீர்முள்ளிக் குடிநீர் 91
நீர்மேல் நெருப்பின் புட்டு 261
நீர்மேல் நெருப்பு 261
நீர்வேட்கை 112,118,171
நீரடி முத்து 154
நீரடிமுத்து வல்லாதி 338
நீரடைப்பு 166,229
நீராம்பல் 169
நீரிழிவு 69
நீரிழிவு படைகள் 108
நீரெரிச்சல் 278
நீரேற்றம் 99
நீலக்காக்கணம் 211,391
நீலகண்டப் பாலை 318
நீலகண்ட வாலை 298
நீலாஞ்சனம் 344
நீலி இலைச்சாறு 166
நீலித் தைலம் 273
நுட்பம் 7
நூற்றாண்டு வேம்பின் பட்டை 189

நெஞ்சடைப்பு 166,341
நெஞ்சு எரிச்சல் 342
நெஞ்சுவலி 202
நெய்ச்சிட்டிக் கீரைவேர் 135
நெய்ச்சிட்டியாதிக் குடிநீர் 135
நெய்தல் கிழங்கு 200,374
நெய்ப்புத் தன்மை 15
நெருஞ்சி 111,210,375,389
நெல் 118
நெல்லி ஈர்க்கு 158
நெல்லிக்காய் 111,157,194,213,284,339,373
நெல்லிக்காய் கந்தகம் 147,285,300
நெல்லிக்காய்ச் சாறு 360
நெல்லிப்பட்டை 166
நெல்லிப்பருப்பு 156
நெல்லிமுள்ளி 111,184,359
நெல்லிவற்றல் 114,200,204,229
நெல்லிவற்றல் தூள் 150
நெற்பொரி 112,238
நெற்பொரியுண்டை 119
நெற்றிச் சூலை வாதம் 24
நேத்திரபவுத்திர வாதம் 29
நேத்திர வாயு 284
நேர்வாளப் பருப்பு 135,146,150,152,270,304,
நேர்வாளம் 119,133,148,207,226,272,346
நேர்வாள வெண்ணெய் 148
நொச்சி 81,119,202,255,350
நொச்சி ஆமணக்குத் தைலம் 260
நொச்சிக் குடிநீர் 112
நொச்சிக்குழம்பு 247
நொச்சிக் கொழுந்து 113,300
நொச்சிக் கொழுந்துச் சாறு 192
நொச்சிச்சாறு 1,139,161,259,260,357
நொச்சித் தழை 89
நொச்சியிலை 81,122,241,265,346,356
நொச்சியிலைச்சாறு 120,274,364,387
நொச்சியிலைத் தூள் 263
நொச்சியிலைப் பிட்டு 258
நொச்சிவேர் 107,252,345
நொய்யில் வேர் 252
பக்கச் சூலை 169181,207,277,286340,
பக்கநோய் 98,185
பக்கவலி 277
பக்கவாசயம் 8
பக்கவாத உசிதம் 326
பக்கவாதம் 25,60,91,99,103,164,182,234,235,
289,295,311,315,316,341,352
பக்கவாயு 144
பச்சிலை 352
பச்சைக் கடலை 198
பச்சைக் கற்பூரம் 15,112,162,176,217,318
பச்சைக்கற்பூர மாத்திரை 162
பச்சைத் தண்ணீர் மாத்திரை 283
பச்சைநாபி 161
பச்சைமஞ்சள் சாறு 273,274,284
பசலையிலைச்சாறு 284
பசி 8
பசியின்மை 96,198
பசுநீர் 206
பசுநெய் 206
பசும்பால் 83,154
பசுவின் தயிர் 222,377
பசுவின்பால் 148,273,354,362
பசுவின் மூத்திரம் 148
பசுவெண்ணெய் 295
பஞ்சசூதச் செந்தூரம் 234
பஞ்ச சூத மெழுகு 91,181
பஞ்சதீபாக்கினி இளகம் 289,298,307
பஞ்சபாடாணச் செந்தூரம் 334
பஞ்சபூதம் 1
பஞ்சலவணம் 165
பஞ்சார்க்கத் தைலம் 247,384
பஞ்சீகரணப் பஞ்சபூதம் 1
பட்சவாதம் 25,107
பட்டை 197
படபடப்பு 191
படிகாரம் 206,237,310
படுக்கைப்புண் 93
படுஞாயிறு 227
படுவன் 166
படைத்தல் 2
பதங்கத் தைலம் 274
பதங்கம் 111,165,229,315
பதார்த்த குண சிந்தாமணி 5
பதித வாதம் 35
பப்பாளி இலை 267
பயித்திய வாதச் சுரோணிதம் 40
பருத்தி 366
பருத்தியிலை 339
பருத்தியிலைச் சாறு 334
பல்லரணை 349
பல்வலி 95,117,164
பலாசு வித்து 144
பலாப்பழம் 15
பவழப்பற்பம் 83,91
பவன வாதம் 56

பவுத்திரம் 239,330
பழையபுளி 145
பளிங்கு சாம்பிராணிப் பதங்கம் 274
பற்பாடகக் குடிநீர் 348
பற்பாடகம் 111
பற்று விரேசனம் 135
பறங்கிச் சக்கை 115,220,385
பறங்கிப்பட்டை 108,120,145,195,257,343
பறங்கிப்பட்டை இலேகியம் 203
பறங்கிப்பட்டை இளகம் 294
பறங்கிப்பட்டைக் குடிநீர் 92
பறங்கிப்பட்டைச் சூரணம் 92,173
பறங்கிப்பட்டைத் தூள் 322,323
பறங்கிப்பட்டை பதங்கச் சூரணம் 201
பறங்கிப்பட்டை பதங்கம் 92,172
பறங்கிப்பட்டையாதி சூரணம் 343
பறங்கிப்பழுப்பு இலைச்சாறு 316
பறங்கிப்புண் 97
பன்றிநெய் 310
பன்றிப்பித்து 214
பன்றியின் பிச்சு 251
பன்னீர்ச் செடிவேர் 136
பன்னீர்ப்பூ 16,85
பனங்கற்கண்டு 15
பாக்கு 148
பாக்கு மரம் 16
பாக்கெண்ணெய் 158
பாகலிலை 339
பாகு வாதம் 51
பாசத்தம்ப வாதம் 29
பாசிப்பயறு 175
பாடாண எண்ணெய் 370
பாடாணக்கட்டி 332
பாடாண நெய் 361
பாடாணப் பற்பம் 332
பாடாணம் 281,318,332,370
பாண்டு 15,136,165,197,198,234,236
பாண்டு சூலை 78
பாணிக் கம்ப வாதம் 22
பாத வாதம் 51
பாதரசம் 147,208,250
பாதாம் பருப்பு 141
பாதிரி 283,375
பாதிரிப்பட்டை 111,225
பாதிரிப்பட்டைச்சாறு 281
பாதிரிவேர் 210,390
பாம்புக் கடி 125
பாயாசம் 15
பாம்பு நஞ்சு 100
பாரிசச் சூலை வாதம் 47
பாரிசபாகு வாதம் 51
பாரிசவாதம் 121,171,179,236,245,254
பாரிசவாயு 117
பால் கஞ்சி 300
பால் சாம்பிராணி 292,301
பால் சாம்பிராணித்தூள் 271
பால்துத்தம் 160
பால் நண்டு 302
பால்நண்டுச்சாறு 382
பால் வல்லாதி 338
பால சஞ்சீவி செந்தூரம் 236
பாலரசச் செந்தூரம் 320
பாலன்னம் 232
பாலேடு 289,299
பாலை வேர் 358,393
பாவட்டை 205
பாவட்டையிலை 262
பாவட்டைவேர் 363
பாறையுப்பு 140
பிங்கலை 2
பிசின் உருண்டை 262
பிடரிவலி 127
பிடாலவணம் 310
பிடித்தைலம் 100
பிடிப்பு 173,234
பிடிவாதம் 238
பிண்டத் தைலம் 354
பித்தக் கர்ணச் சூலை 45
பித்தச் சூலை 276
பித்தப்பாண்டு 169
பித்தப் பாண்டு சூலை 78
பித்தப்பிடிப்பு 282
பித்த மீறல் 112
பித்தவன்னி 3
பித்த வாதம் 135
பித்த வாயு 183,186
பிரசவ சன்னி 232,245
பிரசாரணித் தைலம் 222,377
பிரண்டை 171
பிரண்டை இரசம் 348
பிரண்டைச் சாறு 259,364
பிரதாபலிங்கச் செந்தூரம் 296
பிரதாபவக்கினி பூபதி மாத்திரை 165
பிரப்பங்கிழங்கு 108,117,120,257
பிரப்பங்கிழங்குக் குடிநீர் 257
பிரம்மா 2

பிரம்மி வழுக்கை இலை 85
பிரம்மிக் கொழுந்து 152
பிரம வாதம் 50
பிரமி 205
பிரமிக் குடிநீர் 152
பிரமியம் 278
பிரமேக நோய் 279
பிரமேகம் 192,229,301,329
பிரமை 393
பிராணன் 2,10
பிராணாலய வாதம் 26
பிராயம்பட்டை 189
பிருங்காமலகத் தைலம் 360
பிலீகை 207,239
பிளவை 96,107,166
பின்னிசிவு 127
பீசஸ்தம்ப வாதம் 38
பீநாறிமரம் 120
பீர்க்கு 93
பீலிகைவாய்வு 204
பீனிசம் 274
புகையிலை 153
புங்க இலை 363
புங்க எண்ணெய் 364
புங்கம்பட்டை 189,249
புங்கம் விதை 260
புங்கம் விதைப்பருப்புத்தூள் 265
புங்கமரம் 16
புங்கன் எண்ணெய் 351
புங்கன் தோல் 259
புங்கன் பட்டை 380
புங்கன்வேர் 107,153,265,363
புங்கு 209,253,375
புங்கெண்ணெய் 225,378
புடல் 93
புண் 120,169,293
புண் புரைகள் 107
புரசம்பட்டை 189
புரசம் வித்து 153
புரசின்வேர் 252
புல்தைலம் 103
புழுகுச் சம்பா 15,118
புழுங்கலரிசி 370
புழுங்கலரிசி கழுநீர் 155
புழுங்கலரிசி மாவு 258
புளி 300,371
புளி இலைச்சாறு 277,330
புளிச்சகீரை 196
புளிச்சை 212
புளிப்பு 8,74,247
புளியம்புறணி 275
புளியாரை 311
புளியாரைக் கீரை 105
புளியிலை 81,315,368
புளியிலைச் சாறு 279,358,383
புளியேப்பம் 74
புற்று 190,304,175,307
புறச்செயல் 76
புறவலிப்பு 181
புற வீச்சு 194
புன்னை 120,393
புன்னை எண்ணெய் 351
புன்னைப்பூ 16
புன்னை மரம் 16
புனலித்தண்டு 257
பூங்கற்பூரம் 318
பூச்சாந்திப் பட்டை 352
பூசணி 93
பூசணிக்காய்க் குடிநீர் 346
பூசணிக்காய்ச் சாறு 170
பூசு வாதம் 19
பூண்டு 155,195,226,355
பூண்டுத்தைலம் 351
பூண்டு நெய் 248
பூதக்கரப்பான்பட்டை 226,362
பூத வாதம் 56
பூதிகாதைலம் 97,219,290
பூநாகம் 275,368
பூநீறு 139,237,277,310,351,318,241
பூமணி மாத்திரை 165
பூமி சர்க்கரைக் கிழங்கு 221,385
பூரக்கட்டி 300,301
பூரச் செந்தூரம் 239,306
பூரண சந்திரோதயச் செந்தூரம் 82
பூரண சந்திரோதயம் 84
பூரப் பற்பம் 304
பூரம் 140,227,228,374,306
பூரமாத்திரை 303
பூலாங் கிழங்கு 199,358,359
பூலாத்தி 196
பூலாத் தோல் 162
பூவரசம்பட்டைச் சாறு 321
பூவரசம் பழுப்பு 287
பூவரசமரம் 16
பூவரசு 121,202
பூனைக்கண் குங்கிலியம் 353

பூனைக்காலி 121
பூனைக்காலிப் பருப்பு 349
பூனைவேர் 363
பெண் இச்சை 169
பெண் சேர்க்கை 140
பெண்பனை 16
பெருங்காஞ்சொறிவேர் 190
பெருங்காயத்தூள் 276
பெருங்காயப் பொடி 266
பெருங்காயம் 119,136,194,249,268,335,347
பெருங்கால் வாத மருந்து 264
பெருங்குமிழ் 283,380
பெருங்குமிழ்வேர் 211,366
பெருங்குரும்பை 214
பெருங்குறிஞ்சா வேர் 268
பெருங்குறிஞ்சா வேர்ப்பட்டை 268
பெருங்கோரைக் கிழங்கு 210,390
பெருஞ்சீரகம் 113
பெருஞ்சுரம் 74
பெருநோய் 100
பெரும்பாடு 121,183
பெருமரத்தோல் 199
பெருமரப்பட்டை 113,207
பெருமருந்து 225
பெருமருந்து வேர் 268
பெருமல்லி 380
பெருமல்லிகை 283
பெருமூச்சு 97
பெருவயிறு 170,172
பெருவளிநோய் 127
பெருவாகை 283
பெருவாகைவேர் 256
பெருவியாதி 318
பேதி 186,199
பேதி மருந்துகள் 133
பேய்க் கரும்பு 389
பேய்க் குமட்டிப் பழம் 140
பேய்க்குமட்டி வேர் 221,386
பேய்க்குறிச்சி 225
பேய்த்தும்மட்டி 210
பேய்த்தும்மட்டிக்காய் 352
பேய்ப்பீர்க்கஞ்சாறு 135
பேய்ப்பீர்க்கன் விதை பூசுமருந்து 156
பேய்ப்புடல் 196
பேய்வாதம் 25,256
பேய்வாழை 15
பேரரத்தை 82,191,206,207,349
பேராமணக்கு 380
பேராமுட்டி 111,112,190,253
பேராமுட்டிவேர் 339
பேரீச்சங்காய் 188,349
பேரீச்சம்பழம் 15
பேரீந்து 160
பைங்குனிக்கடுக்காய் 151
பொட்டிலுப்பு 139,344
பொடுதலை 121,356
பொடுதலை இலை 81
பொடுதலைச்சாறு 172,190
பொடுதலை சமூலச்சாறு 334
பொரிகாரம் 169
பொரித்த பெருங்காயத்தூள் 265
பொரித்த வெங்காரம் 138
பொருமல் 142,185
பொற்கொன்றை வேர் 263
பொன் முசுட்டை 121, 195,249,379
பொன்முசுட்டை இலைச்சாறு 277,331
பொன் முசுட்டை வேர் 114
பொன்னாங்கண்ணிச் சாறு 360
பொன்னாங்காணி 93
பொன்னாங்காணிக் கீரை 175
பொன்னாவாரை 205
பொன்னிமிளை 176,285
பொன்னிமிளைச் செந்தூரம் 287
பொன்னிமிளைப் பற்பம் 285
போசனகுடாரி 112
மகா நாராயணத் தைலம் 209,389
மகா நிர்க்குண்டித் தைலம் 215
மகா பூதிகாத் தைலம் 220,385
மகா வாதக்கூட்டம் 106,255
மகாபிரசாதத் தைலம் 212,379
மகாவாதத் தைலம் 365
மகாவாதம் 31,309,325,341
மகாவிடமுட்டித்தைலம் 100,374
மகாவீர மெழுகு 182
மகிழம்பூ 16
மகோதரம் 170,206,235,239
மஞ்சள் 174,196,246,270,361
மஞ்சள் கடுகு 356
மஞ்சள் மெழுகு 350
மஞ்சிட்டி 161,213,355,211,188,349
மடல் துத்தம் 160
மண்டூரச் செந்தூரம் 171
மண்டூரப்பற்பம் 201
மண்டூரம் 171
மண்டூர வடகம் 201
மண்டைக் குடைச்சல் 114

மண்டைக் குத்தல் 274
மண்டைக்குத்து 192,350
மண்டைச் சூலை 162,346
மண்டையிடி 168,188
மணக்கத்தை 118
மணத்தக்காளி 217,388
மணல் 81,350
மணலிக்கீரை 105
மணிச் சம்பா 15,118
மணிப்புங்கு 122
மணிமந்தாதி சூரணம் 156
மதநோய் 168
மதம் 7
மதவாதம் 194
மதுமேகம் 18,93,190,307
மதுரம் 184,303,342,352
மது வாதம் 54
மந்தவாயு 112
மந்தாரகாசம் 169
மயக்கம் 74,127,162,343
மயிர்க்கால் 8
மயிர்ச்சிலிர்த்தல் 68
மயில் துத்தம் 318
மயில்மாணிக்கம் 365
மரமஞ்சள் 197,211,361
மருக்காரை 195,375
மருட்கிழங்கு 211,391
மருதம் 264
மருதம்பட்டைச் சாறு 277
மருது 380
மருதோன்றி 212
மருள் 213
மருள் கிழங்கு 194,249
மல்லிகைச்சம்பா 118
மல்லிகைப் பூ 16
மல்லினகச் சம்பா 15
மலக்கட்டு 73,136,144,158,304,339
மலக்குடார மெழுகு 141
மலச் சிக்கல் 124,145
மலபந்த வாதம் 51
மலம் 8,130
மலாக்கா சம்பிராணி 110
மலைத்த கம்ப வாதம் 22
மலைதாங்கி 339
மலையாடு 15
மலைவாழை 15
மனக்கவலை 7
மனம் 13
மனோசிலை 139,208,231,275,318, 321, 341, 346
மாங்கிசச் சூலை 77
மாங்கிசபேதி 264
மாங்கொட்டைப் பருப்பு 114
மாங்கொழுந்துச் சாறு 355
மாசிக்காய் 174
மாசிப்பச்சை 215
மாதுளம்பழம் 15
மாதுளம்பூச் சாறு 321,324
மாதுளை இலைச்சாறு 326
மாதுளை ஓடு 114
மாதுளைச் சாறு 341
மாதுளையிலைச் சாறு 321
மாந்த எண்ணெய் 83
மாந்தம் 121,137
மாம்பட்டை 189
மாம்பட்டைச் சாறு 355
மாம்பூவின் மொக்குச் சாறு 355
மாமரம் 16
மார்பு சூலை 80,277,327
மார்புநோய் 122,181
மார்புவலி 98,168,328,384,393
மாவிலிங்க இலைச்சாறு 271
மாவிலிங்கம் 262
மாவிலிங்கம் வேர் 190, 252,224, 363
மாவிலிங்கம் வேராதி கற்கம் 262
மாவிலங்கு 122,215,371
மாவிலங்கு விழுது 374
மான்கொம்பு பற்பம் 85
மிதிபாகலிலைச் சாறு 157
மிருத்து வாதம் 31
மிருதார் சிங்கி 174
மிளகரணை 207,255
மிளகரணை வேர்ப்பட்டை 107
மிளகாய் 350
மிளகாய் தைலம் 350
மிளகாய்ப் பழச் சாறு 333
மிளகிலை 122
மிளகு 82,108,127,135,147,193,229, 245,268, 339,356
மிளகு இரசம் 146,154
82,127,147,245,356
மிளகுக் குடிநீர் 294
மிளகுச் சம்பா 15,118
மிளகுத் தூள் 270
மிளகுத் தைலம் 352
மிளகுநீர் 300

மிளகுப்பழ எண்ணெய் 264
மீன் 73,164,175
முக்குற்றக் கீல்வாயு 75
முக்குற்றத் தலை நோக்காடு 43
முக்கூட்டுத் தைலம் 383
முகங்கோணல் 275
முகவாத எண்ணெய் 367
முகவாதம் 239,252,275,300,333,341
முகவாத மேற்பூச்சுத் தைலம் 274
முசுட்டை 123
முசுமுசுக்கை 213,254,361
முசுமுசுக்கைச் சாறு 112,360
முசுமுசுக்கை வேர்ப் பால் 254
முட்காய்வேளை 205
முட்காய்வேளைவேர் 196
முட்காவேளை 111,375
முட்டிக் கற்கம் 354
முட்டை 73
முட்டை ஓட்டுப் பற்பம் 89
முட்டைப்பாசி 261
முட்டை வெண் கரு 84,86,287
முடக்கற்றான் 93,205
முடக்கற்றான் இலை 150,266
முடக்கறுத்தான் 81,123
முடக்கறுத்தான் சமூலச் சாறு 270
முடக்கறுத்தான் சாறு 372
முடக்கறுத்தானாதி சாறு 262
முடக்கறுத்தானிலை 262
முடக்கு வாதம் 50,141,179,229,232,288,298, 305,311,343
முடக்குவாயு 71,124,276,329
முடித்தைலம் 100
முத்தக்காசு 111,198,211,373
முத்துப் பற்பம் 83,85
முத்துவங்கச் சுண்ணம் 86
முத்தெண்ணெய் 165
முதியார் கூந்தல் 250,227,363
முதியார் கூந்தல் இலை 356
முதியார் கூந்தல் சாறு 222,377
முதியார்கூந்தல்வேர் 378
முதிர் மாவிலிங்க இலை 356
முதிர்ந்த பூவரசன்பட்டை 189
முதிர்வாதம் 341
முதுகுத் தண்டு 67
முதுகுவலி 123
முதுவேனில் 14,15,133
முந்திரி 200
முந்திரிக் கொட்டை எண்ணெய் 267
முந்திரிகை 161
முந்திரிப்பழம் 264
முந்திரியுப்பு 317
முப்பிணி 95
முப்பிணி சுரம் 89
முயல் வலி 389
முருக்கம் 137
முருக்கம்பூச் சாறு 341
முருக்கம் வித்து 137
முருக்கன்விதை 191
முருக்கன்விதை மாத்திரை 137
முருக்கிலை 113
முருங்கை 123,205,255,326,375
முருங்கைத்தோல் 212
முருங்கைப்பட்டை 103,210,371
முருங்கைப் பட்டை சுரசம் 238
முருங்கைப்பிசின் 106
முருங்கைப்பிஞ்சு 90,145,300
முருங்கைப்பூ 379
முருங்கைப்பூச்சாறு 181,234,321
முருங்கையிலை 258
முருங்கைவிதை 368
முருங்கைவேர் 135,260,368
முல்லைப்பூ 16
முலைப்பால் 113,176
முழங்கால் வாதத் தைலம் 368
முழங்கால் வாதம் 61
முழந்தாட்சூலை 340
முள்ளங்கி 123
முள்ளந்தண்டு 67
முள்ளி 209,375
முள்ளிச்சாறு 347
முள்ளிவேர் 193,199,339
முறுக்கு 119
முறைச்சுரம் 108
முன்கை வாதம் 60
முன்னிசிவு 127
முன்னை 124,212,224,283
மூக்கடைப்பு 109
மூக்கிரட்டை 93,124,170,221,379
மூக்கிரட்டைச் சூரணம் 183
மூக்கிரட்டை வேர் 183
மூக்கு நீர்ப்பாய்தல் 114
மூங்கில் புறணி 359
மூங்கிலரிசி 15
மூங்கிலுப்பு 140
மூச்சு 8
மூச்சுவாங்கல் 191

மூசாம்பரப் பற்று 87
மூசாம்பரம் 84
மூட்டுவலி 71
மூட்டுவாத நோய் 27,37,69,71
மூட்டுவீக்கம் 21,96,395
மூத்திர உதர வாதம் 32
மூத்திரக் கடுக்காய் 157
மூத்திரக் கிரிச்சரம் 186,194
மூத்திரம் 130
மூத்திர வாதம் 51
மூர்ச்சை 116,164,300
மூர்ச்சை நோய் 284,330
மூலக் கடுப்பு 123
மூலநோய் 172
மூலப்பாண்டு சூலை 79
மூலம் 127,168,186,236,386
மூலவாயு 107
மூளை 4
மெச்சு வாதம் 37
மெய்குடைச்சல் 340
மெருகன் கிழங்கு 143,306,352
மெருகன் கிழங்குச்சாறு 348
மெருகு 124
மெருகுத்தைலம் 83,89,124
மெருகுப் பச்சைத் தைலம் 124
மெருகுள்ளித் தைலம் 90,97,124,143
மேகக்கட்டி 98,106,229
மேகச்சுரம் 237
மேகசூலை 71,173
மேகநாதக் குளிகை 83,136
மேகநாதத் தைலம் 82,84,86,189
மேகப்படை 294
மேகப்பிடிப்பு 112
மேகம் 83,144,120,145,175,195,200, 203,230, 269,278,279,301,310,328
மேகரணம் 283
மேக வல்லாதி 338
மேக வாதம் 57
மேகவாய்வு 240,280,307,331,350
மேகவாய்வுக் குளிகை 227
மேகவிரணம் 166,240
மேல்நோக்குக் கால் 86
மைக்கொன்றை 108
மைச்சம்பா 15,118
மைசாட்சி 283
மைசாட்சி குங்கிலியம் 193
மைசாட்சித் தூள் 286
மொச்சை 93
மொழி 130
மோகம் 7
மோகன வாதம் 56
மோர் சாதம் 139, 154
யவச்சாரம் 249
யானைக்காஞ்சொறியிலைச் சாறு 284
யானைத் திப்பிலி 194,196,250
யானை நெருஞ்சில் 283
யூகி சிந்தாமணி -800 10
யூகிமுனிவர் 8,17
யோகராச குக்கில் சூரணம் 194
யோனிச் சூலை 169
யோனி சூலை வாதம் 36
யோனிப்புற்று 327
ரஸ்தாளி வாழைப்பழம் 293
ரோசாப்பூக் குடிநீர் 86
வங்கச் சுண்ணம் 83,89,281
வங்கப்பற்பம் 281
வங்காரவள்ளைக் கீரை 106
வச்சிர சிந்தாமணி உருண்டை 265
வச்சிரரூப வாதம் 34
வசந்த குசுமாகர மாத்திரை 82
வசம்பு 103,136,195,247,349
வசம்புச்சாம்பல் 265
வசம்பு சுட்ட சாம்பல் 194
வசம்புத் தூறு 260
வசனா வாதம் 31
வசு வாதம் 38
வட்டக் கிலுகிலுப்பைச் சாறு 166
வதன வாதம் 61
வயல் நண்டுக் கொழுப்பு 274
வயிற்றுக் கடுப்பு 142
வயிற்றுப்புசம் 106,137
வயிற்றுப் பொருமல் 126
வயிற்றுவலி 98,235
வயிற்றெரிச்சல் 123
வர்ம முறை 133
வரகு வைக்கோல் 140
வரதராசன் 11
வருளை வாதம் 61
வல்லாதகி 337
வல்லாதகி இளகம் 338
வல்லாதகிப் பருப்பு இளகம் 338
வல்லாரை 81,125
வல்லாரைச்சாறு 383
வல்லாரை நெய் 86
வலி குன்மம் 179
வலி வாதம் 141

வலிப்பு 64,166,206,249,304,341
வழுதி 380
வள்ளைப்பாடாணக் கட்டு 332
வளி அழல் கீல்வாயு 73
வளி அழல் சூலை 81
வளி ஐயக் கீல்வாயு 74
வளிக் கீல்வாயு 72,191
வளி குன்மம் 167,197
வளி சுரக் குடிநீர் 190,339
வளி சுரம் 127,167,227,288
வளி சுரோணிதச் சூலை 76
வளி சூலை 76,276
வளி நீர் சூலை 76
வளிநோய் 112,220,235,305,389
வளிநோய் கியாழம் 193
வளிப் பாண்டு சூலை 79
வளிப் பித்தச் சூலை 76
வளி மூலம் 167
வளி மேகம் 167
வளி வாயு சூலை 76
வளைத்தடிச்சம்பா 118
வளையலுப்பு 139,140,197,253,297,310
வற்றல் 300
வறட்சி 7,95,168,185
வறட்சுண்டி 196,386
வறட்சூலை 168
வன்னியிலைச் சாறு 192
வாகை 125,371
வாண வாதம் 61
வாத இராட்சதக் குளிகை 346
வாத உபகதம் 24
வாதக்கர்சணம் 18
வாதக் கர்ணகம் 21
வாதக் கர்ணச் சூலை 45
வாதக் குன்மம் 114
வாதகரப்பான் பட்டை 362
வாதகேசரி 85,87
வாதகேசரி எண்ணெய் 81,84
வாதகேசரித் தைலம் 83,87,350
வாதச் சுரோணிதம் 38
வாத சோணித நோய் 96
வாதத்தம்பம் 17
வாதத் தலை நோக்காடு 42
வாதத் தைலம் 362
வாதநாசத் தைலம் 84,88
வாத நாராயண இலைச்சாறு 143
வாதநாராயணன் 81,92,125
வாதப் பாண்டு சூலை 78
வாதப்பிடிப்பு 103,237,256,282
வாதப் பிடிப்புத் தைலம் 369
வாதப்பிணி 116
வாதப்பித்தச் சூலை 80,229
வாதம் 59,249
வாதமடக்கி 369
வாதமடக்கி வேர் 344
வாதமந்தம் 114
வாதராட்சகன் மாத்திரை 163
வாத ராட்சசம் 207
வாதராட்சதக் குளிகை 109
வாதராட்சத சூரணம் 250
வாதவலி 104
வாதவாயு 3,107
வாத வீக்கம் 143
வாதாந்தத் தைலம் 97
வாதுமைப் பருப்பு 126
வாந்தி 8,64,74,142,186,199
வாய் கசப்பு 74
வாய் குமட்டல் 74
வாய் வாதம் 61
வாய்விடங்கம் 114,136,194,219,250,382
வாயுக்குத்து 339
வாயு மேற்பூச்சுத் தைலம் 267
வாயுராசலிங்க மெழுகு 291
வாயு வாதம் 55
வால்கோதுமை 93
வால்மிளகு 138,145,204,229,343
வாலான் 118
வாலுளுவை 114,144,173,175, 225,248,250, 263,360
வாலை 140
வாலை இரசம் 173,239,245,320,328
வாழைப் பட்டை 16
வாழைப்பழச் செயநீர் 292
வாழையுப்பு 180
வாளப்பருப்பு 151,335
வாளம் 139,229
வான் மெழுகு 87,88,90,181
வானம்பாடி 15
விக்கல் 123,160,142
விச்சுவட்ட வாதம் 52
விசய நாராயண பாணம் 347
விசய வயிரவத் தைலம் 378
விசூசை வாதம் 51
விட்டுணுக்கிராந்தி 126
விட்ணு 2
விட்ணுகிரந்தி 283

விட்ணுகிரந்திச் சாறு 283
விட்ணுபராக்கிரம ரசகுளிகை 251
விட்ணு சக்கர மாத்திரை 163
விட்ணு பராக்கிரம ரசம் 344
விடசந்தி 119
விடநீர்ச் சூலை 77
விடப்பாண்டு 169
விடப் பாண்டு சூலை 78
விடப்பித்தச் சூலை 78
விடபேதி 100
விடமுட்டி 87
விடமுட்டி எண்ணெயை 84
விடமுட்டித் தைலம் 92,371
விடவாதம் 79,141,254
விடாச்சுரம் 236
விடாமிர்தமை 335
வித்துரச மெழுகு 327
விதூம வாதம் 52
விதை வாதம் 269
விதை வீக்கம் 145
விப்புருதி 166
வியானவாயு 76
வியானன் 10,132
விரண சூலை 166
விரணம் 166,183
விரணமேகநோய்கள் 309
விருச்சிக வாதம் 50
விரேசனப் பூசு தைலம் 153
விரேசன பூபதி மாத்திரை 136
விரேசனம் 135
விரேசன மாத்திரை 135
விரைப்பை 68
விரைவாத இளகம் 269
விரைவாதம் 109,168,266
விரை வாய்வு உசிதம் 266
வில்வ இலை 111
வில்வப்பழத் தோடு 112
வில்வம் 189,209,283,380
வில்வவேர் 176,193
வில்வவேர்ப்பட்டை 257
வில்வவேர்ப்பட்டை எண்ணெய் 257
வில்வவேர்ப்பட்டைச் சாறு 277
வில்வாதம் 194,385
வில்வாதி இளகம் 295,323
விலாமிச்சம் வேர் 127,200,214,260,359
விலாமிச்சு 368
விலாமிச்சைவேர் 211
விழலரிசி 155,207,225,256
விழி 130
விழுதி 205,377
விழுதி இலை 305
விளக்கெண்ணெய் 206,229,277,285,331
விளாம்பட்டைச் சாறு 167
விளாவரிசி 381
விஷ்ணுகிரந்தி 191
வீக்கம் 98,170,269
வீரக்கட்டி 308
வீரக்கட்டு 308
வீரச் செந்தூரம் 309,313
வீரப்பதங்கம் 315
வீரம் 138,228,296,307
வீரமாத்திரை 314
வீரமெழுகு 91,242,314
வீரரசப் பதங்கம் 229
வீழிச்சாறு 346
வெங்காயச் சாறு 167, 297
வெங்காயம் 126,145,300
வெங்காரத்தூள் 316
வெங்காரம் 136,206,236,270,323,340
வெங்கார மாத்திரை 164
வெட்டிவேர் 111,223,359
வெட்டுக் காயம் 356
வெட்டை 121,303
வெட்டை மெழுகு 303
வெட்பாலை 126,225,250,376
வெட்பாலை அரிசி 153,199,214,381,384
வெட்பாலைப்பட்டை 349
வெடி சூலை 166,168,236
வெடிமருந்து 308
வெடியுப்பு 176,187,192,197,241,298,309, 318, 344,392
வெடியுப்பு திராவகம் 166,230
வெண்கடுகு 194
வெண்குன்றி வேர் 183
வெண் குங்கிலியம் 354
வெண்கொடிவேலி 107
வெண் சாமை அரிசி 15
வெண்சிறுகடுகு 365
வெண்ணாபி 180,361
வெண்ணொச்சியிலைத்தூள் 286
வெண் நொச்சிச் சாறு 324
வெண்புள்ளி 121
வெண்மிளகு 138
வெந்தய இலேகியம் 261
வெந்தயம் 114,246,343
வெந்நீர் 271

வெப்புச்சுரம் 163
வெப்புப்பாவை 207
வெள்வங்கச் செந்தூரம் 277,330
வெள்வங்கப் பற்பம் 275
வெள்வங்கம் 275,330
வெள்ளரி 93
வெள்ளலத்திப் பட்டை 188,349
வெள்ளறுகு 126,190,196
வெள்ளறுகு சமூலம் 376
வெள்ளாட்டின் சதை 381
வெள்ளாட்டுக் கறி 93
வெள்ளாட்டுப் பால் 221,258,349,350,386
வெள்ளாட்டு மூத்திரம் 286
வெள்ளாடு 15
வெள்ளி 245,281
வெள்ளி அரப்பொடி 232,280
வெள்ளிப் பற்பம் 86,160,230
வெள்ளி மெழுகு 280
வெள்ளி ரசச்செந்தூரம் 240
வெள்ளுள்ளி 103,127,201,246,347
வெள்ளுள்ளித் தைலம் 238
வெள்ளெருக்கம்பால் 100,281
வெள்ளை 113,117,181,188,230
வெள்ளைக்காக்கட்டான்வேர் 367
வெள்ளைக் காக்கணம் 211,391
வெள்ளைக் குங்கிலியம் 188,256,349,395, 249,291
வெள்ளைக் குன்றிமணி 375
வெள்ளைச் சாட்டரணை 234,311
வெள்ளைச் சாறணை 135,163, 270
வெள்ளைச்சாறடை வெண்ணெய் 148
வெள்ளைச்சாறடை வேர் 148
வெள்ளை நொச்சியிலை 258
வெள்ளைப் பாடாணம் 159,231,298 ,161, 318,361
வெள்ளைப்பிசின் 363
வெள்ளைப்பூண்டு 143,203,267,268, 241, 265, 266, 270,351,369
வெள்ளை வெங்காயச் சாறு 143
வெற்றிலைக் காம்பு 175
வெற்றிலைச் சாறு 274,334,337
வெறிநோய் 102
வேப்பங் கொழுந்து 270
வேப்பம் எண்ணெய் 351
வேப்பம் வித்து 394
வேப்பம் விதை 389
வேப்பம்பட்டை 127,241
வேப்பம்பட்டைக் குடிநீர் 256,262
வேப்பம்பட்டைக் குழித்தைலம் 258
வேப்பம்பழச் சாறு 164
வேப்பமரப்பட்டை 345
வேப்பமரம் 16
வேப்பிலை 171,369
வேப்பிலைச்சாறு 332
வேப்பிலைப் பழுப்பு 279,331
வேப்பீர்க்கு 148
வேப்பெண்ணெய் 207,242,267,327,362
வேம்பு 111
வேர்க்கொம்பு 339,344
வேர்ப்பட்டை 186
வேலிப்பருத்தி 142,221,334,363
வேலிப்பருத்திச் சாறு 143,372
வேலிப்பருத்தியிலை 262
வேலிப்பருத்திவேர் 207
வேளை 93,223,246,375
வேளைவேர் 194
வேற்றுநிலை வளர்ச்சி 14
வைகித வாதச் சுரோணிதம் 39

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

தமிழ் மொழியின் வளர்ச்சி ஒன்றையே குறிக்கோளாகக் கொண்டு 1946ஆம் ஆண்டு, அந்நாள் கல்வியமைச்சர் திரு..தி.சு. அவினாசிலிங்கம் அவர்களால் தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் நிறுவப்பட்டது. தொடக்க காலம் முதல் 1982 ஆம் ஆண்டு வரை அவர் அதன் தலைவராக இருந்து சிறப்பாகத் தொண்டாற்றி வந்தார். பின்னர் 1982 ஆம் ஆண்டு முன்னாள் மாநில, மைய அமைச்சரான திரு. சி. சுப்பிரமணியம் அவர்கள் கழகத்தின் தலைமைப் பொறுப்பேற்றுச் சீரிய முறையில் தமிழ் வளர்ச்சிக்கு வழிகாட்டி வந்தார். அவரைத் தொடர்ந்து 1990-ஆம் ஆண்டு முதல் முனைவர் வா. செ. குழந்தைசாமி அவர்கள் தலைமைப் பொறுப்பை ஏற்றுச் சீரிய பணியாற்றி வருகிறார்.

1947ஆம் ஆண்டு முதல் திரு ம.ப. பெரியசாமித் தூரன் அவர்களைத் தலைமைப் பதிப்பு ஆசிரியராகக் கொண்டு, 'கலைக்களஞ்சியம்' 10 தொகுதிகள் வெளியிடப்பட்டன. இதுவே இந்திய மொழிகளில் முதல் முயற்சியாகத் திகழ்கிறது. பின்னர், அவரையே ஆசிரியராகக் கொண்டு 'குழந்தைகள் கலைக்களஞ்சியம்' 10 தொகுதிகள் 1976 ஆம் ஆண்டில் வெளியிடப்பட்டன. இதன் இரண்டாவது திருத்திய பதிப்பும் (10 தொகுதிகள்) 1988 இல் முடிவுற்றது. அதன் பின்னர், தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் அறிவியல் தொடர்பான நூல்களை வெளியிடும் பணியில் ஈடுபட்டு, நான்கு நூல்களை வெளியிட்டது.

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் மருத்துவ அறிவியலைக் கருத்தில் கொண்டு, 'மருத்துவக் களஞ்சியம்' என்னும் தலைப்பில் 12 தொகுதிகளை வெளியிடும் பணியை மேற்கொண்டது. இதில் 'உடல் நலம்' என்னும் தலைப்பில் முதல் தொகுதியும், 'தாய் சேய் நலம்' எனும் தலைப்பில் இரண்டாவது தொகுதியும், 'புலனுறுப்புகள்' எனும் தலைப்பில் இரு நூல்களாக மூன்றாவது நான்காவது தொகுதிகளும், 'நரம்பு மண்டலம், மனநோய், நாளமில் சுரப்பிகள் ' ஆகியவை அடங்கிய ஐந்தாவது தொகுதியும், 'செரிமான மண்டலமும் மூச்சு மண்டலமும்' இடம்பெற்ற ஆறாவது தொகுதியும், 'தொற்று நோய்களும் பால்வினை நோய்களும்' எனும் தலைப்பில் ஏழாவது தொகுதியும், 'புற்று நோய், முதியோர் நலம்' அடங்கிய எட்டாவது தொகுதியும், 'இதய இரத்தநாள மண்டலம்' எனும் தலைப்பிலான ஒன்பதாம் தொகுதியும். 'சிறுநீரகம் மற்றும் இனவள உறுப்பு மண்டலம்' என்னும் பொருள் பற்றிய பத்தாம் தொகுதியும், 'எலும்பியல், மாற்றுறுப்பியல், ஒட்டறுவை மருத்துவம்' ஆகிய மூன்று பகுதிகளைக் கொண்ட பதினொன்றாம் தொகுதியும், 'மரபியல், விபத்து மருத்துவம், நோய் எதிர்ப்பாற்றல் மண்டலத்தின் அடிப்படைகள்' எனும் பகுதிகள் அடங்கிய பனிரண்டாம் தொகுதியும் வெளியிடப்பட்டு இப்பணி நிறைவு பெற்றது.

அலோபதி மருத்துவமுறை நூல் வெளியீட்டுத் திட்டத்தைத் தொடர்ந்து, தமிழகம் தரணிக்கு அளித்த மருத்துவ முறையாம் சித்த மருத்துவம் பற்றிய நூல் வெளியீட்டுத் திட்டத்தில் ஏழு தொகுதிகளை வெளியிடும் பணியைக் கழகம் மேற்கொண்டுள்ளது. இதில் 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-1: வரலாறு', 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-3: சிறப்பியல்', 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-5: பித்தம் தொடர்பான நோய்கள்', 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-6: கபம் தொடர்பான நோய்கள்' என்னும் தொகுதிகள் ஏற்கனவே வெளியிடப்பட்டன. இப்போது 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-4: வாதம் தொடர்பான நோய்கள், பகுதி-1 எனும் நூல் வெளிவந்துள்ளது. ஏனைய தொகுதிகளுக்கான தயாரிப்புப் பணிகள் நடைபெற்று வருகின்றன.

சித்த மருத்துவம்

தொகுதி - 4 : வாதம் தொடர்பான நோய்கள்

பகுதி - 2

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் சென்னை-600 005.

சித்த மருத்துவம்

தொகுதி-4 : வாதம் தொடர்பான நோய்கள்

பகுதி-2

மரு. வீ.சுப்பிரமணியன்

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்
சென்னைப் பல்கலைக்கழக வளாகம்
சென்னை - 600 005

2007

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

சென்னைப் பல்கலைக்கழக வளாகம்
சேப்பாக்கம், சென்னை - 600 005.

நிறுவனர்
திரு தி.சு. அவினாசிலிங்கம்

தலைவர்
டாக்டர் வா.செ. குழந்தைசாமி

துணைத் தலைவர்கள்
டாக்டர் நா. மகாலிங்கம்
டாக்டர் ச.ப. தியாகராஜன்
டாக்டர் ஜே.ஜி. கண்ணப்பன்

செயலாளர்
டாக்டர் ப. அர. நக்கீரன்

தொகுப்பாசிரியர்
திரு மா. மதியழகன்

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழக வெளியீடு
முதற் பதிப்பு 2007

பதிப்புரிமை உடையது

விலை ரூ. 225/-

அச்சிட்டோர் : பாவை பிரிண்டர்ஸ் (பி) லிமிடெட்
சென்னை - 600 014.

Bibliographical Data

Name of the Book	:	Siddha Maruttuvam Vol.4: Vatham Totarpana Noikal, Part -2
Author/Editor	:	Dr. V. Subramanian
Edition	:	First - 2007
Copy Right	:	Tamil Valarchi Kazhagam
Language	:	Tamil
Subject	:	Siddha Medical system
Pages	:	xv +373
Price	:	Rs. 225/-
Paper	:	Maplitho
Size	;	Double Crown
Binding	:	Deluxe
Point	:	10 Pt
Wrapper Design	:	Sivagami Printographics
Published by	:	Tamil Valarchi Kazhagam University Building Chepauk, Chennai- 600 005. Ph: 25365440
Printed by	:	Pavai Printers Pvt. Ltd. J.J. Khan Road, Royapettah. Chennai-600 014. Ph. 28482441, 28482973

உள்ளடக்கம்

முகவுரை	...	vii
முன்னுரை	...	ix
Introduction	...	xiii
1. சூலை நோய்	...	1
2. குன்மம்	...	25
3. நீரிழிவு நோய்	...	87
4. வெள்ளை நோய்	...	163
5. நீரினை அருக்கல் நோய்கள்	...	257
6. பெருவயிறு நோய்	...	305
சொல்லடைவு	...	343

முகவுரை

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் வெளியிட்டு வரும் சித்த மருத்துவ நூல் வரிசையில் இந்நூல் வாதம் (வளி) தொடர்பான நோய்களைப் பற்றிய நான்காம் தொகுதியின் இரண்டாம் பகுதியாகும்.

மனித உடலில் உள்ள வாதத் (வளித்) தாதுவின் மாறுபாட்டால் தோன்றும் பெரிய நோய்களாக சூலை, குன்மம், நீரிழிவு, வெள்ளை, நீரினை அருக்கல், பெருவயிறு என்பன அடையாளம் காணப்பட்டு, அவற்றின் குறிகுணங்களும் அவற்றிற்கான மருந்து வகைகளும் சித்த மருத்துவ நூல்களில் விரிவாகக் கூறப்பட்டுள்ளன. அவற்றை எல்லாம் தொகுத்து, வகைப்படுத்தி, எளிய முறையில் தெளிவாக இந்நூலில் தரப்பட்டுள்ளன.

அரசு சித்த மருத்துவக் கல்லூரியின் முதல்வராகவும் இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஹோமியோபதித் துறையின் இணை இயக்குநராகவும் பணியாற்றி ஓய்வு பெற்றவர் மரு. வீ. சுப்பிரமணியன் அவர்கள். அவர் தற்பொழுது ஸ்ரீ சாயிராம் சித்த மருத்துவக் கல்லூரியின் சிறப்பு மருத்துவத் துறையில் பேராசிரியராகப் பணியாற்றி வருகின்றார். மரு. வீ. சுப்பிரமணியன் அவர்கள் தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகத்தோடு நெருங்கிய தொடர்பு உடையவர். அவர் எழுதிய "சித்த மருத்துவம் தொகுதி-6: கபம் தொடர்பான நோய்கள்", "தொகுதி-4: வாதம் தொடர்பான நோய்கள், பகுதி-1" ஆகிய இரு நூல்களையும் கழகம் ஏற்கனவே வெளியிட்டுள்ளது. தற்போது அன்னாரின் மூன்றாவது நூலான "வாதம் தொடர்பான நோய்கள், பகுதி-2" வெளி வந்துள்ளது. கழகம் அவருக்குப் பெரிதும் நன்றி பாராட்டிக்கொள்கின்றது.

இந்நூலை எழுதுவதில் ஆசிரியருக்கு உறுதுணையாக இருந்தவர் அவரது துணைவியார் மரு. க. இராஜேஸ்வரி அவர்கள். இவரும் கழகத்தோடு நெருங்கிய தொடர்பு கொண்டவர். இவரது "சித்த மருத்துவம் தொகுதி-5: பித்தம் தொடர்பான நோய்கள்" என்னும் நூலையும் கழகம் ஏற்கனவே வெளியிட்டுள்ளது. மரு.க. இராஜேஸ்வரி அவர்களுக்கும் கழகம் தன் நன்றியைத் தெரிவித்துக்கொள்கிறது.

கணினியில் நூலை வடிவாக்கம் செய்த திரு க. செல்லதுரை, அச்சிட்ட பாவை அச்சகத்தார் ஆகியோரும் நன்றிக்குரியராவர்.

மக்களிடையே மருத்துவம் பற்றிய விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்த வேண்டும் என்ற குறிக்கோளில் ஏற்கனவே கழகம் வெளியிட்ட மருத்துவ நூல்கள் பெற்ற வரவேற்பை இந்த நூலும் பெறும் என்று எதிர்பார்க்கின்றோம்.

வா. செ. குழந்தைசாமி
தலைவர்
தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

முன்னுரை

வாதம் (வளி), பித்தம் (அழல்), கபம் (ஐயம்) என்னும் மூன்று உயிர்த்தாதுக்களின் மாறுபாட்டால் ஏற்படுவதே நோய். வாதம் பற்றிய அடிப்படைத் தத்துவம், வாதத்தின் மாறுபாட்டால் ஏற்படும் நோய்களின் வகைகள், அவைகளுக்கான பொதுவான மருத்துவ முறைகள் முதலானவை, "சித்த மருத்துவம் தொகுதி-4: வாதம் தொடர்பான நோய்கள் பகுதி-1" இல் விளக்கப்பட்டுள்ளன.

உடலின் நாடி நடையில் வாதத்தின் கூறு 4 பங்கு. அதேபோல் நோய்களின் எண்ணிக்கையும் 4 பங்காகும். அதாவது எவ்வாறு வாத,பித்த, கப நாடி நடை 4:2:1 என்ற விகிதத்தில் அமைந்துள்ளதோ, அவ்வாறே வாத, பித்த, கப நோய்களின் எண்ணிக்கையும் அதே விகிதத்தில் அதாவது 80,40,20 என்ற எண்ணிக்கையில் அமைந்துள்ளன.

காற்று பூதமும், ஆகாய பூதமும் கலந்த வாதம் என்னும் உயிர்த்தாது உடலில் நுண்தொழில்களைப் புரியும் தன்மை கொண்டதால், அதன் மாறுபாடு உடலில் அதிகமான பாதிப்புகளை ஏற்படுத்தக் கூடியதாக உள்ளது. எனவேதான் வாதத்தின் மாறுபாட்டால் ஏற்படும் நோய்களின் எண்ணிக்கையும் அதிகரித்துக் காணப்படுகிறது. இவை பற்றிய விளக்கம் வாதம் தொடர்பான நோய்களின் முதல் பகுதியில் கூறப்பட்டாலும், வாத நாடி நடை மீறி நடக்கும்போது ஏற்படும் சில முக்கிய நோய்கள் பற்றிய விரிவான விளக்கத்தை அதில் கூற முடியவில்லை.

எனவேதான் அத்தகைய நோய்கள் பற்றிய விளக்கங்களும் அவற்றின் தனி மருத்துவ முறைகளும் இந்நூலில் தொகுத்து வழங்கப்பட்டுள்ளன. சூலை, குன்மம், நீரிழிவு, வெள்ளை, நீரினை அருக்கல் நோய்கள், பெருவயிறு ஆகிய நோய்களின் விளக்கங்களையும், பல்வேறு நூற்களில் கூறப்பட்டுள்ள அந்நோய்களுக்கான மருத்துவ முறைகளையும் ஒரே நூலில் தெரிந்து கொள்ளுமாறு இந்நூலில் தொகுத்து வழங்கப்பட்டுள்ளன.

ஒவ்வொரு நோய்க்கும் தனி மூலிகை மருத்துவம் முதல் பல்வேறுபட்ட பெரிய மருந்துசெய் முறைகளும் இங்கு தொகுத்துக் கூறப்பட்டுள்ளன.

குணபாடம் மூலிகை, குணபாடம் தாது சீவ வகுப்பு, சித்த வைத்தியத் திரட்டு போன்ற நூல்களில் கூறப்படும் மருத்துவ முறைகளைச் சித்த மருத்துவக் கல்லூரியில் பயிலும் மாணவர்கள் மூன்றாம் ஆண்டு பாடமாகப் பயில்கின்றனர். அவர்கள் இறுதியாண்டில் 'சித்த மருத்துவம்-பொது' என்னும் பாடத்தில் நோய்கள் பற்றியும் நோய்க்கான சிகிச்சை முறைகள் பற்றியும் பயிலுகின்றனர். அது சமயம் அவர்கள் மூன்றாமாண்டு படித்த குணபாடம் மற்றும் மருந்து செய்முறைகளில் உள்ளவற்றை நோய்க்குத் தக்கவாறு எடுத்துக் கையாள வேண்டியது அவசியம். எனவேதான் இந்நூலில் அவையும் சேர்த்துத் தொகுத்துக் கூறப்பட்டுள்ளன. இவை தவிர ஆத்ம இரட்சாமிர்தம் என்னும் வைத்திய சார சங்கிரகம், சரபேந்திரர் வைத்திய முறைகள் போன்றன அக்கால மன்னர்களின் உதவியுடன் அவர்கள் காலத்தில் இருந்த வைத்தியர்களிடமிருந்து சேகரிக்கப்பட்டு எழுதப்பட்ட நூல்களாகும். அவைகளில் கூறப்பட்ட பல முக்கிய மருந்து செய் முறைகளும் இந்நூலில் சேர்க்கப்பட்டுள்ளன. இதனால் மருத்துவ மாணவர்களும் ஆராய்ச்சியாளர்களும் பெரிதும் பயனடைவர். சித்த மருத்துவம் கற்பவரும், ஏனையோரும் ஒரு நோய்க்குக் கூறப்பட்ட பல்வேறுவகை மருந்துகளைப் பற்றிய அறிவைப் பெறமுடியும்.

நீரிழிவு நோய் தற்பொழுது இந்தியாவில் அதிகரித்து வரும் நிலையில், அதற்குண்டான மருந்துகள் பற்றிய சித்த மருத்துவக் குறிப்புகள் ஆராய்ச்சியாளர்களுக்கு மட்டுமல்லாது, இங்கு கூறப்பட்டுள்ள எளிய மருத்துவக் குறிப்புகள் பொது மக்களுக்கும் பயன் உடையதாக அமையும்.

அவ்வாறே மற்ற நோய்களுக்கும் மருத்துவ முறைகள் கூறப்பட்டுள்ளன. எனவே இந்நூல் பயனுள்ள ஒரு தொகுப்பு நூலாக அமைந்து, பல்வேறுபட்ட மக்களுக்கும் பயனளிக்கும் என்று நம்புகிறேன்.

இந்நூலை எழுதுவதற்கு எனக்கு வாய்ப்பளித்த தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகத்தின் தலைவரும், முன்னாள் துணைவேந்தரும், கல்வியாளருமான முனைவர் வா. செ. குழந்தைசாமி அவர்களுக்கும் செயலாளர் முனைவர் ப. அர. நக்கீரன் அவர்களுக்கும் என்னுடைய நெஞ்சம் நிறைந்த நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

'சித்த மருத்துவம்-பொது' என்ற இறுதியாண்டு பாடத்தை ஏறக்குறைய 30 வருட காலமாக சித்த மருத்துவக் கல்லூரி மாணவர்களுக்குப் போதித்து வருபவர் என்னுடைய துணைவியார் மரு. பேராசிரியர் க. இராஜேஸ்வரி அவர்கள். அவருடைய ஆலோசனைகளும், மாணவர்களுக்காக அவர் தயாரித்த பல பாடக் குறிப்புகளும் இந்நூலில் இடம் பெற்றுள்ளன. அதன் பொருட்டு அவருக்கு என் நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

இந்நூலைச் சிறந்த முறையில் தொகுப்பதற்கு உதவிபுரிந்த தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகத் தொகுப்பாசிரியர் திரு மா. மதியழகன் அவர்களுக்கும், கணினியில் நூலை வடிவமைக்கத் துணைபுரிந்த திரு க. செல்லதுரை அவர்களுக்கும் என்னுடைய நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

மரு. வீ. சுப்பிரமணியன்

Introduction

As per Siddha System of Medicine diseases are caused by the changes that occur in the normal functioning of Vatha, Pitha and Kaba (Vali, Azhal and Iyam). The nature of Vatha and its characters, the diseases caused by its abnormality and the general treatment of all Vatha diseases are explained in the 4th volume of "Siddha Maruthuvam-Vatham Thodarbana Noigal-Part I".

The life factors Vatha, Pitha and Kaba are felt in the pulse of the living normal human body in the proportion of 4:2:1. In the same ratio, diseases also occur in different systems of human body. The number of Vatha diseases are 80, while the Pitha diseases are 40 and the Kaba diseases are 20 in number. Thus the ratio of diseases are equal to the ratio of pulse in the human body.

Vatha is a life force formed by Vayu and Akash Bhootha or elements. The subtle functioning Vatha in the body caused more number of diseases when it gets deranged. Though all the Vatha diseases and its general treatment where dealt with in Part I of the Volume 4 "Siddha Maruthuvam-Vatham Thodarbana Noigal", some important diseases, in which Vatha Naadi is excess, are needed further

explanations in the aspect of classification, signs and symptoms and treatment of their own.

Hence in Part II of the 4th volume, the diseases, such as Soolai, Gunmam, Neerizhivu, Vellai, Neerinai Arukkal Noigal and Peruvayiru, and their treatment are explained separately in detail. In the treatment aspect, medicines mentioned in different literatures were gathered and brought under each heading. Medicines of different nature, (i.e) from single herbal drug preparation to poly herbo mineral preparations, are explained in this volume.

The subject of Gunapaadam-Mooligai, Gunapaadam-Thathu Jeeva Vaguppu and Siddha Vaidhya Thirattu are taught to the third year Students in Siddha Medical Colleges. In the final year the subject "Siddha Maruthuvam-Pothu" is being taught. In the subject of "Siddha Maruthuvam-Pothu" diseases and their treatment are dealt with. Here the medicinal preparations which they have studied in the third year of their study should also be applied. Hence in this volume all the medicines mentioned in the above literatures were also brought in.

Athma Rakshamirtham alias Vaidhya Saara Sangiraham and Sarabendirar Vaidhya Muraigal are the literatures written by the efforts of different kings with the help of Siddha Vaidhyas who lived in their periods. The important and effective preparations mentioned in those literatures are also included in this volume.

The collective form of medicines given in this volume will certainly help any person who is willing to study Siddha Medicine.

Diabetes has become an alarming problem now in India. In Siddha literatures lot of preparations are mentioned under the heading of

Neerizhivu or Mathumegam, for Diabetes Mellitus. All those important preparations which help a common man upto research scholars are given in the chapter of Neerizhivu Noi. In the same manner, medicines of different kinds are explained for other diseases also.

I am very much thankful to Dr. V.C. Kulandaiswamy, Vice-Chancellor of different universities and a great educationist, who is the president of Tamil Valarchi Kazhagam, for giving me this valuable opportunity to write this book.

My wife Dr. Prof. K. Rajeswari who is having about 30 years experience in teaching "Siddha Maruthuvam-Pothu" subject has helped me very much by providing her lecture class notes and various suggestions in writing this book. I wish to thank her for her immense help and encouragement.

I wish to offer my thanks to Dr. P.R. Nakkeeran, secretary of Tamil Valarchi Kazhagam. I also thank Thiru M. Mathialagan who helped in editing this volume and Thiru K. Selladurai who has brought it in good form with the help of computer.

Dr. V. Subramanian

1

சூலை நோய்

முன்னுரை

'நெடு வாத சார்பது வின்றிச் சூலை வாராது' என்பது தேரன் வாக்கு. உணவு வகைகளில் வளித்தாதுவினைப் பெருக்கக் கூடிய உணவுகளை அளவு கடந்து நீண்ட நாட்கள் உண்பதாலும், இத் தாதுவை மிகச் செய்யும் செயல்களில் ஈடுபடுவதாலும், இத்தாதுவிற்குத் தொடர்புடைய மேல்நோக்குக் கால், கீழ்நோக்குக்கால் ஆகியவற்றின் வன்மை மிகுந்து நோயைப் பிறப்பிக்கும். உறுப்புகளில் வளி மிகுதியடையும் போது அவ்வுறுப்புகளில் குத்தல், குடைதல், வலித்தல், புரட்டல் என்னும் குறிகளை ஏற்படுத்தும்.

இந்நோயில் ஏற்படும் வலியானது சூலம் என்னும் ஆயுதத்தால் குத்துங்கால் உண்டாகும் வலியை ஒத்ததாக இருக்கும் என்பதால் இந்நோய்க்குச் சூலை எனப் பெயரிட்டனர்.

அப்பர் பெருமான் வயிற்றுச் சூலை நோயால் வருந்திய பொழுது "தோற்றதென் வயிற்றின் அகம்படியே குடரோடு தொடக்கி முடக்கியிட ஆற்றேன்" எனத் "தேவாரத்தில்" கூறியுள்ளது இந்நோயின் இயல்பைத் தெள்ளெனக் காட்டும்.

சூலை என்ற பெயரில் சில நூலோர் மூட்டு நோய்களின் வகைகளை மட்டும் விவரித்துக் கூறியுள்ளனர். அதனை 'மூட்டு வாத நோய்கள்' (கீல்வாயு) என்னும் தலைப்பில்* கண்டோம். யூகி முனிவர் "யூகி வைத்திய சிந்தாமணி 800" என்னும் நூலில் நோய்களை வகைப்படுத்திக் கூறும் பொழுது சூலை என்ற தலைப்பில்

---

*சித்த மருத்துவம் தொகுதி-4: வாதம் தொடர்பான நோய்கள்-பகுதி-1 இல் இடம் பெற்றுள்ளது.

உறுப்புகள் பலவற்றில் வரும் கடுமையான வலியுணர்வுடன் கூடிய 15 வகை நோய்களைத் தனித் தனியே கூறியுள்ளார்.

சூலை நோய் வரும் வழி

- உணவு, செயல் மாறுபாடுகளால் இந்நோய் உண்டாகும். அவை:
- மிகுதியும் சூடான பொருள்களை உண்ணுதல்
- துவர்ப்புப் பொருட்களை அடிக்கடி உட்கொள்ளுதல்
- சிறைப்பட்டிருத்தல்
- மனச் சலிப்பு கொள்ளல்
- மிகுதியும் ஓடுதல்
- தன் வன்மைக்கு மிகுந்து சண்டையிடுதல்
- புகை பிடித்தல்
- அளவிற்கு மிஞ்சி பெண்கலவி செய்தல்

ஆகியவற்றால் இந்நோய் உண்டாகும். உடல் மட்டுமல்லாது மனம் தொடர்புடைய சில காரியங்களாலும் இந்நோய் உண்டாகும் என்று கூறப்பட்டுள்ளது. அவை வருமாறு:

- ஏழைகளுக்கு உணவிடாமல் அவர்களை அடித்து விரட்டியவர்களுக்கும்
- மிகுந்த பெண்ணாசையால் கற்புடைய மங்கையரை விரும்பியவர் களுக்கும்
- பயன்தரக்கூடிய மரங்களை வெட்டி வீழ்த்தியவருக்கும்
- பொருளிச்சையால் வழிப்பறி செய்யும் அறிவிலிகளுக்கும்
- தன் எச்சிலைத் தெரியாமல் பிறர்க்குக் கொடுப்பவர்க்கும்

இந்நோய் உண்டாகும் என நூல்களில் கூறப்பட்டுள்ளது.

சூலைநோயின் பொதுத் தன்மை

- உந்திக்கு இரு பக்கங்களிலும், விலா என்புகளிலும், நரம்பை உள்ளே இழுத்துக் கொண்டாற் போன்று துன்பத்தை உண்டுபண்ணும்.
- முள்ளை வயிற்றினுள்ளே சொருகியது போன்று வலி ஏற்படும்.
- முதுகுப் பக்கமாகவும் வலி காணும்.
- உணவுகளைச் சரியாக உண்ண முடியாமல் அவற்றில் வெறுப்பை ஏற்படுத்தும்.

இத்தன்மையானதால் இந்நோய்க்குச் சூலை எனப் பெயரிட்டதே தகும் எனக் கூறப்படுகிறது.

நோய் வகைகள்

1. மேகச்சூலை
2. முறிச்சூலை
3. வளிச்சூலை
4. அழல்சூலை
5. ஐயச்சூலை
6. ஆமச்சூலை
7. உக்காரச்சூலை
8. குன்மச் சூலை
9. உலர்த்துச்சூலை
10. நிதம்பச்சூலை
11. கறைச்சூலை
12. சுரச்சூலை
13. பக்கச்சூலை
14. கற்பச்சூலை
15. தூரச்சூலை

என்னும் பெயர்களில் "யூகி வைத்திய சிந்தாமணி 800" சூலை நோய்களை வகைப்படுத்தியுள்ளது. இனி அவற்றின் குறிகுணங்களைக் காணலாம்:

1. மேகச்சூலை

- கை,கால்கள் மிகவும் கடுத்துக் குடைந்து காணும்.
- சிறுநீரும் மலமும் கட்டுப்படும்.
- கை, கால்களில் வேர்வை உண்டாகும்.
- குளிர் ஏற்படும்.
- உடல் முழுதும் சிவந்து காணும்.
- உடலில் எரிச்சலும் உண்டாகும்.
- தேகம் மிக இளைத்துக் காணும்.

- ❖ உடல் உளைச்சலோடு சுரம் தோன்றும்.
- ❖ மிக்க தாகம் ஏற்படும்.
- ❖ மயக்கம், பிரம்மை முதலியன உண்டாகும்.

2. முறிச்சூலை

- ❖ ஆண் குறியின் அடியில் அழன்று நோகும்.
- ❖ இவ்வழற்சி கீழ் முதுகைப் பற்றியும், கீழ்நோக்குக்கால் மிகுந்து அடிக்குடலைப் பற்றிப் பரவியும் உப்புசம் உண்டாக்கி வலிக்கச் செய்யும்.
- ❖ நாபியினிடத்தில் தாங்க முடியாத வலியை உண்டாக்கும்.
- ❖ மிக்க கலக்கம் ஏற்படும்.
- ❖ தலைவலியும் சுரமும் தோன்றும்.
- ❖ கண்கள் சிவந்து நீர் ததும்பிக் காணும்.

3. வளிச்சூலை

- ❖ கால், கைகளில் உளைச்சல் ஏற்படும்.
- ❖ அவைகளில் தடிப்பு ஏற்பட்டாற்போல் திமிராகக் காணும்.
- ❖ மிகுதியான தூக்கம் உண்டாகும்.
- ❖ மிகுதியும் குளிர் உண்டாகும்.
- ❖ உடல் கனத்தும் சற்றே பளபளப்பாகவும் காணும்.
- ❖ வில்லின் நாணைப் போல உடலை இழுத்துப் பிடித்திருக்கும்.
- ❖ சிறுநீர் சிவந்து இழியும்.
- ❖ உடல் முழுதும் குடைந்து நோகும்.

4. அழல்சூலை

- ❖ உடல் வற்றிக் கடுப்பு உண்டாகும்.
- ❖ கை, கால் கனத்து உளையும்.
- ❖ நோய் மிகுதியால் தூக்கம் கெடும்.
- ❖ உடற்கட்டுகள் யாவும் குறைந்து, வன்மையற்றுச் செழுமைமாறிக் காணும்.
- ❖ தோலில் மினுமினுப்பு ஏற்படும்.
- ❖ அறிவு தெளிவில்லாமல் கலங்கும்.

- மயக்கத்துடன், உடல் வன்மை அற்றுக் காணப்படும்.

5. ஐயச்சூலை

- தொண்டையில் வலி காணும்.
- நெஞ்சில் கோழை கட்டும்.
- அடி வயிற்றில் வலி ஏற்படும்.
- உடல் முழுதும் அழன்று புண் போல நோகும்.
- உடல் முற்றும் வியர்த்துக் காணும்.
- உடல், நகக் கண் முதலியன வெளுத்து இரத்தம் இன்மையைக் காட்டும்.
- உடல் பஞ்சு போல இலேசாகும்.
- வாய் நீர் ஊறல் அடிக்கடி உண்டாகும்.

6. ஆமச்சூலை

அடிக்கடி அசீரணம் ஏற்படுவதாலும், தூய்மையற்ற நீரை அதிகமாகப் பருகுவதாலும், மிக்க புளிப்பு, கைப்பு, இனிப்புப் பொருட்களை மிகுதியாக உண்பதாலும், அடிக்கடி பட்டினி இருப்பதாலும், வயிற்றில் உள்ள ஆமம் (சீதம்) கூடி, மந்தத்தை ஏற்படுத்தும். அதனால் வயிற்றுடன் விலாப்பக்கங்களிலும் மிகவும் வலித்துக் கடுப்புடன் குத்தும் உண்டாகும்.

7. உக்காரச்சூலை

- இந்நோயில் ஒரே நேரத்தில் விலாப்பக்கம், முதுகு, நெஞ்சு, எலும்பு, உந்தி, கீழ்வாய் என்னும் இடங்களில் அதிகமான கெட்ட சதை வளர்ந்து திரண்ட கழலைகளைப் போலப் பெருத்து, நீர்த் தாரையை நெருக்கி, நீர் இறங்கும்பொழுது மிகுந்த துன்பத்தை விளைவிக்கும்.
- சிறுநீர் துன்பத்துடன் கடுத்து இறங்குவதோடு அதில் சிறுமணலைப் போல துணுக்குகள் கலந்து காணும்.
- உடல் கடுக்கும்.
- உடல் தளரும்.
- அறிவு மயங்கும்.
- அடிக்கடி மயக்கம் உண்டாகும்.

8. குன்மச்சூலை

- ❖ இந்நோயில் சிறுநீரும் மலமும் கட்டுப்படும்.
- ❖ வயிறு பொருமி இரைச்சலுடன் காணும்.
- ❖ மூர்ச்சை உண்டாகும்.
- ❖ வயிற்றை வலித்துப்பிடித்து, சூலத்தால் குத்துவதுபோன்று தாங்கமுடியாத குத்தலை உண்டாக்கும்.
- ❖ வாயில் நீர் ஊறல், ஏப்பம் ஆகியவை அடிக்கடி உண்டாகும்.
- ❖ உடலின் ஊன் மிகவும் வெதும்பி அழற்சியுற்றுக் காணும்.
- ❖ உடல் உலர்ந்து காணும்.
- ❖ நாவின் சுவை கேடடையும்.

9. உலர்த்துச்சூலை

- ❖ இந்நோயில் அழலும் கேடடைந்து அதன் வெப்பத்தால் வறட்சி ஏற்பட்டு, உடல் வலித்து மிகவும் வீங்கிக் காணும்.
- ❖ கேடுற்ற வளியின் காரணமாக குடல்வாயு தூண்டப்பட்டுக் குன்மம் என்னும் வயிற்று வலி மிகுந்து காணும்.
- ❖ உடலெங்கும் நோவை உண்டாக்கும்.
- ❖ தோல் தடித்து உலர்ந்து காணும்.

10. நிதம்பச்சூலை

- ❖ பெண்கள் பிள்ளையைப் பெற்ற பின் உண்டாகும் கருவாயின் கோளாறுகளால் அங்குப் புண்ணாகி, குருதி சீழ்பிடித்து, சதை வளர்ந்து அது தேங்காயின் முளை போலத் தோன்றி, கருவாயின் வாயை அடைத்து மிக்க வலியை உண்டாக்கும்.
- ❖ சிறிது அசைந்தாலும் அம்முளையிலிருந்து நீர்க் கசியும்.
- ❖ உடல் வாடி வெளுத்து, கால், கை, முகம் முதலியன வீங்கும்.

11. கறைச்சூலை

- ❖ தோலைப் பற்றி வளையம் போல் திரண்டு நொந்து காணும்.
- ❖ நரம்பின் வழியாகத் தங்கித்தங்கி வலியை உண்டு பண்ணும்.
- ❖ கீழ் முதுகில் வளி மீறிப் பற்றிக் கொண்டு கடுமையாக வலித்து நோயை உண்டு பண்ணும்.

- ❖ கை, கால்களிலும் மிகுந்த வலியை ஏற்படுத்தும்.
- ❖ உடல் கறுத்துக் காணும்.
- ❖ கருத்தழிந்தும் காண்பர்.

12. சுரச்சூலை

- ❖ இரு பக்கங்களிலும் சூலை தோன்றி நோய் உண்டாகும்.
- ❖ வாய் வழியாக இரத்தம் வெளியாகும்.
- ❖ உடலில் சுரம் தோன்றி உளைச்சலும் காணும்.
- ❖ தேகம் முழுதும் வலி உண்டாகித் துன்புறுத்தும்.
- ❖ வயிற்றிலும் வலித்து நோகும்.
- ❖ நெஞ்செரிச்சல், செரியாமை, வாய்நீரூறல் வாந்தி முதலியன தோன்றி மயக்கமும் காணும்.

13. பக்கச்சூலை

- ❖ தலைவலி, உடல் புண்போல் நோதல் என்னும் முற்குறிகளைக் காட்டி சுரம் காயும்.
- ❖ பின்பு மார்பின் அடிப்பக்கத்தே சூலத்தால் குத்துவது போன்று தாங்கமுடியாத வலி காணும்.
- ❖ பக்கங்களில் கனத்து, விலா இடைவெளிகள் தெரியாதபடி வீங்கிக் காணும்.
- ❖ கண் புகைதல்
- ❖ கை, கால் ஓய்தல்
- ❖ உருமாறிப் போதல்
- ❖ மூச்சுவிட முடியாமை
- ❖ திமிர் கொள்ளல் ஆகிய குறிகுணங்கள் காணும்.

14. கற்பச்சூலை

இந்நோய் மருந்தீட்டின் கேட்டாலும், வஞ்சனையாலும், சூனியத்தாலும், வெப்பம் மிகுந்து உடல் வெதும்பியதாலும், மகப்பேற்றில் குருதி சிக்குதலாலும் உண்டான குருதிப் பெருக்குச் சூலகத்தில் ஊறி, அளவில் பெருத்துச் சூல் கொண்ட பெண்ணின் வயிறு போல் பெரிதாகி வயிற்றுள் புரண்டு, கீழ்வாயில் தாங்க முடியாத வலியைத் தந்து, மயக்கத்தை விளைவிக்கக் கூடியதாகும்.

15. தூரச்சூலை

- ❖ உண்டி மறுக்கும்.
- ❖ வாய் நீர் ஊறும்.
- ❖ நெஞ்சு எரிச்சல் உண்டாகும்.
- ❖ ஈரல், பக்கம், தலை, வயிறு ஊதும் .
- ❖ வயிற்றுள் திரண்டு புரள்வுற்று அடிக்கடி ஏதோ ஒன்று வந்து அமர்ந்து ஒதுங்கி எழும்புவது போலும் அதுவே பின் கீழ்வயிற்றில் மீள்வது போலும் தோன்றி, இரத்தத்தை வெளிப்படாமல் சிக்குமாறு செய்யும்.
- ❖ அத்துடன் மலம், சிறுநீரும் வெளிப்படாமல் தடைபடும்.

பிற நூலோர் கருத்து

இவையல்லாமல் கரபாதச் சூலை என்ற ஒரு வகை உண்டு என்றும் கூறுவர். இந்நோயில் கையிலும், காலிலும் உள்ள விரல் நுனிகளிலும், உள்ளங்கை, உள்ளங்கால் ஆகிய இடங்களிலும் எரிச்சலும் வலியும் காணும். புறத்தே உள்ள நரம்புகளிலும் அவற்றின் முனைகளிலும் ஏற்படும் வன்மைக் குறைவு, அந்நரம்புகளுக்குத் தேவையான சக்தி கிடைக்காத நிலையிலும் இத்தகைய குறிகுணங்கள் காணும். இந்நோய் வயது முதிர்ந்தவர்களுக்கும், பிற நோயினால் துன்புற்றிருப்போருக்கும், நீரிழிவு, இளைப்பு, புற்று போன்ற உடலை உருக்கச் செய்யும் நோய்களிலும், உடல் கட்டுகளைக் கேடடையச் செய்யும் பிற நோய்களிலும் ஏற்படும் வாய்ப்புண்டு.

மேகச் சூலை என்பது மேக நோயின் தொடர்பாக ஏற்படும் மூட்டு வாத நோய் என்றும் கூறுவர். இந்நோயில் முழங்கால், முழங்கை போன்ற பெரிய மூட்டுகளில் தனி மூட்டுகளிலோ அல்லது பல மூட்டுகளிலோ சிவந்து தாங்கொணா வலியுடன் வீங்கிக் காணும்.

வெள்ளை, வெட்டை ஆகிய நோய்களால் துன்புற்றுக் காணப்படுவர். சிறுநீர்த்தாரை எரிச்சல், சிறுநீருடன் வெள்ளை கலந்து வெளிப்படல், ஆண்குறி புண்பட்டிருத்தல் முதலிய குறிகுணங்களும் காணப்படும். இத்தகைய நோயாளிகளுக்குச் சூலை நோய்க்கு மட்டுமல்லாமல், முதல் நோயான மேகநோய்க்கும் சேர்த்து மருத்துவம் செய்ய வேண்டும்.

பக்கச் சூலை எனப்படும் நோய் இரு விலாப் பக்கங்களிலும் தாங்கமுடியாத வலியை ஏற்படுத்துவதால் இப் பெயர் பெற்றது. இந்நோய் பெரும்பாலும் இளைப்பு நோய் கண்டவர்களுக்கோ அல்லது அந்நோய் வருவதற்கு முன்போ, பின்போ

ஏற்படுவதுண்டு. இந்நோயில் நுரையீரலைச் சுற்றியுள்ள பரிப்புப்புச இடை வெளியில் நீர்க் கோர்த்து, அதனால் விலாப் பக்கங்களில் கனத்து வீங்கி மூச்சுத் திணறல் ஏற்படும். மூச்சு உள்வாங்கும் சமயம் கடுமையான வலியை ஏற்படுத்தும். இத்துடன் மாலை வேளைகளில் சுரம், இருமல், கோழை கக்கல், கோழையுடன் இரத்தம் வெளிப்படல் போன்ற குறிகுணங்களும் காணும் என்பர்.

உக்காரச்சூலை என்ற பிரிவு சிறுநீரகப் பாதிப்பால் ஏற்படும் இடுப்புப் பக்க வலி என்றும் கூறுவர். சிறுநீரகங்களில் ஏற்படும் அழற்சியின் காரணமாக சிறுநீர் சரியாகக் கழிக்க முடியாமல் துன்பம் ஏற்படும். சிறுநீரில் உப்புகள் அதிகமாக வெளியாகும். சில சமயம் குருதி கலந்தும் இழியும். முகத்திலும், கை, கால்களிலும் வீக்கம் ஏற்படும். சிறுநீரகப் பாதிப்பைச் சரி செய்யக் கூடிய மருத்துவத்தை இதற்குச் செய்ய வேண்டும்.

தூரச்சூலையைக் கருப்பை தொடர்பாக ஏற்படும் அடிவயிற்று வலி என்றும் கூறுவர். மாதவிடாய் காலங்களில் இரத்தம் சரியாக வெளிப்படாமல் தடைபட்டு நின்றாலோ, அல்லது வயிற்றில் கட்டி, புற்றுநோய் முதலியன ஏற்பட்டிருந்தாலோ இத்தகைய வலி காணப்படும். இச் சூலை நோயின் முதற்காரணத்தை ஆராய்ந்து மருத்துவம் செய்தல் வேண்டும்.

நிதம்பச்சூலை என்னும் நோயும் பெண்களுக்குக் கருப்பை,யோனி முதலியவற்றின் பாதிப்பால் ஏற்படும் நோய் என்றும் கூறுவர். இந்நோயில் கருப்பையின் உள்பகுதி புண்படுவதாலும், அதன் கட்டுகள் பிள்ளைப்பேற்றுக் கோளாறு போன்ற பல்வேறு காரணங்களால் யோனி வழியாக முளை போல வெளிப்பட்டுக் காணப்படும். அதன் வழியே இரத்தம், நீர் முதலியன வெளிப்பட்டு மிக்க வலி, சுரம், மயக்கம் முதலியன ஏற்படும்.

ஆமச்சூலை, குன்மச்சூலை, உலர்த்துச்சூலை ஆகிய இம்மூன்று நோய்களும் வயிற்றில் அதாவது இரைப்பை, பசதக்குடல், சிறுகுடல் ஆகிய பகுதிகளில் ஏற்படும் அழற்சி, புண் ஆகியவற்றால் உண்டாகும். இதனால் மேல்வயிறு, உந்தி ஆகியவற்றில் சூலத்தால் குத்துவதுபோன்று தாங்கொணா வலியும் காணும். இதனால் செரியாமை, வாந்தி ஏற்படும். உணவு உண்ண முடியாமை, வாய்நீர் ஊறல், ஏப்பம் முதலியன உண்டாகும். உணவு சரியாக உண்ணாதலால் உடல் வற்றி மெலிந்து, உலர்ந்து காணப்படுவர். வயிற்றில் சீதம் அல்லது ஆமம் சேர்ந்து செரியாமை, மந்தம் ஆகியவற்றுடன் ஏற்படும் சூலை ஆமச் சூலை ஆகும், வயிற்றில் புண் ஏற்பட்டுக் குன்மம் என்னும் வயிற்று நோயைத் தொடர்ந்து ஏற்படுத்தும் சூலையைக் குன்மச்சூலை என்கின்றனர். உடலில்

உணவுச் சாரம் ஒட்டாமல், குடல் பகுதிகள் புண்பட்டு ஏற்படும் சூலை நோய் உலர்த்துச் சூலை என்று வழங்கப்படுகிறது.

வளிச்சூலை நோயானது பெரும்பாலும் கை, கால் மூட்டுகளில் வளி மிகுதிப்படுவதால் ஏற்படும் என்று கூறுவர். இது பெரிய மூட்டுகளிலோ, கணுக்கால், கை, கால் விரல் மூட்டுகள், மணிக்கட்டு மூட்டு போன்ற சிறிய மூட்டுகளிலோ ஏற்படலாம். பாதிக்கப்பட்ட மூட்டுகளில் வீக்கம், சிவப்பு, வலி, விறைப்புத் தன்மை முதலியன காணும். சுரமும் அடிக்கடி தோன்றும்.

இவை தவிர "திருமூலர் நாடி" என்னும் நூலில் மேலும் 3 வகையான சூலை நோய்கள் கூறப்படுகின்றன. அவை பின்வருமாறு:

1. வளி அழல் சூலை

வளி, அழல் தாதுக்கள் இரண்டும் சேர்ந்து பாதிப்படைவதால் இது வளி அழல் சூலை எனப்பட்டது. இதில் கை கால் மரத்தல், உடம்பில் தோல் வெடித்துப் புண்ணாதல், அப்புண் ஆறாதிருத்தல், கை கால்களில் உள்ள மூட்டுகள் வீங்கி கரடு கட்டுதல் என்னும் குறிகுணங்கள் காணும். இவ்வசாத்திய குணங்கள் நாட்பட இருப்பின் மரணம் ஏற்படும்.

2. ஐய அழல் சூலை

ஐயமும் அழலும் சேர்ந்து பாதிப்படையும் இந்நோய் எலும்பில் துளைப்பது போன்ற வலியை உண்டாக்கும். சுரம் காணும். நீர்வேட்கை, இருமல் ஆகிய குறிகுணங்களும் காணும்.

3. ஐய வளி சூலை

ஐய, வளிக் கலப்பால் உண்டாகும் இந்நோயில் கபாலம் புடைத்து வெடிப்பது போன்ற வலி தலையில் உண்டாகும். எலும்புகள் யாவும் வன்மை கெட்டு வலியை உண்டு பண்ணும். குளிர் சுரம் நீங்காமல் நிலைத்து நிற்கும். காலில் ஆணி உண்டாகும்.

சூலை நோயில் காணப்படும் நாடி நிலைமை

'வாத மெனும் நாடியது தோன்றில் சூலை' என்பதன் மூலம் வளி நாடியானது தன் இயற்கையளவில் மீறி நடக்கும் நிலையில் இருக்கும் என்று அறியலாம்.

"சதக நாடி"எனும் நூல் வளியுடன் ஐயநாடியும் சேர்ந்து பாதிக்கப்பட்ட நிலையில் சூலை நோய் உண்டாகும் என்கிறது. வளியுடன் அழலும் சேர்ந்து

பாதிக்கப்படும் காலத்தே பொருத்துகள் பாதித்துச் சூலை நோய் ஏற்படும் என்பது பிரிதோர் கொள்கை. அழல் தாது பாதிப்பால் ஏற்பட்ட குன்ம நோயில் வளித்தாதுவும் கூடினால் இந்நோய் உண்டாகும் என்பதை அறியலாம். அதாவது அழலைய நாடி தோன்றில் குன்மச் சூலை நோய் காணும். ஐயநாடியானது இயற்கைத் துடிப்பு இழந்து தளர்ந்து ஓடுமாயின் சூலை நோயைக் குறிக்கும். ஐய நாடியானது வளி நாடியுடன் கலந்து காணப்படில் நச்சுத் தன்மையுடன் கூடிய சூலை உள்ளது என்பதைக் குறிக்கும்.

மருத்துவம்

சூலை நோய்க்கு வளித் தாது பாதிப்பே முதன்மையாக இருப்பதால், அதைத் தன்னிலைப் படுத்த வேண்டும். வளித் தாதுவின் தொடர்புடைய கால்களில் மேல்நோக்குக்கால். கீழ்நோக்குக்கால், நடுக்கால் ஆகியன பாதிப்படைந்துள்ளதால் அவற்றையும் சமநிலைக்குக் கொண்டுவரவேண்டும். இதன் பொருட்டு கழிச்சலை உண்டு பண்ணுவதற்கான மருந்துகளையும் தேவைப்படின் வாந்தி செய்வதற்குமான மருந்துகளையும் வழங்கவேண்டும்.

வலி, குத்தல், குடைதல் முதலிய குறிகுணங்களினால் ஏற்படும் துன்பத்தைப் போக்குவதற்கான உள், வெளி மருத்துவம் செய்ய வேண்டும். பின் மலம், சிறுநீர் ஆகியவற்றைக் கழிப்பதில் ஏற்படும் மாறுபாடுகளைச் சரிசெய்தல் வேண்டும்.

இவை தவிர்த்து நோய்க்கு முதற்காரணமாக வேறு ஏதேனும் நோய்கள் இருப்பின் அதற்கு வேண்டிய மருத்துவத்தையும் மேற்கொள்ள வேண்டும்.

நோயாளி நோயினின்று குணமடைந்தபின் உடலை வன்மைப்படுத்தக் கூடியதும் பசியைத் தூண்டக் கூடியதுமான மருந்துகளை வழங்கி உடலைத் தேற்ற வேண்டும்.

உணவு முறைகளை நோய் நிலைமைக்கும், வழங்கும் மருந்துக்கும் தக்கவாறு தேர்வு செய்து வழங்கவேண்டும்.

கழிச்சலுக்கு மாத்திரை

காக்கட்டான் மாத்திரை
கோடாசூரி மாத்திரை
மேகநாத மாத்திரை
சஞ்சீவி மாத்திரை
அட்டபைரவ மாத்திரை

ஆகியவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றை, 1 மாத்திரை வெந்நீருடன் வழங்கலாம்.

குடிநீர்

- ❖ சிவதைவேர், சுக்கு, கடுகுரோகணி, அங்கூர் திராட்சை ஆகியவைகளைச் சம எடை கூட்டி முறைப்படி குடிநீராக்கி 1/4 ஆழாக்கு, 1 வேளை காலையில் கொடுக்க மலம் கழியும். தேவையானால் மற்றொரு பொழுதும் வழங்கலாம்.
- ❖ காட்டாமணக்கு வேர், கறுங்கொடி வேலிவேர், சிவதை வேர், வாய்விடங்கம், கடுகுரோகணி, சுக்கு, அதிமதுரம் இவை வகைக்கு 1/4 பலம் எடுத்து ஒரு படி நீரிலிட்டு எட்டில் ஒன்றாக வற்றக் காய்ச்சி வடித்துக் கொடுக்க, கழிச்சலுடன் சூலை நோயின் கடுமையும் குறையும்.
- ❖ முட்காவேளை வேர், மூக்கிரட்டைவேர், காக்கண வேர், கழற்சி வேர், காட்டாமணக்கு வேர், திரிகடுகு, திரிபலை இவை சம எடை எடுத்து 16 பங்கு தண்ணீரில் இட்டு எட்டொன்றாய் வற்றக் காய்ச்சி வடித்து 1/2 ஆழாக்குக் குடிநீரில் சிறிது இந்துப்பு சேர்த்துக் கொடுக்கக் கழியும்.

மெழுகு

அகத்தியர் குழம்பு
கௌசிகர் குழம்பு
சண்டமாருதக் குழம்பு
நவாச்சாரக் குழம்பு
குமட்டிக் குழம்பு
நவஉப்பு மெழுகு

இவைகளில் ஏதேனுமொன்றைத் தக்க அளவில் காலையில் மட்டும் 1 முதல் 3 நாட்கள் நோயாளியின் வன்மை, நோயின் கடுமை அறிந்து கொடுக்க, பேதியாகி நோயின் கடுமை குறையும்.

அகத்தியர் குழம்பினை அளவிட்டு ஒரு உச்சிக் கரண்டி உத்தாமணிச்சாற்றில் கரைத்துக் கொடுக்க வாந்தியும் கழிச்சலும் உண்டாகும்.

எண்ணெய்

கழற்சி எண்ணெய்
சித்தாதி எண்ணெய்
மேகநாத எண்ணெய்

மாந்த எண்ணெய்

வெள்ளை எண்ணெய்

வாதநாசத் தைலம்

மெருகுள்ளித் தைலம்

கருடன் கிழங்கு எண்ணெய்

இவைகளில் ஏதேனுமொன்றை, அவற்றிற்குத் தக்க அளவில் காலையில் மட்டும் 1முதல் 3 நாட்கள் தனியாகவேனும், முட்காவேளைக் குடிநீரில் கலந்தும் கொடுக்க மலம் கழியும். சூலையின் வலியும் வேதனையும் குறையும்.

சூலைக்கு உள் மருந்துகள்

மாத்திரை

- விட்ணுசக்கர மாத்திரை: 1 மாத்திரை வீதம் காலை, மாலை திரிகடுகு சூரணம், தேன், இஞ்சிச்சாறு ஆகியவற்றுடன் கலந்து கொடுக்க வேண்டும். இது பக்கச் சூலைக்கு நேர் மருந்தாகும்.
- சூலை பூபதி மாத்திரை: 1 மாத்திரை வீதம் காலையில் மட்டும் தக்க அனுபானத்தில் 3 முதல் 5 நாட்கள் வரை கொடுக்க, சூலை தீரும். நோயாளியின் வன்மைக்குத் தக்கவாறு 2 வேளையும் கூட கொடுக்கலாம்.
- நவலோகபூபதி: 1 மாத்திரை வீதம் இஞ்சிச்சாறு, தேன் இவற்றில் அனுபானித்து 3 முதல் 5 நாட்கள் கொடுக்கலாம்.
- சூலைக் குடாரம்: இதில் 1 மாத்திரை காலையில் மட்டும் இஞ்சிச்சாறு, தேன் இவற்றில் அனுபானித்து 3 முதல் 5 நாட்கள் வழங்கலாம்.
- சலமஞ்சரி: இதில் 1/2 பணவெடை வீதம் காலை, மாலை இளநீர், பழச்சாறு, வெந்நீர், கரிசாலைக் குடிநீர் இவற்றில் ஏதேனுமொன்றில் கொடுக்கலாம். இது "கண்ணுசாமியம்" என்னும் நூலில் கூறப்பட்டுள்ள சிறந்த மருந்தாகும். இது நீர்க்கட்டு உண்டாகி துன்புறுத்தும் உக்காரச் சூலைக்கு நேர் மருந்தாகும்.
- சலோதாரி மணி: இதில் ஒரு மாத்திரை தேன் அல்லது பாலில் அனுபானித்துக் காலையில் மட்டும் 1 முதல் 3 நாட்கள் வழங்க மலம், நீர் கழியும். இது உக்காரச் சூலையில் பெரிதும் பயன்படும்.

மெழுகு

- இரசக்கெந்தி மெழுகு: இம்மெழுகில் சுண்டைக்காய் அளவு காலை, மாலை பனைவெல்லத்தில் பொதிந்து 1 மண்டலம் வரை சாப்பிட்டு வரவும். இம் மெழுகைச் சாப்பிடும் முன்னர் மோர் கலந்த சோற்றை உண்ணுவது நல்லது. எல்லா வகை சூலை நோய்களுக்கும் வழங்கலாம். முக்கியமாக மேகநோய் தொடர்பான சூலைக்கு மிகவும் சிறந்தது.
- இரசமெழுகு: இதில் மிளகளவு காலை மாலை பனைவெல்லத்தில் பொதிந்து 7 நாட்கள் சாப்பிட்டு, மறுபத்தியம் 7 நாட்கள் வைக்கவும். 15-ஆம் நாள் தலைமுழுக, மேகச் சூலை நீங்கும். பால், கஞ்சி, பால் சாதம் கொடுக்கலாம். உப்பில்லா பத்தியம் அவசியம். பனை வெல்லத்தில் அனுபானித்துக் கொடுத்து, உடன் இளநீரும் கொடுத்து வர குருதி மூத்திரம் நீங்கும்.
- நந்தி மை: இதில் தேற்றான்விதை அளவு பனைவெல்லத்தில் பொதிந்து காலை, மாலை 1 மண்டலமோ அல்லது குறைந்த நாட்களோ கொடுக்க எல்லா வகை சூலை நோய்களும் நீங்கும். குன்மச் சூலைக்குச் சிறந்த மருந்தென்பர்.
- நவஉப்பு மெழுகு: இதில் மிளகளவு காலையில் மட்டும் 1 முதல் 3 நாட்கள் பனைவெல்லத்தில் பொதிந்து விழுங்க, மலம் கழியும். குன்மச் சூலை, சூதகம் தொடர்பன சூலைகளுக்குச் சிறந்த மருந்தாகும்.
- நவாச்சார மெழுகு: கம்பி நவாச்சாரக் கட்டிக்குக் கீழாநெல்லி சமூலத்தை அரைத்து விரல்கனம் கவசம் செய்து அகலிலிட்டு மேலகல் மூடிச் சீலைமண் செய்து உலர்த்தி, 4 அல்லது 5 எருவில் புடமிட்டெடுக்கவும். பிறகு ஆகாசத் தாமரையை அரைத்த விழுதைக் கொண்டு புடம் போட்டு எடுத்த நவாச்சாரக் கட்டிக்குக் கவசம் செய்து அகலில் இட்டு மூடிச் சீலைமண் செய்து முன்போலப் புடமிடவும். இப்படி இதில் 2 புடங்கள் போட்டெடுத்து, ஒரு அயக்கரண்டியை நன்றாய்த் துலக்கிக் கொம்புக் கள்ளிப்பால் விட்டு அதில் நவாச்சாரக் கட்டியைப் பொடித்துப் போட்டு, தணல் மேல் வைத்துக் கிளறிக் கொண்டிருக்க நார் போல வரும். அதனை எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டு அரைக்க மெழுகாகும். அதனைச் சிமிழில் வழித்து வைக்க வேண்டும்.

  அளவு: இம்மெழுகில் குன்றியளவு காலையில் மட்டும் 1 வேளை, 1 முதல் 3 நாட்கள் பனைவெல்லத்தில் பொதிந்து விழுங்கச் செய்ய வேண்டும்.

சூதகச் சூலை, சூதகவாயு, சூதகக் கட்டு முதலியன குணமாகும்.

- வான்மெழுகு: இதில் உளுந்தெடை காலை, மாலை பனைவெல்லத்தில் பொதிந்து 3 அல்லது 5 நாட்கள் சாப்பிட, சூலை யாவும் நீங்கும். இம்மெழுகை விட்டு விட்டு பல முறை சாப்பிடலாம்.
- குமட்டி மெழுகு: இதில் 1 குன்றியளவு காலையில் மட்டும் 1 முதல் 3 நாட்கள் பனைவெல்லத்தில் பொதிந்து விழுங்க மலம் கழியும். சூதகச் சூலை, கற்பச் சூலை, நிதம்பச் சூலை ஆகியவற்றுக்கு மிக்க பயன் தரும்.
- இடிவல்லாதி: இதில் சுண்டைக்காயளவு காலை, மாலை 1 மண்டலம் சாப்பிட, சூலை நீங்கும்.
- சேங்கொட்டை இளகம்: சுண்டையளவு காலை மாலை இருவேளை 1 மண்டலம் சாப்பிடலாம்.
- பஞ்சசூத மெழுகு: பயறளவு எடுத்து மிளகுப்பொடியில் காலை, மாலை 3 நாட்கள் கொடுக்கலாம்.

பற்பங்கள்

- இரசப்பற்பம் 30 முதல் 60 மிகி.
- செம்புப் பற்பம் 30 முதல் 60 மிகி.
- நண்டுக்கல் பற்பம் 120 முதல் 180 மி.கிராம் எடுத்து நீரைப் பிரிக்கும் மூலிகைச் சாறு அல்லது குடிநீரில் அனுபானித்துக் காலை மாலை கொடுத்து வர, உக்காரச் சூலை குணமாகும்.

  இத்துடன் குங்கிலியப் பற்பம், படிகாரப்பற்பம், வெங்காரச் சுண்ணம் அல்லது வெடியுப்புச் சுண்ணம், கற்பூரசிலாசத்துப் பற்பம், நன்னாரி வேர்ப்பட்டைச் சூரணம் ஆகியவற்றுள் சிலவற்றைத் தக்க அளவில் சேர்த்து இளநீரில் கொடுக்க உக்காரச் சூலை விரைவில் குணமாகும். நீர் எரிச்சல், நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு முதலியன நீங்கும்.
- சங்குப்பற்பம், சிலாசத்துப் பற்பம், பஞ்சலவணப் பற்பம் முதலியவற்றைத் தக்க அளவில் சேர்த்து, அட்டாதி சூரணம் கலந்து தேனில் குழப்பி காலை மாலை 2 வேளை கொடுத்துவரக் குன்மச் சூலை, ஆமச் சூலை நீங்கும்.

செந்தூரங்கள்

- தாமிரச் செந்தூரம் 30 முதல் 60 மிகி.
- அயவீரச் செந்தூரம் 30 முதல் 60 மிகி.

- ❖ அயக்காந்தச் செந்தூரம் 30 முதல் 60 மிகி.
- ❖ ஆறுமுகச் செந்தூரம் 30 முதல் 60 மிகி.
- ❖ சுயமாக்கினிச் செந்தூரம் 30 முதல் 60 மிகி.
- ❖ சண்ட மாருதச் செந்தூரம் 30 முதல் 60 மிகி.
- ❖ பஞ்சபாடாணச் செந்தூரம் 30 முதல் 60 மிகி.
- ❖ காளமேக நாராயணச் செந்தூரம் 30 முதல் 60 மிகி.

இவைகளில் ஒன்றைத் தக்க அனுபானத்துடன் வழங்க வளிச்சூலை, மேகச்சூலை, முறிச்சூலை, உலர்த்துச் சூலை யாவும் தீரும்.

- ❖ சயகுலாந்தகச் செந்தூரம், பூரண சந்திரோதயம் போன்ற மருந்துகளை 30 முதல் 60 மி.கிராம் அளவில் தேனில் அனுபானித்துக் கொடுக்க இளைப்புநோய் தொடர்பாக வரும் பக்கச் சூலை மற்றும் உடலை வற்றச் செய்யும் பிற சூலை நோய்களும் நீங்கும்.

சூரணங்கள்

- ❖ பஞ்ச தீபாக்கினி சூரணம்
- ❖ அட்ட சூரணம்
- ❖ திரிகடுகு சூரணம்
- ❖ கறிவேப்பிலை சூரணம்
- ❖ சீரகாதி சூரணம்
- ❖ ஏலாதி சூரணம்

இவைகளில் ஒன்றை அதனதன் அளவுப்படி காலை, மாலை தனியாகவேனும் வேறு பற்ப , செந்தூரங்களுடன் சேர்த்தேனும் தேன் விட்டுக் குழப்பிச் சாப்பிட்டு வர, சூலை மற்றும் அதன் தொடர்பான அசீரணம், உப்புசம் முதலியன நீங்கும்.

இலேகியம்

- ❖ குன்மக் குடோரி இலேகியம்
- ❖ கேசரி இலேகியம்
- ❖ பஞ்ச தீபாக்கினி இலேகியம்
- ❖ வில்வாதி இலேகியம்
- ❖ கண்டங்கத்தரி இலேகியம்
- ❖ சீரகாதி இலேகியம்

- ❖ நெல்லிக்காய் இலேகியம்
- ❖ இஞ்சி இலேகியம்

இவைகளில் ஒன்றை அதனதன் அளவுப்படி மற்ற பற்ப, செந்தூரங்களுடன் சேர்த்து வழங்கலாம். இதனால் அழல்சூலை, ஆமச் சூலை, குன்மச் சூலை, பக்கச் சூலை, தூரச்சூலை, உலர்த்துச் சூலை முதலியன தீரும்.

நோயின் தீவிரத் தன்மை குறைந்து குணமாகியபின் உடலைத் தேற்றுவதற்காக அமுக்கரா இலேகியம், தேற்றான் இலேகியம், வெண்பூசணி இலேகியம் முதலியவற்றைத் தக்க அளவில் வழங்கலாம்.

வடகம்

- ❖ தாளிசாதி வடகம்: சுண்டையளவு வடகத்தைப் பொடித்துத் தேன் கலந்து காலை, மாலை கொடுக்கப் பக்கச் சூலை. குன்மச் சூலை ஆமச்சூலை முதலியன தீரும்.
- ❖ பிரண்டை வடகம்: ஒரு உருண்டையைப் பொடித்துத் தேனில் அல்லது மோரில் அனுபானித்துக் காலை, மாலை கொடுக்க ஆமச்சூலை, குன்மச் சூலை குணமாகும். பசித்தீ மிகும். உணவு எளிதில் சீரணமாகும்.
- ❖ கடுகுரோகணி வடகம்: ஒரு உருண்டையைக் காலை, மாலை முன்போலக் கொடுக்கப் பித்தச் சூலை குணமாகும்.
- ❖ கறிவேப்பிலை வடகம். முன் போலவே வழங்க குன்மச் சூலை, ஆமச் சூலை குணமாகும்.

சுண்ணம்

1. நவாச்சாரச் சுண்ணம் அல்லது கட்டு: கம்பி நவாச்சாரம் 5 பலம் ஒரே கட்டியாக எடுத்துக் கொண்டு அதற்குக் கவசம் செய்ய

வெடியுப்பு	4 பலம்
பூநீறு	3 பலம்
துருசு	2 பலம்
சீனாக்காரம்	4 பலம்
வெங்காரம்	6 பலம்
சவ்வீரம்	8 பலம்
சுத்தி செய்த அண்ட ஓடு	7 பலம்
சுத்தி செய்த பேரண்ட ஓடு	8 பலம்

இந்த எட்டு மருந்துகளையும் தூள் செய்து ஒன்றாய் முறைப்படி கலந்து, கல்வத்தில் நன்றாய்ப் பசைபோல அரைத்து நவாச்சாரக் கட்டிக்கு அங்கி பூட்டி, சீலைமண் செய்து உலர்த்தி ஒரு குழியில் காற்றில்லாவிடத்தில் 100 வறட்டியில் புடமிட்டு ஆறவிட்டெடுக்க நவாச்சாரம் கட்டாக இருக்கும். அது சுண்ணமாகவுமிருக்கும்.

இதில் அரிசி எடை எடுத்து, திரிகடுகுத் தூளுடன் தேனும் கலந்து இரு வேளை கொடுக்க, சூலை முதலான வளி நோய்கள் தீரும்.

- கறுவங்கச் சுண்ணம்: 120 முதல் 180 மி.கிராம் வரை இருவேளை பாலுடன் வழங்க வளிச்சூலை, மேகச்சூலை போன்றன நீங்கும்.
- வெடியுப்புச் சுண்ணம்: மேற்கண்ட அளவில் பாலுடன் உண்ண, சிறுநீரைக் கட்டுப்படுத்தி உடலை வீங்கச் செய்யும் குண்டிக்காய் உறுப்பின் பாதிப்புகளைக் கொண்ட உக்காரச் சூலை நீங்கும்.

வெளி மருந்துகள்

தைலம் தடவி ஒற்றடமிடுதல்

வளிச் சூலை, மேகச் சூலை போன்றவற்றில் மெழுகுத் தைலம் தடவலாம். இதற்கு ஒற்றடம் தேவையில்லை. மற்றத் தைலங்களான வாதகேசரித் தைலம், அர்க்கட்சிரத் தைலம், சடாமாஞ்சில் தைலம், குக்கில் தைலம், விடமுட்டித் தைலம் ஆகியவற்றில் ஏதேனுமொன்றை வலியுள்ள இடங்களில் தடவவும் தவிடு, நொச்சியிலை, முடக்கத்தானிலை, வாதமடக்கியிலை, சிற்றாமணக்கிலை, இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றை ஆமணக்கெண்ணெய் தெளித்து வதக்கிப் பொட்டலம் கட்டி ஒற்றடம் இடலாம்.

உணவு

வாயுவைப் பெருக்கக்கூடிய உருளை, சேப்பங்கிழங்கு, வாழைக்காய், மாமிசம், தட்டைப் பயறு, மொச்சை முதலாய ஆகாரங்களை நீக்கி இலகுவான உணவுகளை அருந்தவேண்டும். ஆமச்சூலை, குன்மச்சூலை போன்ற நோய்களில் கஞ்சி வடிவான ஆகாரம் கொள்ளுதல் நன்று.

பக்கச்சூலைக்கு மருத்துவம்

கழிச்சலுக்கு

சுரம் இருந்தால் அட்டபைரவ மாத்திரை ஒன்று அல்லது இரண்டைக் காலையில் கொடுக்கலாம். சுரம் இல்லாவிடில் மாந்த எண்ணெய் 5மிலி. காலையில் மட்டும் வழங்கலாம்.

உள் மருந்துகள்

மாத்திரை

விட்ணுசக்கரமாத்திரையில் 1 அல்லது 2 மாத்திரையை, 1 வேளை அல்லது 2 வேளை இஞ்சிச் சாற்றில் வழங்கவும்.

பற்பம்

முத்துச்சிப்பிப் பற்பத்தை 60 மிகி. முதல் 120 மிகி. வரை பாலுடன் 3 வேளை கொடுக்கலாம்.

சூரணம்

திரிகடுகு சூரணம் அல்லது தாளிசாதி சூரணம் 300 முதல் 600 மிகி. வரை 2 வேளை தேனுடன் உண்ணலாம்.

குடிநீர்

ஆடாதோடைக்குடிநீர் அல்லது அரத்தைக் குடிநீர் 30 மிகி. முதல் 60 மிகி. வரை தேனுடன் 2 வேளை பருகலாம்.

செந்தூரம்

பூரண சந்திரோதயம் 30 முதல் 60 மிகி. சயகுலாந்தகம் 30 முதல் 60 மிகி. இலிங்கச் செந்தூரம் 60 முதல் 120 மிகி.

கருப்பு

கஸ்தூரி கருப்பு 100 முதல் 200 மிகி. தாளகக் கருப்பு 60 மிகி.

வடகம்

தாளிசாதி வடகத்தை வாயிலடக்கிக் கொள்ளவும். சுக்கு, மிளகாய்க் காம்பு, காயம், கடுகு, எள் இவற்றை நீர் அல்லது சாராயம் விட்டரைத்துப் பற்றிடவும்.

உணவு

குளிர்ச்சியான பொருளை நீக்கி, கஞ்சி உணவு கொள்ளலாம்.

கரபாதச்சூலை

கழிச்சலுக்கு

திராட்சாதிக் குடிநீர் 100 மிலி. காலையில்.

உள் மருந்து

பற்பம்

முத்துச்சிப்பிப் பற்பம் 60 முதல் 120 மிகி. 3 வேளை பாலுடன்.

செந்தூரம்

அயக்காந்தம், ஆறுமுகம், அன்னபேதி 120 முதல் 180 மிகி. ஏதாவதொன்று 2 வேளை தேனுடன்.

இலேகியம்

அமுக்கரா இலேகியம் 5 கி. 2 வேளை.

வெளி மருந்து: குங்கிலியத் தைலம், அருகன் தைலம், மருதோன்றி கற்கம் ஆகியவற்றை அரைத்து உள்ளங்கை, உள்ளங்காலில் தடவலாம்.

மேகச்சூலை வளிச்சூலைக்கு

கழிச்சலுக்கு

மேகநாதத் தைலம் 30 மிலி

வாதநாசத் தைலம் 30 மிலி

மெருகுள்ளித் தைலம் 15 மிலி

அகத்தியர் குழம்பு 30 மிகி

சித்தாதி எண்ணெய் 5 துளி

காக்கட்டான் மாத்திரை 1 அல்லது 2 மாத்திரை

இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்று.

உள் மருந்து

செந்தூரம்

அயவீரச் செந்தூரம்

ஆறுமுகச் செந்தூரம்

சூலை நோய்

சண்டமாருதச் செந்தூரம்

இவற்றில் ஏதேனுமொன்று 60 முதல் 120 மிகி. அளவில்.

இரசகந்தி மெழுகு

வான்மெழுகு

இடிவல்லாதி மெழுகு

நந்தி மெழுகு

இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்று 200 மிகி. அளவில், 2 வேளை பனைவெல்லத்துடன் வழங்க வேண்டும்.

உடலில் வீக்கமிருப்பின் நீர்முள்ளிக் குடிநீரைத் தக்க அளவில் வழங்க வேண்டும். சுரமிருப்பின் சிற்றாமுட்டிக் குடிநீர் வழங்கலாம்.

வெளிமருந்து

குக்கில் தைலம், வாதகேசரித் தைலம், மெழுகுத் தைலம்

போன்ற தைலங்களைத் தடவலாம். தேவைப்படின் நொச்சி அல்லது தழுதாழையைக் கொண்டு ஒற்றடமிட வேண்டும்.

உணவு

வளித் தாதுவை மிகுதிப்படுத்தும் உணவுப் பொருட்களை நீக்க வேண்டும்.

தூரச்சூலை, கற்பச்சூலை, நிதம்பச் சூலைக்கு மருந்து

இந்நோய்களில் கீழ்க்கண்ட மருந்துகள் நல்ல பயன் அளிக்கும்:

பட்டுக்கருப்பு

அன்னபேதி

திரிகடுகு

குன்மகுடோரி மெழுகு

குமட்டி மெழுகு

குமட்டி உப்பு

இவற்றுடன் சூலைக்கான பிற மருந்துகளான இடிவல்லாதி, இரசக்கந்தி மெழுகு முதலியனவும் வழங்கலாம்.

உக்காரச் சூலைக்கு மருத்துவம்

கழிச்சலுக்கு: மூலக்குடாரத்தைலம் 15 முதல் 30 மிலி. வழங்கலாம். அல்லது காக்கட்டான் மாத்திரை 1 அல்லது 2 மாத்திரை மட்டும் வழங்கலாம்.

உள் மருந்து

சலோதாரி மணி 1 மாத்திரை

சலமஞ்சரி 1 மாத்திரை

வெடி அன்னபேதிச் செந்தூரம்

வெடியுப்புச் சுண்ணம்

குக்கில் பற்பம்

சிலாசத்துப் பற்பம்

நண்டுக்கல் பற்பம் 120 மிகி. இவை ஏதேனுமொன்றை 3 வேளை பாலுடன் கொடுக்கலாம்.

விரால் மீன் தலைக்கல் பற்பம் 100 முதல் 200 மிகி. வழங்கலாம்.

"அகத்தியர் வைத்திய சிந்தாமணி வெண்பா 4000" என்னும் நூலில் கூறப்பட்ட சூலை நோய்க்கான மருத்துவ முறைகள் வருமாறு:

- ❖ பிரப்பங் கிழங்கு 3/4 பலம், திப்பிலி மூலம் 1/4 பலம், பறங்கிப்பட்டைத்தூள் 1/2 பலம். இவற்றைக் குடிநீரிட்டுக் குடிக்க உட்காரசூலை தீரும்.
- ❖ கடுகுரோகணியை இஞ்சிச் சாற்றில் அரைத்துத் தடவ சூலை, இசிவு, மார்புவலி தீரும்.
- ❖ சீதேவி செங்கழுநீர் வேரை அதன் இலைச்சாற்றால் அரைத்துக் காய்ச்சிப் பற்றிட மூட்டுவலி, பிடிப்பு, சூலை தீரும்.
- ❖ வசம்பு சுட்ட சாம்பலுடன் சுக்கு சேர்த்து முருங்கைப்பட்டைச் சாற்றால் அரைத்துக் காய்ச்சி வலிக்கும் இடங்களில் பற்றிட வலி நீங்கும்.
- ❖ நுணா, இலுப்பை, பொடுதலைச் சாறு எண்ணெய் வகைக்கு 1 படி. இவற்றைக் காய்ச்சி 1 மாகாணி தினம் குடிக்கச் சூலை தீரும்.
- ❖ சுக்கு, கறுங்கொள்ளு, சித்திரமூலம், ஆயில்பட்டை. இவற்றைக் கொண்டு குடிநீர் செய்து குடிக்க வளிச்சூலை தீரும்.
- ❖ பாலில் சுத்தி செய்த கந்தகத்திற்கு 4இல் 1 பங்கு மிளகுப் பொடி சேர்த்தரைத்து இலுப்பை இலைச்சாறு, எள்ளெண்ணெய் இவற்றுடன் சேர்த்து 1/4 பலம் தூவிக் குடிக்க வேண்டும்.

- கல்லுப்பு 10 பலம், தாளகம் 1 பலம். இவற்றைப் பொடி செய்து ஒரு குகையில் இட்டு வாய்மூடி சீலைமண் செய்து கொல்லன் உலையில் வைத்து 4 நாழிகை ஊதவேண்டும். பின் அதிலிருந்து எடுத்த மருந்தைக் குன்றியளவாக உண்ண வளிச்சூலை தீரும்.
- வெங்காரம், இந்துப்பு, வெற்றிலைச்சாறு, திப்பிலி, பூண்டுத்தைலம், விளக்கெண்ணெய், பெருங்காயம் சம அளவு சேர்த்துண்ண, வளிச் சூலை தீரும்.
- வசம்பு 1/2 பலம், சுக்கு 1/4 பலம், ஓமம் 1/4 பலம் எடுத்துக் குடிநீரிட்டுக் கொண்டு அத்துடன் 1 பலம் பெருங்காயம் சேர்த்து அருந்த தூரச் சூலை தீரும்.
- சாறணை வேரைத் தயிரில் அரைத்து இடுப்பில் பூசி அனலில் காட்ட இடுப்புவலி தீரும். இவ்வாறே சிவதை வேரையும் செய்யலாம்.

2

குன்மம்

முன்னுரை

'வாதபந்தமலாது குன்மம் வாராது' என்று தேரன் கூறியதற்கிணங்க, குன்மம் என்ற நோய் வளியின் கேட்டால் உண்டாவது என்பதை அறியலாம். வயிற்றில் காற்று கூடி உருண்டையைப் போல் திரண்டுருண்டு இங்குமங்குமாக உலாவித் துன்புறுத்தும் இயல்பு உடையதால் இந்நோய்க்குக் குன்மம் எனப் பெயரிட்டனர் போலும்.

இந்நோயில் உண்ட உணவு செரியாது. உண்ட சிறிது நேரத்திற்கெல்லாம் வயிற்றில் தாங்க முடியாத எரிச்சலையும் வலியையும் உண்டாக்கி, உண்ட உணவை வாந்தியெழச் செய்து, உட்சென்ற உணவைப் பயனற்றதாக்கும். அதனால் உடலின் வன்மை நாளுக்குநாள் மெலிவடைந்து கொண்டே வந்து உடல் குன்றும். குன்றிய உடலின் அளவாக மனமும் குன்றும். எனவே உடலையும் மனதையும் குன்றச் செய்யும் இயல்புடைய இந்நோய்க்குக் குன்மம் எனப் பெயரிட்டதாகவும் கூறுவர்.

நோய் தோன்றும் காரணம்

- மிகுதியும் சூடுள்ள பொருட்களையும் வாயுப் பொருட்களையும் மண், உமி, கல், தூசு, மயிர், நெல்லின் மூக்கு ஆகியவை கலந்த பொருட்களையும் உண்ணல்
- சுனைநீர், ஓட்டமற்ற நீர், சுண்ணாம்பு கலந்த நீர் ஆகியவைகளை அருந்துதல்
- தேங்காய்ப் பால் போன்ற மந்தப் பொருள்களை மிகுதியும் கொள்ளல்
- அடிக்கடி சினம் கொள்ளல்

- ❖ பட்டினி இருத்தல்
- ❖ மனச்சலிப்பு
- ❖ துக்கம் ஆகியவற்றால் இந்நோய் உண்டாகும்.

மேற்கூறிய காரணங்களால் மாசு படிந்து கிருமிகள் உண்டாகி வயிற்றினுள் சுரக்கும் நொதிகள், அமிலங்கள் முதலியவற்றில் மாறுபாடுகளை ஏற்படுத்தி, அங்குள்ள உதானன், சமானன் ஆகிய வாயுக்களைக் கேடடையச் செய்து, வலி, எரிச்சல், சீரணக்கேடு, வாந்தி முதலியவற்றை உண்டு பண்ணும். யோகாசனம் செய்வோர் மூச்சை அடக்குவதாலும் இந்நோய் உண்டாகும் என்று கூறுவர்.

இந்நோயில் வயிற்றில் உள்ள சமாக்கினி தீட்சணாக்கினியாகவோ, மந்தாக்கினியாகவோ மேற்கண்ட காரணங்களால் மாறுபாடு அடைகின்றது. எனவே இயற்கையாகச் செயல்பட வேண்டிய செரிமானத் தொழில் பாதிப்படைவதுடன், வயிற்றில் புண் ஏற்பட்டுத் தாங்க முடியாத வலியை ஏற்படுத்தும். இதனை முதலிலேயே சரியாகக் கவனிக்கத் தவறும் பொழுது அதுவே கட்டியாகவும், புற்று நோயாகவும் மாறக் கூடிய நிலை உண்டாகும்.

வகைகள்

"யூகி வைத்திய சிந்தாமணி 800" என்னும் நூலில் குன்மம் எண் வகையாகக் கூறப்படுகிறது. அவையாவன:

1. வளி குன்மம்
2. அழல் குன்மம்
3. ஐயக் குன்மம்
4. சன்னி (முக்குற்றக்) குன்மம்
5. வாயு (கால்கள்) குன்மம்*
6. எரி குன்மம்
7. சத்தி (வாந்தி) குன்மம்
8. வலி குன்மம் எனப்பனவாகும்

---

* கால்கள்: உயிர்க்கால் (பிராணன்), கீழ்நோக்குக்கால் (அபானன்), மேல்நோக்குக்கால் (உதானன்), பரவுகால் (வியானன்) முதலியன.

திரிகண்ட முனிவர் எண் வகைக் குன்மங்களைக் கீழ்க்கண்டவாறு கூறுகிறார்:

1. வளி குன்மம்
2. அழல் குன்மம்
3. ஐயக் குன்மம்
4. வளி அழல் குன்மம்
5. வளி ஐயக் குன்மம்
6. அழல் ஐயக் குன்மம்
7. திரிதோடக் குன்மம்
8. இரத்தக் குன்மம்

இவர் இரத்தக் குன்மத்தை மேலும் இருவகையாக இரத்தவாதக் குன்மம், இரத்தவாதப் பித்தக் குன்மம் எனப் பிரிக்கிறார்.

சில நூல்களில் குன்மத்தை:

1. சாமானிய வளி குன்மம்
2. சாமானிய அழல் குன்மம்
3. சாமானிய ஐயக் குன்மம்

என மூன்று வகையாகத் தொகுத்துள்ளனர். வேறு சில நூல்களில் எண் வகைக் குன்மங்களைக் கீழ்க்கண்ட பெயரில் வழங்கியுள்ளனர்:

1. வளி குன்மம்
2. அழல் குன்மம்
3. ஐயக் குன்மம்
4. முத் தாது வேறுபாடு குன்மம்
5. பாயுறு குன்மம்
6. எரி குன்மம்
7. வாந்தி குன்மம்
8. வலி குன்மம் என்பனவாகும்.

வேறு சில நூல்களில் எண் வகைக் குன்மங்களில் சூலை குன்மம் என்பது ஒருவகையாகக் கூறப்பட்டுள்ளது. இதை வாயு குன்மத்துக்கு ஒப்பானது என்று

கூறுவர். முத்தாதுக்களின் பாதிப்பின் அடிப்படையில் குன்ம வகைகளைத் திருமூலர் கீழ்க்கண்டவாறு பிரித்துக் கூறுகிறார்:

I. வளித் தாது பாதிப்பால் பிறக்கும் குன்மம்:

1. வளி குன்மம்
2. வாயு குன்மம் (சூலை குன்மம்)
3. வலி குன்மம்

II. அழல் தாது பாதிப்பால் பிறப்பன:

1. எரி குன்மம்
2. வாந்தி குன்மம்
3. அழல் குன்மம்

III. ஐயத் தாது பாதிப்பால் பிறப்பன:

1. ஐயக் குன்மம்
2. சன்னி குன்மம்

குறிகுணங்கள்

யூகி முனிவர் பிரிவுப்படியான எண் வகைக் குன்ம நோய்களின் குறிகுணங்களாவன:

1. வளி குன்மம்

- உணவு செல்லாமை
- வயிற்றில் வலி
- உடல் வன்மை குறைதல்
- நடக்க முடியாமை
- மலம் செல்லாது கட்டுப்படல்
- உடல் முழுதும் வலித்தல்
- சோர்வு, மயக்கம், உழலை (நீர்வேட்கை) முதலியன காணல்
- நாவறட்சி
- உடல் கனத்துக் காணுதல்
- உடல் பலம் குன்றுவதால் கை, கால் ஓய்ந்து போதல்

❖ இந்நோய் 20 வயது முதல் 30 வயது வரையிலும் (வளிக் காலம்) உண்டாகும். இந்நோயில் உணவு உண்டபின் கொடிய வயிற்றுவலியும் வாந்தியும் உண்டாகும. வாந்திக்குப்பின் வலி சற்றுக் குறையும். வாந்தியில் சிறிது குருதியும் வெளியாகும். அக்குறுதி கறுத்திருக்கும். நாட்கள் சென்றால் ஆயுட்காலம் பூராவும் செரியாமையை உண்டாக்கும். பசியிருப்பினும் சாப்பிடப் பிரியம் இராது. சாப்பிட்டாலும் உடனே கட்டாயமாய் வாந்தி செய்விக்கத் தோன்றும்.

2. அழல் குன்மம்

❖ இந்நோயில் எழுந்த அழல் குற்ற மிகுதிக்கேற்ப வயிற்றில் எரிச்சலை உண்டாக்கி, வாய் குமட்டிக் குமட்டி வாந்தி செய்யும். வாந்தியுடன் கோழையும் பித்தமும் கலந்து காணும்.

❖ வாந்திக்குப் பின் மயக்கம் உண்டாகும்.

❖ வாந்தியாக ஆக நெஞ்சிலும் வயிற்றிலும் எரிச்சல் மிகுதியாகி, மேல் வயிறு வலிக்கும்.

❖ சிறுநீர் சிவந்து காணும்.

❖ நீர்வேட்கை அதிகமாகும்.

❖ தலை சுற்றும்.

❖ எரு கட்டுப்படும்.

❖ உண்ட உணவு வாந்தியாக வெளியாகி விடுவதால் உடல் வன்மை குறைந்து குருதி கேடடைந்து உடலை மஞ்சளிக்கச் செய்யும்.

❖ உடல் சூடாய்த் தோன்றும்.

❖ கை, கால் ஓய்ந்து காணும்.

❖ வெயிலில் செல்ல, தலை சுற்றல் காணும்.

❖ நோய் முதிர முதிர சாப்பிட்ட சிறிது நேரத்தில் வயிறு மிகுதியாய் வலிக்கும்.

❖ வயிறு கனக்கும்.

❖ பசித்தீ கேடடைந்து புசிப்பில் வெறுப்புண்டாகும்.

❖ சுவையின்மை, நாவறளல், அயர்ச்சி, சோம்பல், தலைநோய், தூக்கமின்மை, புளித்தேப்பம் முதலிய குறிகுணங்கள் தோன்றும்.

இந்நோய் முப்பது முதல் 50 வயது வரை வரக்கூடியதெனச் சிலர் கூறுவர்.

3. ஐயக் குன்மம்

- உணவில் வெறுப்புண்டாக்கும்.
- உடலின் ஊட்டத்தைக் கெடுத்து, உடலை இளைக்கச் செய்து வெளுப்பாக்கும்.
- தலை சுற்றும்.
- நெஞ்சு புகைக்கும்.
- நடுக்கம் ஏற்படும்.
- அடிக்கடி திடுக்கிடல் உண்டாகும்.
- ஐயக்காலமாகிய முதுமையில் இந்நோய் தோன்றுமாயின் கெடுதிகள் பல செய்யும். அவைகள்: உண்ட உணவு செரியாமல் அகட்டிலேயே தங்கிப் புளித்து, புலால் மணத்தோடு கூடி வாந்தியாக வெளியே வருமே தவிர, கீழ்நோக்கி வெளியாகாது.
- வயிறு மத்தளம் போல் உப்பி ஏப்பமுண்டாகும்.
- வயிற்றுள் நீர் நிறைந்து உடல் அசையும் போதெல்லாம் ஒலி செய்யும்.
- அடிக்கடி வெள்ளோக்காளம் வரும்.
- வயிற்றுள் தங்கிய காற்று உருண்டை போல் உலாவுவதுமுண்டு.
- மேற்சொன்ன குறிகுணங்களுடன் வயிறு இடைவிடாது வலிக்கும்.
- குருதி வாந்தி மிகுதியும் உண்டாகும்.
- நாளுக்கு நாள் உடல் மெலிவடையும்.
- இது அகட்டில் (வயிற்றில்) உள்ள புற்றுநோயோ என நினைப்பதற்கு இடம் உண்டாகும்.

4. சன்னி (முக்குற்றக்) குன்மம்

- உணவைச் சரியாக உண்ணமுடியாது.
- மயக்கமும், தியக்கமும், குளிரும் உண்டாகும்.
- அடி வயிறு இரைச்சலுடன் காணும்.
- வாயில் நீர் ஊறிக் கொண்டேயிருக்கும்.
- வயிறு உப்பி இரைந்து வெப்பமாக மலம் கழியும்.
- வாய் நீர் உப்புக் கரிக்கும்.
- நெஞ்சு புகைந்து காணும்.

- மூச்சு விட முடியாமல் திக்குமுக்காடும்.
- தேகம் குளிர்ந்து காணும்.

5. வாயு (கால்) குன்மம்

- உண்ட உணவு செரியாமல் உண்டது போலவே வாந்தியாகச் செய்யும்.
- உணவில் வெறுப்புத் தோன்றி சாப்பிட விருப்பமிராது.
- உண்ட உணவு சிறிதாயினும், வயிறு காற்றடங்கிய துருத்தி போல உப்பி உடல் வன்மை குறையும்.
- நடக்க முடியாமல் ஓய்ச்சல் உண்டாகும்.
- உடல் வியர்க்கும்.
- வயிற்றுள் காற்று மிகுந்து புரண்டு வில்லைப் போல இழுத்துப் பிடித்துக் கொண்டு தாங்க முடியாத வலியை உண்டாக்கும்.
- வளித்தாது மிகுந்து அகட்டைக் கேடடையச் செய்து, கீழ்நோக்குக்கால் தூண்டப்பட்டு, உண்ட உணவைச் செரிப்பிக்காதபடி வயிற்றை நோகச் செய்யும். அச் செரியா உணவால் நெஞ்சு குத்தல், குடலை முறுக்குவது போல் வலி உண்டாதல் என்ற குறிகளைக் காட்டும்.

6. எரி குன்மம்

- உணவு உட்கொண்ட சிறிது நேரத்திற்கெல்லாம் வயிற்றில் தாங்க முடியாத எரிச்சலை உண்டாக்கி, வயிற்றை முறுக்கியது போன்ற வலியைத் தரும்.
- வாய் நீர் சுரக்கும்.
- தலை வலிக்கும்.
- புளித்தேப்பம் உண்டாகும்.
- வயிறு ஊதி இரைந்து கழியும்.
- மயிர்க்கால் தோறும் வெடிக்கும்.
- வியர்வை உண்டாகும்.
- உடலெங்கும் எரிச்சல் காணும்.
- குடல் இளைக்கும்.

7. சத்தி (வாந்தி) குன்மம்

- உண்ட உணவு செரியாமை
- வாந்தி
- மயக்கம், திக்குமுக்காடல்
- வயிறு வலித்தல்
- வயிற்றுப் பொருமல் உண்டாகுதல்
- மலக்கட்டு காணல்
- உடலில் அனல் வீசுவதுபோல் தோன்றல்
- நடக்க முடியாமை
- சுவையின்மை
- நரம்புகளெல்லாம் புடைத்துத் திமிர் உண்டாதல் என்னும் குறிகுணங்களைக் காட்டும்.

8. வலி குன்மம்

- வயிற்றில் சென்ற உணவு செரியாமல் அத்துடன் காற்றும் கூடி வயிறு ஊதும்.
- உடல் தோல் சுருங்கி இளைக்கும்.
- மனந்தளரல்
- தூக்கம் குறைதல்
- உணவில் வெறுப்புண்டாதல்
- வயிறு இரைந்து கழிதல்
- விலாப் பக்கத்தில் முள் செருகியது போலக் குத்தல்
- முதுகுத் தண்டும் இடுப்பும் வலித்தல்
- உடல் முழுமையும் வலித்தல்
- அடிக்கடி சுரம் உண்டாதல்
- பொய்ப்பசி காணுதல் முதலியன இதன் குறிகுணங்களாம்.

உயிர்த்தாதுக்களின் பாதிப்பின் அடிப்படையில் பிரிக்கப்பட்ட எண் வகைக் குன்மங்களின் குறிகுணங்கள் 'சரபேந்திரர் வைத்திய முறை'யில் பின்வருமாறு விளக்கப்பட்டுள்ளன:

1. வளி குன்மம்

- ❖ நோய் உண்டாகும் இடமும், வலி காணும் இடமும் நிலையாக இல்லாமல் மாறிக்கொண்டே இருக்கும்.
- ❖ வாயுவும் மலமும் கட்டும்.
- ❖ தொண்டை, வாய் உலர்ந்து போகும்.
- ❖ தேக நிறமும் மலமும் செம்மை கலந்த கருமையாகும்.
- ❖ குளிர்ச்சுரம் காணும்.
- ❖ வயிறு, மார்பு, விலா,தலை, தோள்ஆகிய இடங்களில் வலியுண்டாகும்.
- ❖ உண்ட உணவு சீரணித்த பின்னர் துன்பம் அதிகப்படும்.
- ❖ மீண்டும் சாப்பிட்டவுடன் வலி குறையும்.

2. அழல் குன்மம்

- ❖ சுரம், தாகம் உண்டாகும்.
- ❖ முகம், உடம்பு முதலியன சிவந்து காணும்.
- ❖ உணவு சீரணிக்கும் சமயத்தில் வயிற்றில் கடுமையான வலி உண்டாகும்.
- ❖ அதி வியர்வை, எரிச்சல் உண்டாகும்.
- ❖ வயிற்றைத் தொட்டுப் பார்க்கத் தாங்கமுடியாத வலி காணும்.

3. ஐயக் குன்மம்

- ❖ உடல் அசைவற்றுப் போதல்
- ❖ குளிர் சுரம்
- ❖ உடல் வலுவிழத்தல்
- ❖ இதயத் துடிப்பு
- ❖ இருமல்
- ❖ குருதியின்மை
- ❖ உடல் கனத்தல்
- ❖ உடல் குளிர்ந்து போதல்
- ❖ வலி குறைவாகவே இருத்தல்
- ❖ வயிற்றில் குன்மமென்னும் கட்டிக் கடினமாகவும் உயர்ந்தும் காணுதல் என்பன தோன்றும்.

4. வளி அழல் குன்மம்
5. வளி ஐயக் குன்மம்
6. அழல் ஐயக் குன்மம்

இம் மூன்று வகைக் குன்மங்களிலும் பாதிக்கப்பட்ட தாதுக்களின் குறிகுணங்கள் கலந்து காணும்.

7. சந்நிபாதக் குன்மம்

- ❖ மிகக் கடுமையான வலி வயிற்றில் காணும்.
- ❖ வயிற்றில் எரிச்சல் தோன்றும்.
- ❖ குன்மக் கட்டி கல்லைப் போலக் கெட்டியாகவும் பருத்தும் இருக்கும்.
- ❖ விரைவில் அதுவே பக்குவாகி வெடிப்புக் காணும்.
- ❖ சீக்கிரத்தில் பலவீனம் உண்டாகிப் பசித் தீயும் குறைவுபடும்.
- ❖ இது அசாத்திய நோயாகும்.

8. இரத்தக் குன்மம்

- ❖ இது பெண்களுக்கே வரக்கூடியது.
- ❖ இருது (பூப்பு) தோடங்கள் போன்ற காரணங்களால் கர்ப்பம் போன்ற சின்னங்கள் ஏற்படும்.
- ❖ 10 மாதங்கள் கழிந்த பின்பே சிகிச்சை செய்ய வேண்டும்.

மருத்துவம் செய்யும் முறை

ஏற்கனவே கூறியவாறு 'வாத பந்தமலாது குன்மம் வாராது' என்பதால் இந்நோயில் முதலில் கேடடைவது வளித் தாதுவேயாகும். அத்தாது கேடடைவதால் அதன் அங்கங்களான வாயுக்கள் அல்லது கால்கள் கேடடைகின்றன. இவற்றுள் மேல்நோக்குக்கால் என்னும் உதானன் கேடடைவதால் வாந்தி, விக்கல், ஏப்பம் போன்ற துன்பங்கள் உண்டாகின்றன. கீழ்நோக்குக்கால் என்னும் அபானன் கேடடைவதால் மலக்கட்டு அல்லது கழிச்சல், வாயு வெளியாகாமல் வயிறு உப்பல், வயிறு புரட்டல் முதலிய குறிகுணங்கள் தோன்றும். வயிற்றில் உள்ள நடுக்கால் என்னும் சமானன் கேடடைவதால் அசீரணம், வயிற்றில் வலி, எரிச்சல், செரியாமை, வயிற்றுமந்தம் முதலிய குறிகுணங்கள் உண்டாகும். உண்ட உணவு சரியாகச் செரித்து உடலில் சேரவொட்டாத சூழ்நிலையில் வியானன் என்னும் பரவுகாலும் கேடடைந்து கை,

கால் சோர்வு, அழற்சி, உடல் மெலிந்து குன்றிப்போதல் போன்ற குறிகுணங்கள் உண்டாகின்றன.

வயிற்றில் உறையும் தீயின் தன்மை சாதாரண நிலையில் சமாக்கினி என்ற நிலையில் இருக்கவேண்டும். இந்நோயில் அந்நிலை மாறி மந்தாக்கினி என்ற தீயின் குறைவுபட்ட நிலையில் சில நேரங்களில் காணப்படும். அந்நிலையில் பசியின்மை, மந்தம், உணவு செரியாமை முதலியன எற்படும். எரி குன்மம் போன்ற அழல் பாதிக்கப்பட்ட குன்ம நோயில் இத்தீயின் அளவு அதிகரித்து தீட்சணாக்கினி என்னும் நிலையை அடைந்து வயிற்றில் எரிச்சல், வலி, வயிறு புண்ணாதல், உண்ட உணவு பித்தத்துடன் வாந்தியாதல், சில நேரங்களில் குருதியும் வெளியாதல் போன்ற நிலை காணப்படும்.

இவ்வாறு பாதிக்கப்பட்ட வளி, அழல் ஆகியவற்றின் தன்மையை அறிந்து அவற்றைத் தன்னிலை படுத்துவதற்காக வாந்தி அல்லது கழிச்சல் முறைகளைப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

குன்ம நோயில் வாந்தி, கழிச்சல் போன்றன நோயின் குறிகளாகக் காணப்படின் இதைத் தவிர்த்து சந்தர்ப்பத்திற்கு ஏற்றாற்போல மருத்துவம் செய்தல் வேண்டும். வயிற்று மந்தம், செரியாமை, புளித்தேப்பம், வாய் நீர் ஊறல் போன்ற குறிகுணங்கள் காணப்படுமாகில் அந்நிலையில் வாந்தி செய்விக்கலாம்.

வாந்தி செய்விக்கப் பயன்படும் மருந்துகள்

1. வாந்தியை உண்டாக்குவதற்குச் சஞ்சீவி மாத்திரை ஒன்றைத் தேனிலிட்டு உரைத்துச் சிறிது இலைக்கள்ளி இலையை வரகு வைக்கோலின் அனலில் வாட்டிப் பிழிந்த சாற்றுடன் காலையில் கொடுக்க வாந்தியாகும். மலக்கட்டும் நீங்கி பேதியாகும்.

2. வசம்பைத் தட்டி முறைப்படி குடிநீராக்கியதில் ஒரு சங்கினளவு புகட்ட வாந்தியாகும்.

3. கடுகு, அழவணவேர், சுக்கு, கோஷ்டம் வகைக்கு ஓரளவாகக் கொண்டு முறைப்படி குடிநீராக்கியதை கால் முதல் அரை ஆழாக்கு வரை கொடுக்க வாந்தியாகும்.

கழிச்சல் செய்விக்கப் பயன்படும் மருந்துகள்

வளி மீறலைத் தன்னிலைப் படுத்தவும், மலக்கட்டு, வயிறு உப்புசம், வயிறுபுரட்டல் போன்ற குறிகுணங்கள் மேலோங்கி இருக்கும் நிலையிலும் கழிச்சலுக்கு மருந்துகள் கொடுத்துச் சரிப்படுத்துவது அவசியம். அதே சமயம்

இந்நோயில் வயிறு புண்பட்ட நிலையில் காணப்படுமாகையால், அதை மேலும் பாதிக்காமல் இருக்கும்படியான எளிய பேதி மருந்துகளையே கையாளுதல் வேண்டும். அவை பின்வருமாறு:

1. சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சித்திரமூலவேர், முப்பட்டைக் கள்ளி வேர்ப்பட்டை வகைக்குப் பலம் அரைக்காலாகக் கொண்டு ஒன்றிரண்டாக இடித்துக் குடிநீராக்கி வடித்துக் கொண்டு அதில் 1/4 முதல் 1/2 ஆழாக்களவு எடுத்து அதில் இந்துப்பு, நவாச்சாரம், கரியுப்பு ஓரளவாகப் பொடித்து ஒரு சிட்டிகையளவு கூட்டி உண்ண கழிச்சலையும், ஒரு முறை வாந்தியையும் எழச் செய்யும்

2. பேரீச்சங்காய், கொட்டைத் திராட்சை, சீரகம், ஓமம், சீந்தில் தண்டு, வெட்டிவேர், நிலாவாரை, அதிமதுரம், கடுகுரோகணி ஆகியவைகளை ஓரளவாகக் கொண்டு குடிநீரிட்டதில் அரை ஆழாக்குக் கொண்டு அதில் பனங்கற்கண்டும் இந்துப்பும் சிறிது கூட்டிக் கொடுக்கக் கழிச்சலுண்டாகும். இது அழல் தாது பாதிப்பால் வரும் குன்ம நோய்க்குத் தகுந்ததாகும்.

3. கொம்புக் கள்ளியைச் சுட்டெடுத்த சாம்பல், கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கோஷ்டம், அக்கரகாரம், அதிமதுரம், சிவதை வேர், கடுக்காய், நெல்லிவற்றல், தான்றிக்காய் வகைக்கு ஓரளவாகக் கொண்டு இடித்ததில் இந்துப்பு சிறிது கூட்டிக் கொடுக்கக் கழிச்சலாகும்.

4. பிரண்டை வற்றல், சிற்றாமுட்டி, சீரகம், ஓமம், சுக்கு, மிளகு, சித்திரமூலம், பெருங்காயம், சிவதை வேர், சதகுப்பை, காட்டு எள்ளு வகைக்கு பலம் இரண்டு. கூகைநீறு பலம் பத்து. ஒரு சாலில் இரண்டுபடி நீரிட்டு அதில் 5 பலம் எடையுள்ள கள்ளியை சிதைத்து நீரிலிட்டு அத்துடன் அரைப்படிப் பசுந்தயிர் கூட்டிச் சாலின் வாய்க்கு ஒரு சீலையைக் கட்டி அதன் மேல் பொடிகளையிட்டு மேல்மூடி, பிட்டவியலாக அவித்தெடுத்து நன்றாக உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும். இப்பொடியில் ஒரு விரற்கடையளவு கொள்ளக் கழிச்சலாகும். எருவாயில் கூடிய வாயுக்கள் நீங்கும்.

5. பிரண்டைச் சாறு, முடக்கறுத்தான் சாறு, துளசிச் சாறு, புதினாச் சாறு, புளியாரைச் சாறு வகைக்குப் படி ஒன்று. சித்திரமூல வேர்ப்பட்டை, வெள்ளைச் சாறணை வேர், சிறுதேக்கு, வசம்பு, அமுக்கரா, சீந்தில் தண்டு, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, ஏலம் வகைக்குப் பலம் இரண்டு. கடுகுரோகணி, சிவதை, அதிமதுரம் பூண்டுத்திரி வகைக்குப் பலம் ஒன்று. நெய் படி இரண்டு ஆகக் கொண்டு சாறுவகைகளையும் நெய்யையும் கூட்டியதில் கடைச் சரக்குகளைப் பால் விட்டரைத்து அதில் கலக்கிச் சிறு தீயாகக் காய்த்து வடித்து வைத்துக் கொண்டு, தக்க அளவில் சிறிது இந்துப்பு கூட்டிக் கொடுக்கக் கழிச்சல் உண்டாகும்.

6. கடுக்காய் கொட்டை நீக்கியது பலம் பத்து கொண்டு அத்துடன் வாய் விடங்கம், சிற்றாமுட்டி, பேராமுட்டி, சிறுதேக்கு, கடுகுரோகணி, சிவதைவேர், சுண்டை வற்றல், கள்ளிவேர்ப்பட்டை, ஊழலாற்றிப் பட்டை வகைக்குப் பலம் ஒன்றாக இடித்துக் கூட்டி நான்கு படி தயிர்த்தெளிவிட்டுக் காய்த்து ஒரு படியாகக் குறுக்கியதில் ஒருபடி நெய்யிட்டு அடுப்பேற்றி அதில் சீரகம், சோம்பு, சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, திப்பிலி வகைக்குப் பலம் 1/2 யாகப் பொடித்துப் பால்விட்டரைத்துக் கலக்கிப் பதத்தில் வடிக்கவும். நோய்க்குத் தக்கவாறு அளவிட்டுக் கொடுக்க வளி குன்மமும், வாயு குன்மமும் போம். இரண்டு மூன்று முறை கழியச் செய்யும்.

7. கொட்டை முந்திரிகை, பேரீந்து, பற்பாடகம்,சீந்தில், வெட்டிவேர், விலாமிச்சு வேர், அதிமதுரம், கோரைக் கிழங்கு, கடுக்காய், தான்றிக்காய் வகைக்குப் பலம் மூன்று; கடுக்காய் பலம் இருபதாகக் கூட்டி இடித்து நான்கு படி நீர் விட்டு எட்டிலொன்றாகக் குறுக்கி, அரைப்படி பசுநெய்யில் கூட்டி அடுப்பிலிட்டுச் சீரகம், சோம்பு, சாதிப்பத்திரி, சாதிக்காய், இலவங்கம், இலவங்கப்பட்டை வகைக்கு ஒரு வராகனெடையாகக் கொண்டு, பால் விட்டு அரைத்தெடுத்து அந்நெய்யில் கூட்டிக் காய்த்துத் திரண்டு வரும்போது 1 பலம் பெருங்காயத்தைப் பொரித்துப் பொடித்துக் கூட்டி ஒரு கொதி வந்தபின் வடித்தெடுக்கவும். 1 முதல் 3 கரண்டியளவு அழல் தாது பாதிப்பால் வரும் குன்மத்திற்குக் கொடுக்கக் கழியச் செய்யும்.

8. எண்ணெய் வகை பேதி மருந்துகளில் சித்தாதி எண்ணெய், மெருகுள்ளி எண்ணெய், வாதராக்கத எண்ணெய், குமட்டி எண்ணெய் முதலியவைகளில் நோய் வன்மைக்குத் தக்கவாறு அளவிட்டுக் கொடுக்கக் கழிச்சலையும் வாந்தியையும் உண்டாக்கி நோயைப் போக்கும்.

நோய்க்கான உள் மருந்துகள்

கற்க மருந்துகள்

1. குன்மக் குடோரிக் கற்கம்: குன்மக் குடோரிப் பூண்டு இலை பலம் ஒன்று, மிளகு பலம் அரை, உப்பு பலம் வீசம் ஆகக் கொண்டு அம்மியிலிட்டு நெகிழ அரைத்து அடையாகத் தட்டியதில், காலை மாலையாக சுண்டைக்காயளவு உண்ணவும். நாளொன்றுக்கு ஒரு சுண்டையாக உயர்த்திக் கொண்டே வந்து, ஐந்து சுண்டையளவு வரை வந்தபின் அவ்வளவே நோய் தீருமட்டும் சாப்பிட்டுச் சிறிது நீர் கொள்ளவும். கற்கத்தைத் தினமும் காலையில் சூரியனில் காயவைத்து எடுக்கக் கெடாது.

2. சில்லிக் கீரை, பொன்னாங்காணிக்கீரை இவைகளை அரைத்துச் சிறிது பனைவெல்லம் கூட்டி, வெள்ளாட்டுப் பாலோடு தினம் உட்கொண்டுவர எரி குன்மம் தீரும்.

3. இஞ்சியை மேல்தோல் சீவி, சிறு துண்டுகளாகத் தரித்து, பசுநெய் குத்தி இளவறுப்பாய் வறுத்துப் பொடி செய்து பலம் ஐந்துடன் மிளகு, திப்பிலி, கோஷ்டம், கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை வகைக்குப் பலம் 1/2 பொடித்துப் போட்டுக் கூட்டிக் கொண்டதில், ஒரு வராகனெடை காலை, மாலையாகச் சிறிது சர்க்கரை கூட்டி உண்ணவும்.

4. ஓமத்தில் நெருஞ்சியிலைச் சாறு விட்டு உலர்த்திப் பொடித்ததை வேண்டிய அளவில் வெற்றிலைச் சாற்றுடன் உட்கொண்டு வரக் குன்மநோய் நிலையாது. உடலின் திமிரும் நீங்கும்.

குடிநீர் வகைகள்

1. குன்மக் குடோரிப்பூண்டு, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, இலவங்கம், சாதிக்காய் வகைக்குப் பலம் ஒன்று. கள்ளி வேர்ப்பட்டை 1/2 பலம் கூட்டி, எட்டுப் பங்கு நீரிட்டு, எட்டிலொன்றாகக் காய்த்து வடித்துக் காலை, மாலையாகக் கொடுக்க நோய் போகும்.

2. முருங்கைப்பட்டை, வெள்ளைப்பூண்டுத்திரி, சாறணைவேர், வன்னிப்பட்டை, கழற்சிப் பருப்பு, கொழுஞ்சிப் பட்டை, சுக்கு வகைக்கு இரண்டு கழஞ்சு இடித்து, 1 படி நீரிட்டு உழக்காகக் காய்த்துக் காலை, மாலையாகச் சாப்பிடக் குன்மம் போம்.

3. கழற்சிப் பருப்பு, பூண்டு, செவ்வியம், இந்துப்பு, காயம், சுக்கு, ஓமம் இவைகளை இடித்து முறைப்படிக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கச் சூலை குன்மம் நீங்கும்.

4. நெற்பொரி, பச்சைப்பயறு, வில்வம், முன்னை, ஏலக்காய், சுக்கு, நெல்லி முள்ளி ஆகியவைகளைச் சமன் கூட்டி இளநீர் விட்டு ஒன்றாய்க் குறுக்கி உண்ண சத்தி குன்மம், உழலை, மூர்ச்சை ஆகியவை நீங்கும்.

5. வேலம் பட்டை, நெல்லி வற்றல், நெற்பொரி, பச்சைப் பயறு, வில்வக் கட்டை இவற்றை ஓரளவாகக் கூட்டிப் பொடித்துப் பசுநீர் விட்டுக் குடிநீராக்கியதைக் குடிக்க ஏப்பமும் குன்ம நோயும் போம்.

பொடி வகைகள்

1. சாறணைவேர், சுக்கு, இந்துப்பு வகைக்குப் பலம் ஒன்று. மிளகு, திப்பிலி, பூண்டு, ஓமம். வகைக்குப் பலம் இரண்டு. கடுக்காய்த் தோல் பலம் 15. இவைகள்

யாவற்றையும் நன்றாக இடித்துத் தூளாக்கியதில் திருகுக்கள்ளிப் பால் படி ஒன்று, வெள்ளாட்டின் நீர் படி ஒன்று, வெள்ளாட்டுப் பால் படி இரண்டு கூட்டிப் பிசைந்து உலர்த்தவும். பின் இருபது ஆற்றுத் தும்மட்டிக் காயை ஊறுகாய்க்குப் பிளப்பதுபோல் நான்கு கீற்றுகளாகக் கீறியதில் மேற்படித் துகளைத் திணித்துக் கயிறு கொண்டு சுற்றிக் காய்களைப் பானைக்குள் அடுக்கி வாய்க்குச் சில்லிட்டுச் சீலைமண் செய்து ஆட்டுப் புழுக்கை கொண்டு புடமிட்டுக் கறுப்பு நிறம் அடையும் நிலையைக் கண்டு அறிந்து தீயாற்றவும். கரியைப் பொடித்து வைத்துக் கொண்டு அரை சிட்டிகை முதல் ஒரு சிட்டிகையளவு, இஞ்சிச்சாறு அல்லது சுக்குக் குடிநீரில் கொடுத்து உப்பு, புளி நீக்கவும். இதனால் குன்ம நோய்கள் யாவும் நீங்கும்.

2. ஆடாதோடை இலையை உலர்த்தி எடுத்த எடைக்கு அரைப்பங்கு தூய்மைப் படுத்திய உப்பும், கால் பங்கு ஓமமும் கூட்டிச் சட்டியிலிட்டு மேல் சட்டி மூடிச் சீலைமண் செய்து 60 வறட்டியில் புடமிடச் சாம்பலாகும். இச்சாம்பலில் கால் வராகன் எடை அளவு மிளகுக் குடிநீரில் கொள்ளக் குன்ம நோய் நீங்கும்.

3. உலர்ந்த கையாந்தகரை, வெள்ளுள்ளி, உப்பு மூன்றும் ஓரளவு. கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய் இவைகளின் தோல் அவ்வளவு கொண்டு ஒரு பானையிலிட்டு ஓடு மூடிச் சீலைமண் செய்து குழியில் புடமிட்டு எடுத்துப் பொடி செய்து வைத்துக் கொண்டு அதில் தக்க அளவு கொள்ளக் குன்ம நோய்கள் போகும்.

4. சுக்கு
மிளகு
திப்பிலி
சாதிக்காய்
இலவங்கப்பட்டை-வகைக்குப் பலம் ஒன்று.
ஓமம்
இந்துப்பு
வெடியுப்பு
நவாச்சாரம்-வகைக்குப் பலம் இரண்டு.
வெள்ளுள்ளி
கடுகு
பொரித்த பெருங்காயம்
சாறணைவேர்

கொடிவேலிவேர்ப்பட்டை-வகைக்குப் பலம் மூன்று.

சூரத்துக் கடுக்காய் விதை நீக்கியது - பலம் 15.

இவ்வகளைப் பொடித்ததில் கள்ளிப்பால் படி ஒன்றையும் வெள்ளாட்டுச் சிறுநீர் படி நாலையும் கூட்டிப் பிசைந்து நன்றாக உலர்ந்த பின் மீண்டும் பொடிக்கவும். 30 ஆற்றுத் தும்மட்டிக் காயை ஊறுகாய்க்குப் பிளப்பது போல் பிளந்து மேற்படித் துகளை அவற்றின் வாய்க்குள் அடைத்து ஒரு பானையில் அடுக்கி, பானையின் வாயை மூடிச் சீலை மண் செய்து பழைய குப்பைமேட்டில் 100 எருவில் புடமிட்டெடுக்கச் சாம்பலாகும். இச்சாம்பலை எடுத்துப் புட்டியிலடைத்து ஈரமில்லாத இடத்தில் வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் ஒரு சிட்டிகை அளவு தேன், இஞ்சிச்சாறு இவைகளில் காலை மாலையாகக் கொடுக்கவும். ஆகாப் பொருட்களை நீக்கவும். வாரம் ஒன்றுக்கு ஐந்து நாட்களாக 4 வாரம் சாப்பிட்டு வர எண்வகைக் குன்மநோய்களும் நீங்கும்.

5. நாரத்தங்காயை வளைய வளையமாகத் தறித்து உப்பு கூட்டி மட்கலத்திலிட்டு, வேண்டிய அளவு கள்ளிப் பால் விட்டு வாய்மூடிச் சீலை மண் செய்து மண்ணடியில் புதைத்து 40 நாட்கள் கழித்த பின்னர் எடுத்து ஒரு துண்டை இரண்டு பங்காக்கிக் காலை, மாலை கொள்ளக் குன்மம் போம்.

எண்ணெய் வகை

1. வெள்ளுள்ளி
   நொச்சி
   மூக்கிரட்டை
   காட்டு முருங்கைப் பட்டை
   வெள்ளைச் சாறணை
   ஆடுதீண்டாப்பாளை
   வேளைக் கீரை
   கொட்டைக் கரந்தை
   பிரமி - இவைகளின் சாறு வகைக்கு 1 படி.
   வெள்ளாட்டுப் பால்
   வெள்ளாட்டுச் சிறுநீர்

எலுமிச்சம்பழச் சாறு

புளிப்பு நாரத்தம் பழச்சாறு

செங்கழுநீர்க் கிழங்குச் சாறு

பிரண்டைச் சாறு

நெய்

எண்ணெய்

சிற்றாமணக்கு நெய் - வகைக்கு 1/2 படி.

இவற்றைக் கூட்டிக் கலக்கிச் சிறு தீயால் எரித்துக் குழம்புபோல் சுண்டிவரும்பொழுது அதில் சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய், கோஷ்டம், கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை, அழிஞ்சில் வேர்ப்பட்டை, சிறுதேக்கு, இலவங்கம், சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி வகைக்குப் பலம் ஒன்றாகக் கொண்டு பொடித்து வடித்து மேற்படி குழம்பில் தூவி, கடுகுபோல் திரளும்போது எடுத்து வைத்துக் கொண்டு நெய்யும் கடுகுமாக அரை உச்சிக் கரண்டியளவு காலையில் மட்டும் சாப்பிட்டு வரக் குன்ம வகைகள் யாவும் தீரும்.

2.	பேய்க் குமட்டிச் சாறு	1 படி
	வெள்ளைப்பூண்டுச் சாறு	1 படி
	நெய்	1/4 படி
	விளக்கெண்ணெய்	1/4 படி

கூட்டி மெழுகுபதம் வரும் வரையில் துழாவிக் கொண்டே வந்தபின், அதில் இந்துப்பு, நவாச்சாரம், கல்லுப்பு, வெங்காரம், பூநீறு வகைக்குப் பலம் ஒன்று; கடுக்காய்த் தோல் 5 பலம்; சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, கொடிவேலிவேர், பொரித்த பெருங்காயம் வகைக்குப் பலம் 2 கூட்டிக் கடுகு போலத் திரளும் படியாகச் சிறுக எரியவிட்டு இறக்கியதில் மிளகளவு காலையில் மட்டும் கொடுக்கவும்.

3	தோல், முளை நீக்கிய பூண்டு	20 பலம்
	பொரித்த பெருங்காயம்	100 பலம்
	மெருகன் கிழங்குத் தோல்	
	சீவி உலர்த்தியது	5 பலம்
	கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை	2 1/2 பலம்
	கழற்சிப் பருப்பு	1 பலம்
	இந்துப்பு	

கறியுப்பு
நவாச்சாரம்
வெங்காரம்
சீனாக்காரம்
வெடியுப்பு
வளையலுப்பு-வகைக்கு 1/2 பலம்

இவைகளை நன்றாக இடித்து மை போலரைத்து அதனுடன் சிற்றாமணக்கு நெய் 1 படி, பசுநெய் 1 படி கூட்டிச் சிறு தீயில் எரித்துக் கடுகு போல் திரண்டு வரும்போது எடுத்து யாவற்றையும் புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். இதனில் ஒரு கரண்டி வீதம் கலக்கி எடுத்துக் காலை மாலையாகக் கொடுக்க நோய் போகும்.

இலேகிய வகைகள்

1. இஞ்சித் தோலை நீக்கிக் குறுக தரித்து நெய்விட்டு வதக்கி உலர்த்திப் பொடித்துச் செய்த பொடி 20 பலம்

பிரண்டையை மோரிலிட்டு உப்பு கூட்டி வற்றலாக்கியதன் பொடி 10 பலம்
கொத்துமல்லி
சீரகம்
சிறுதேக்கு
சிற்றரத்தை
சோம்பு
குரோசாணி ஓமம்
திப்பிலி
மிளகு-இவைகளின் பொடி வகைக்குப் பலம் 1.

பனங்கற்கண்டு	1 வீசை
எலுமிச்சம் பழச்சாறு	1/2 படி
புளித்தகாடி	1/2 படி
கொடி நாரத்தைப் பழச்சாறு	1/2 படி

இவற்றை எல்லாம் கூட்டிக் கரைத்து வடித்துக் காய்த்து, பாகு போல் திரளும் போது மேற்படி பொடிகளைக் கூட்டியதைச் சிறுகச் சிறுகத் தூவி இளகம் போல் வரும்போது எடுத்துக் கொள்ளவும். இதில் புன்னைக் காயளவு காலை மாலை கொள்ளக் குன்ம நோய் நீங்கும். இந்நோயில் உண்டாகும் வாந்தி நிற்கும்.

2. ஆமணக்கு வேர்
திருகுக் கள்ளியின் வேர்ப்பட்டை
பூவரசின் வேர்ப்பட்டை
பெருமர வேர்ப்பட்டை
சீந்தில் தண்டு
சாறணைவேர்
வில்வவேர்
அமுக்கராக் கிழங்கு
சிறுதேக்கு
சிற்றாமுட்டிவேர் - வகைக்கு 2 பலம்.
சுக்கு
மிளகு
திப்பிலி
சித்திரமூல வேர்ப்பட்டை
கண்டங்கத்தரிவேர்
சீரகம்
கறுஞ்சீரகம்
சோம்பு
குரோசாணி ஓமம்
இலவங்கப்பட்டை
இலவங்கப்பத்திரி
இலவங்கம்
புளிவஞ்சி
சதகுப்பை - வகைக்கு 1 பலம்

இவைகளை ஒன்றிரண்டாக இடித்து 4 படி நீரிலிட்டு எட்டிலொன்றாகக் காய்த்துக் குறுக்கி அத்துடன்

காடி
புளிப்பு மாதுளஞ்சாறு
புளியாரைச்சாறு
இஞ்சிச்சாறு

புளித்த தயிரின் நீர்

நாரத்தம்பழச்சாறு

அரிசி கழுவிய நீர் - வகைக்கு 1/4 படி கூட்டி ஒரு வீசை பனைவெல்லம் சேர்த்து ஒரு கொதிவந்து, வெல்லம் கரைந்தபின் வடித்து வாயகன்ற கடாயிலிட்டுப் பாகுபதமாக வரும்போது அதில்

கொத்துமல்லி

மோடி

யானைத்திப்பிலி

வெண்மிளகு

அசோகுப் பட்டை

வெள்ளிலோத்திரப்பட்டை

புங்கு வேர்ப்பட்டை

பிரண்டை

பெருங்காயம் - இவைகளை வறுத்துப் பொடியாக்கியது வகைக்கு 1 பலம்.

உளுந்துமா

கோதுமைமா

கொள்ளுமா - வகைக்கு உழக்கு, எள்ளுப்பொடி-1ஆழாக்கு. இவைகளை ஒன்றாகக் கலந்து கிண்டி பதத்திலெடுத்து நெய் உழக்கும், தேன், ஆழாக்கும் விட்டுக் கிண்டி எடுக்கவும். இதனில் ஒரு புன்னைக் காயளவு காலை மாலையாகக் கொடுக்கக் குன்மம் நீங்கும்.

மாத்திரை வகைகள்

1. செம்புப்பற்பம்
   இலிங்கம்
   தாளகம்
   நவாச்சாரம் - வகைக்குப் பலம் ஒன்று.
   வசம்புச் சாம்பல்
   வாய்விடங்கம்
   சுக்கு
   மிளகு

திப்பிலி

பெருங்காயம் - இவைகளின் பொடி வகைக்கு 1/2 பலம்.

இவைகள் யாவற்றையும் கல்வத்திலிட்டுக் கொடிவேலிச்சாறு, புளிப்பு மாதுளைச்சாறு, கொடி நாரத்தைச் சாறு ஆக மூன்றிலும் இரண்டு நாள் அரைத்துக் குன்றியளவு உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி, ஓர் உருண்டை காலை, மாலையாகக் கொள்ள வளி குன்மம், வாந்தி குன்மம் நீங்கும்.

2. தூய்மை படுத்திய இரசம் பலம் ஒன்றைக் கல்வத்தில் இட்டுக் காந்தட்கிழங்கின் சாறுவிட்டு 10 நாள் அரைத்துப் பின் தேக்கிலைச்சாறு, தேக்குப்பூச்சாறு, கொடுப்பைச்சாறு, துளசிச்சாறு ஆகியவைகளில் தனித்தனியே ஒரு நாள் கை விடாமல் அரைத்து ஒரே வில்லையாகத் தட்டவும் உலர்ந்தபின் அதன் எடைக்கு 6 பங்கு பச்சை காந்தள்கிழங்கை அரைத்துச் சற்று நீர் வற்றிவரும் போது இரண்டு அடைகளாகத் தட்டி அதன் நடுவில் இரசவில்லையை வைத்து இறுக அழுத்தி உலர்த்தி, 7 சீலைமண் செய்து மணல் மறைவில் புடமிடவும். இவ்வாறு அரைத்துக் கவசித்து மணல் மறைவில் இருபது வறட்டியில் 4 புடமிட இரசம் பற்பமாகும்.

இப்பற்பத்துக்குச் சுத்தித்த வாளம், ஓமம், சீரகம், சாதிக்காய், இலவங்கப்பட்டை, மாசிக்காய் ஆகியவற்றைச் சம அளவாகக் கொண்டு, கொடுக்காய்ப் புளியை நீரில் கரைத்து அந்நீரைக் கொண்டு நான்கு நாள் அரைத்துக் குன்றியளவு மாத்திரை செய்யவும்.

மாத்திரையில் ஒன்றைக் காலை, மாலையாக இஞ்சிச் சாற்றில் சிறிது தேன் கூட்டிக் கொடுக்க அழல் குன்மம், சூலை குன்மம் போம். இதற்கு உப்பு நீக்குதல் வேண்டும்.

பற்பம்

செம்புப் பற்பம்

இரசப் பற்பம்

கறுவங்கப்பற்பம்

வெள்ளைப்பாடாணப்பற்பம்

ஆகிய பற்பங்கள் இந்நோய்க்குப் பயன்படும். இதனைத் தக்க அளவில், தக்க அனுபானத்துடன் வழங்க வேண்டும்.

"சித்த வைத்தியத் திரட்டு" என்னும் நூலில் கூறப்பட்டுள்ள குன்மத்திற்கான மருத்துவ முறைகள் வருமாறு:

மாத்திரை வகைகள்

1. கோடாசூரி மாத்திரை: இம்மாத்திரையில் தாளகம், இரசம், வெள்ளைப் பாடாணம், வீரம், கருநாபி, நேர்வாளம், அபின், மடல் துத்தம், மனோசிலை போன்ற பாடாண வகைகளையும் சாதிப்பத்திரி, சந்தனம், கடுகுரோகணி போன்ற கடைச்சரக்குகளையும் வகைக்கு 1/4 வராகன் எடையாகச் சேர்த்து 7 நாட்கள் கையான் சாறு விட்டும் பிறகு நொச்சிச்சாறு, கொட்டைக் கரந்தைச் சாறு ஆகிய சாறுகள் விட்டும் முறையே ஏழேழு நாட்கள் அரைத்துப் பயறளவு உருண்டையாகச் செய்து நிழலில் உலர்த்திக் கொள்ள வேண்டும்.

இம்மாத்திரையைப் பல்வித அனுபானங்களில் கொடுக்கப் பல்வேறு நோய்கள் தீரும். குமட்டிக்காய்ச் சாற்றில் இம்மாத்திரையை அனுபானித்துக் கொடுக்க எண்வகைக் குன்மமும் நீங்கும்.

2. சஞ்சீவி மாத்திரை: இதில் இருவி, நாபி, அரிதாரம், இரசம், கந்தகம், வெங்காரம், தான்றிக்காய், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி ஆகிய சரக்குகள் 1 1/4 வராகன் எடையும் நேர்வாளம் 1/4 வராகன் எடையும் சேர்கின்றன. மேற்கண்ட சரக்குகளைச் சுத்தித்த பின் பொடித்து, கையான் சாற்றில் 7 நாட்கள் கல்வத்திலிட்டு அரைத்துக் குன்றியளவு மாத்திரை செய்ய வேண்டும்.

இம்மாத்திரையை வலி குன்மத்துக்கு நொச்சிச் சாற்றில் வழங்கலாம்.

3. சூலைக்குடாரம்: இம்மாத்திரையில் சேரும் சரக்குகள்: இரசம், வெங்காரம், கந்தகம், திரிபலை, திரிகடுகு, தாளகம், நாபி, தாம்பிரப் பற்பம், நேர்வாளம். சேரும் அளவு: சம அளவு.

இவற்றைச் சுத்தித்துக் கல்வத்திலிட்டுக் கரிசாலைச் சாற்றால் 7 நாள் அரைத்துக் குன்றியளவு மாத்திரை செய்து நிழலில் உலர்த்த வேண்டும்

இம்மாத்திரையில் தினம் ஒன்றாக இஞ்சிச் சாற்றில் அனுபானித்துக் கொடுக்கச் சூலை குன்மம் தீரும்.

4. பாடாண மாத்திரை: வெள்ளைப் பாடாணத்தைச் சுத்தித்துப் பாகலிலைச் சாறு விட்டு அரைத்து வில்லை தட்டிக் காய வைத்து ஓட்டிலிட்டு மூடி, சீலை மண் செய்து மணல் மறைவில் புடமிட்டெடுக்க வேண்டும். மறுபடியும் இதனைப் பாதிரிப்பூச் சாற்றிலும், பசரைக் கீரைச் சாற்றிலும் அரைத்து மேற்கண்டவாறே புடமிட்டெடுக்கப் பற்பமாகும். இப்பற்பத்தை எலுமிச்சம்பழச் சாற்றிலும் வில்வ இலைச் சாற்றிலும் முறையே இரண்டிரண்டு நாள் அரைத்துப் பயறளவு மாத்திரை செய்து தேனில் இழைத்துக் கொடுக்கக் குன்மம் நீங்கும்.

5. முருக்கன் விதை மாத்திரை: திரிகடுகு, சீரகம், கடுகுரோகணி, முருக்கன் விதை ஆகியவை சம அளவு; இவை எல்லாம் சேர்ந்த எடைக்கு நேர் அளவில் நேர்வாளம். எல்லாவற்றையும் முறைப்படி சுத்தித்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து நீர் விட்டரைத்துச் சுண்டையளவு மாத்திரை செய்து கொள்ளவேண்டும்.

வயிற்றுப்புசம் அதிகமாக உள்ள குன்ம நோயில் இதனைப் பனை வெல்லம் அல்லது இளநீரில் அனுபானித்துக் கொடுக்க வயிறு கழிந்து உப்புசம் நீங்கும். ஒரு நாள் ஒரு முறை மட்டும் கொடுத்தால் போதுமானது.

6. மேகநாதக் குளிகை: வெங்காரம், இலிங்கம், சிவதைவேர், வசம்பு, சுக்கு, இந்துப்பு, வாய்விடங்கம், ஓமம், பெருங்காயம், காட்டாமணக்கு வேர் ஆகிய சரக்குகளுடன் நேர்வாளமும் இதில் சேரும். குன்றியளவு மாத்திரை செய்ய வேண்டும்.

இதில் ஒன்றிரண்டு மாத்திரை மட்டும் கொடுக்கக் குன்ம நோயில் ஏற்படும் மலக்கட்டு நீங்கும்.

7. விரேசனப்பூபதி மாத்திரை: இரசம், சுக்கு, வெங்காரம், கந்தகம் ஆகியன சம அளவிலும், இவை அனைத்தும் சேர்ந்த எடைக்கு நேர்வாளமும் சேர்க்கப்படுகின்றன. இவற்றைத் தண்ணீர் விட்டு ஒன்றாக அரைத்துப் பயறளவு மாத்திரைகள் செய்ய வேண்டும்.

இவற்றில் ஒன்றிரண்டு மாத்திரை மட்டும் வழங்க மலம் கழிந்து வயிற்றுப் பொருமல் நீங்கும். வாயு குன்மத்தில் வயிறு கழியாமல் ஊதியிருக்கும் நிலையில் இதனை ஒரு வேளை மட்டும் வழங்கலாம்.

8. வெங்கார மாத்திரை: இம்மாத்திரையும் மலம் கழிவதற்காக வழங்கப்படும் மாத்திரை ஆகும். இதில் வெங்காரத்துடன் திப்பிலி, மிளகு, இந்துப்பு, சுக்கு, நேர்வாளம், காந்தப் பொடி, பெருங்காயம், கழற்சிப் பருப்பு முதலியன சம அளவில் சேர்க்கப்பட்டுச் செய்யப்படுகின்றது. எண் வகைக் குன்ம நோய்களிலும் எண்ணெயில் தோய்த்து இம்மாத்திரையை வழங்கலாம். இதற்குப் பத்தியமாக காடை, கவுதாரி, காளான், மீன், சம்மங்கோழி முதலியனவற்றை உண்ணலாம்.

9.குங்குமப்பூ மாத்திரை: ஐயக் குன்ம நோய்க்கு இம்மாத்திரை வழங்கப்படுகிறது. இதில் குங்குமப்பூ, கோரோசனை, சாம்பிராணிப்பூ, இலிங்கம், வெங்காரம், சுக்கு, வெண்மிளகு, வால்மிளகு, திப்பிலி, இலவங்கம், ஓமம், ஏலம், கோஷ்டம் முதலியன சம அளவில் சேர்க்கப்பட்டுக் குங்குமப்பூ குடிநீரில் 1 சாமம் மெழுகு போல் அரைத்துப் பயறளவு மாத்திரைகளாகச் செய்யப்படுகின்றன.

தேன் அல்லது முலைப்பாலில் கொடுக்க ஐயக் குன்மம், நாட்பட்ட மலக்கட்டு முதலியன நீங்கும்.

10. நவக்கிரகப் பூபதி: இம்மாத்திரையில் மனோசிலை, தாளகம், இரசம், கந்தகம், வெங்காரம் முதலிய சரக்குகள் சம அளவில் சேர்க்கப்பட்டுப் பொடித்து , செருப்படைச் சாற்றால் அரைத்து உலர்த்தி குப்பியிலிட்டு, வாலுகா இயந்திரத்தில் வைத்து எரித்து எடுக்கப்படும்.

அதன் பின் அது இஞ்சிச் சாற்றால் அரைத்துக் கடலையளவு மாத்திரையாகச் செய்யப்படும்.

தினம் ஒரு மாத்திரையை இஞ்சிச் சாற்றில் அனுபானித்துக் கொடுக்க நாட்பட்ட வயிற்று நோய் நீங்கும்.

11. பூரண சந்திரோதயம்: சுத்தித்த இரசம், கந்தகம், தங்கரேக்கு முறையே 8,16, 1 பங்காக எடுத்துச் செம்பருத்திப்பூச் சாறு, கற்றாழைச்சாறு இவற்றில் முறையே 1,2 நாட்கள் அரைத்து வில்லை செய்து காசிக் குப்பியிலடைத்து மணல் மறைவுப் புடமிட்டெடுக்க மாந்துளிர் நிறமான செந்தூரமாக மாறும்.

இதனைப் பச்சைக்கற்பூரம், சாதிப்பத்திரி, குங்குமப்பூ, சாதிக்காய், கஸ்தூரி முதலியவற்றைத் தக்க அளவில் சேர்த்து, செம்பருத்திப்பூச்சாறு விட்டு அரைத்துப் பயறளவு மாத்திரை செய்ய வேண்டும். இம்மாத்திரையை வெண்ணெய், சர்க்கரை, இஞ்சிச்சாறு இவற்றில் ஒன்றில் அனுபானித்துக் கொடுக்க எட்டுவகைக் குன்ம நோய்களும் நீங்கும்.

12. மகா வசந்த குசுமாகரம்: பொன், முத்து, பவழம், அப்பிரகம், காந்தம், செம்பு, வங்கம், கந்தகம், நிமிளை ஆகிய இவைகளின் பற்பங்களும், நாபியும் சேர்த்துச் செய்யப்படும் மிகப்பெரும் மருந்து இது. இம்மாத்திரை பல்வேறு அனுபானங்களில் பல்வேறுபட்ட நோய்களுக்கும் பயன்படுத்தப்படுகின்றது. சிவதை வேர் சூரணத்தில் இதை வழங்க வயிற்றுவலி என்னும் குன்ம நோய் நீங்கும்.

பற்ப வகைகள்

1. சண்டரசப் பற்பம்: இரசத்தை வெடியுப்புத் திராவகத்தினால் அரைத்து வில்லை தட்டிக் காய வைத்து மூன்று பங்கு உப்பும் ஒரு பங்கு செங்கல்தூளும் கலந்ததில் பாதியை ஒரு சட்டியில் கொட்டி அதற்கு மேல் வில்லையை வைத்து மேல் சட்டி மூடிச் சீலை செய்து முத்தீயாக 12 மணி நேரம் எரிக்கவும் பின் மேல் சட்டியில் பிடித்துள்ள பதங்கத்தை எடுத்து மேற்படி திராவகம் விட்டு அரைத்து முன்போலவே வில்லை செய்து எரிக்க வேண்டும்.

இப்பற்பத்தைக் கால் முதல் அரை அரிசியளவு வரை தக்க அனுபானத்தில் கொடுக்கக் குன்மம் முதலான பல்வகை நோய்கள் தீரும். கடும் பத்தியம் வைக்க வேண்டும்.

2. பஞ்சலவணப் பற்பம்: இந்துப்பு 1 பலம், கல்லுப்பு 1 1/2 பலம். இவைகளைக் கல்வத்திலிட்டு ஊமத்தைச் சாறு, கள்ளிப்பால், குப்பைமேனிச் சாறு, எருக்கன்சாறு இவைகளில் முறையே தனித்தனியே அரைத்து வில்லை செய்து காயவைத்து ஓட்டிலிட்டுச் சீலை செய்து புடமிடப் பற்பமாகும்.

இதனை 1 முதல் 2 குன்றியளவு தக்க அனுபானத்தில் கொள்ளக் குன்மம் தீரும்.

செந்தூர வகைகள்

1. உப்புச் செந்தூரம்: கல்லுப்பு 4 பலம், இரசம் 1 பலம். இவ்விரண்டையும் கல்வத்திலிட்டு மடியும்படி வில்வச் சாற்றால் இரண்டு சாமம் அரைத்து உலர்த்திப் பொடித்துக் குகையிலிட்டுக் கொல்லன் உலையில் வைத்துப் பழுக்க ஊத, உப்பு உருகி மணிமணியாக இருக்கும். ஆறவிட்டு எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து ஆகாயத் தாமரைச் சாற்றால் 4 சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டிக் காயவைத்துச் சில்லிட்டுச் சீலை செய்து முழப்புடமிடவும். இவ்வாறு 5 புடமிடச் செந்தூரம் முடியும்.

இச் செந்தூரத்தில் குன்றிமணி அளவு தேனில் கொள்ள 8 வகைக் குன்மம், நெஞ்சு எரிச்சல் முதலியன நீங்கும்.

2. சோற்றுப்புச் செந்தூரம்: சோற்றுப்பு 5 பலத்திற்கு 1/4 படி ஆகாயத் தாமரைச் சாறுவிட்டு அரைத்து சிறுசிறு வில்லைகள் செய்து இரவில் உலர்த்திச் சீலை செய்து 10 வறட்டியில் புடமிடவேண்டும். இவ்வாறு 6 புடமிட உயர்தர செந்தூரமாகும். ஒவ்வொரு புடத்துக்கும் வறட்டியின் அளவை உயர்த்திக் கொண்டே போய் 20 வறட்டியுடன் நிறுத்திவிடவேண்டும்.

இச் செந்தூரத்தில் 1 முதல் 2 அரிசி எடை தக்க அனுபானத்தில் வழங்க அசீரணமும் குன்மமும் நீங்கும்.

3. கௌரி சிந்தாமணி: சுத்தி செய்த இரசம், கந்தகம், பொரிகாரம் வகைக்கு 1 பலம் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து, பொடியை ரெட்டினால் (முரட்டுத் துணி) கொட்டைப் பாக்களவாகக் கிழிகட்டி மணல் மறைவில் கிழிகளை வைத்து, 10 வறட்டிகளை மணல் மேல் அடுக்கி எரித்து எடுக்க வேண்டும். குளிர்ந்த பின் ரெட்டுகளை நீக்கி மருந்தை எடுத்துப் பொடித்துக் கொள்ளவும். இது பூலாம்பழம் போலக் கறுப்பு நிறமாகும்.

இச்செந்தூரத்தை 1 குன்றி மணியளவு எடுத்து, திரிகடுகுத்தூள் வெருகடியளவுடன் கலந்து தேனில் கொடுக்க எல்லா வகைக் குன்ம நோய்களும் நீங்கும். வேறுபல நோய்களும் இம்மருந்தினைப் பல்வித அனுபானங்களில் கொடுக்கத் தீரும்.

4. சுயமாக்கினி செந்தூரம்: அயப்பொடி, காந்தம், இரசம், கந்தகம் இவற்றை 1:2:4:8 விகித அளவில் எடுத்துக் கல்வத்தில் இட்டுப் பொடித்துக் கற்றாழைச் சாற்றால் இருசாமம் நன்றாக அரைத்து, தாம்பாளத்தில் வில்லையாகத் தட்டி வெயிலில் வைக்கக் காய்ந்து தீபம் போல் எரிந்து அடங்கும். இதனைப் பொடித்துக் குப்பியில் அடைக்க வேண்டும்.

இச் செந்தூரத்தில் குன்றிமணி அளவு இஞ்சிச் சாற்றில் கொடுக்கக் குன்மம் முதலானப் பல நோய்களும் தீரும்.

5. தாம்பிரச் செந்தூரம்: முதலில் தாம்பிரத் தகட்டை எட்டிப்பழச் சாற்றில் 15 நாட்கள் ஊறவைத்து எடுக்க வேண்டும். ஒவ்வொரு நாளும் புதுப்புதுச் சாறு உபயோகிக்க வேண்டும்.

கந்தகத்தை நல்வேளைச் சாற்றில் அரைத்துக் குகை போல் செய்ய வேண்டும். பின் அதனை மற்றொரு குகைக்குள் வைக்க வேண்டும்.

படிகாரத்தைத் தண்ணீரில் அரைத்து மேற்படி ஊறவைத்தெடுத்த தாம்பிரத் தகட்டிற்குப் பூசிக் குகைக்குள் வைத்து மேல் மூடி 7 சீலை மண் செய்து கஜபுடம் இட நீறிப் போகும். இதனுடன் தாம்பிர எடைக்குச் சரி எடை இலிங்கம் சேர்த்து எருக்கம் பாலால் அரைத்து வில்லை தட்டி ஓட்டிலிட்டுச் சீலை செய்து கஜபுடமிட முருக்கம்பூப்போல் சிவந்த செந்தூரமாகும்.

இதனை 1/2 முதல் 1 குன்றிமணியளவு எடுத்துத் திரிகடுகுத் தூளுடன் தேன் சேர்த்து அனுபானிக்க எண் வகைக் குன்மமும் நீங்கும்.

6. நாகச் செந்தூரம்: சுத்தித்த நாகத்தை 4 பலம் எடுத்து ஒரு சட்டியிலிட்டு உருகி வரும்போது வெடியுப்பு, ஓமம், சுக்கு, மஞ்சள் இந்நான்கும் சேர்ந்த பொடி ஒருபடியைச் சிறிது சிறிதாக நாகத்திலிட்டு வறுக்கத் தூளாகும். நாயுருவியை இடித்துப் போட்டு மேலும் வறுக்க வேண்டும். பொடியைப் பழச் சாற்றால் அரைத்து மாதுளம் பூ நிறம் வரும் வரை புடமிட்டு எடுக்கவும்.

இதில் குன்றிமணி அளவு எடுத்துத் திரிகடுகுச் சூரணத்தில் கொடுக்கக் குன்மம் முதலியப் பல்வகை நோய்களும் தீரும்.

7. பூரண சந்திரோதயச் செந்தூரம்: தங்க ரேக்கு, இரசம், கந்தகம் இவற்றை 1:8:16 விகித அளவில் சேர்த்து முறைப்படி கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து

செம்பருத்திப்பூச் சாற்றாலும், வாழைக் கிழங்குச் சாற்றாலும் முறையே இரண்டிரண்டு நாட்கள் அரைத்து வில்லை செய்து காசிக் குப்பியிலடைத்து, மணல் மறைப்புடமாக எரித்து எடுக்க வேண்டும் (24 மணி நேரம் எரிக்க வேண்டும்).

இச் செந்தூரத்தை 1/2 முதல் 1 குன்றிமணியளவு கற்பூராதிச் சூரணத்தில் கலந்து வெற்றிலைச் சாற்றில் கொள்ளக் குன்மம் முதலாகப் பல்வகை நோய்களும் தீரும்.

8. துருசு செந்தூரம்: துருசு 1 பலம், வேப்பிலை 2 பலம். இவற்றை நீர் விடாமல் கல்வத்திலிட்டு அரைத்து வில்லை செய்ய வேண்டும். பிறகு பிரண்டையை அரைத்து அதற்குள் இவ்வில்லையைப் பொதிந்து முற்றும் காய்வதற்குள் 10 வறட்டியில் புடமிடவேண்டும். இவ்வாறே செந்தூரமாகும் வரை புடமிட வேண்டும்.

இதில் கால் முதல் அரை குன்றிமணியளவு தக்க அனுபானத்தில் வழங்கக் குன்மம் நீங்கும்.

9. வெள்ளிச் செந்தூரம்: 5 பலம் கந்தகத்தைப் பொடித்து ஒரு சட்டியிலிட்டு, ஒரு பலம் வெள்ளியைத் தகடு தட்டிச் சுருட்டி அதன் மத்தியில் முழுகும் படி அமர்த்திச் சட்டி கொண்டு மூடி, சிரட்டை ஓடு 100 கொண்டு எரித்தெடுக்கச் செந்தூரம் ஆகும்.

இதில் ஒரு நெல்லரிசி அளவு அனுபானமறிந்து கொடுக்கக் குன்மம் முதலான நோய்கள் தீரும்.

கருப்பு வகை மருந்து

சிவனார் அமிர்தம்: இருவி, இரசம், கருநாபி, நெல்லிக்காய், கந்தகம், சுக்கு, மனோசிலை, வெங்காரம், அரிசித் திப்பிலி ஆகிய இவைகள் வகைக்கு 1 பலம். மிளகு 8 பலம். இவைகளை முறைப்படி சுத்தி செய்து, தனித்தனியே சூரணமாக்கி மேற்கூறிய அளவாக நிறுத்துக் கொண்டு கல்வத்தில் இட்டு, 7 நாட்கள் விடாமல் அரைக்க வேண்டும். இது கறுப்பு நிறமடையும்.

இதனை 1 முதல் 2 குன்றிமணி அளவில் திரிகடுகுச் சூரணம் கலந்து தேனில் குழைத்து வழங்க, குன்மம் நீங்கும்.

பதங்கம் வகை மருந்து

சாம்பிராணிப்பூ பதங்கம்: சாம்பிராணி 3 பங்கு; சாதிப்பத்திரி, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய், சாதிக்காய், வால்மிளகு, ஏலரிசி,

சாரப் பருப்பு, கிராம்பு, புனுகு, இம்பூறல், அதிமதுரம். மரமஞ்சள், புனுகுச் சட்டம் இவைகள் வகைக்கு 1 பங்கு - ஆக மொத்தம் 20 பங்கு.

இவைகளில் புனுகு நீக்கி மற்றவைகளை நன்றாக இடித்துக் கலந்து, புனுகைச் சேர்த்து ஒரு பெரிய மட்பாண்டத்தில் இடவும். அதற்கு வாய் பொருந்தும்படியான மற்றோர் சட்டிக்குச் சாமந்தி இலை, கொடிவேலி இலை, தும்பை இலை ஆகிய சாறுகளின் கூட்டுத் தொகை பத்து பங்கைக் கொண்டு மேற் சட்டியில் உட்புறம் பூசிப்பூசி உலர்த்தியபின், பெரிய சட்டிக்குப் பொருத்தவும், பொருத்துவாய்க்கு வன்மையாய்ச் சீலைமண் செய்து அடுப்பிலிட்டு, உலர்ந்த ஆட்டுப் புழுக்கை, காட்டெரு, உமி, வேர்ப்பட்டைகள் ஆகியவைகளுள் ஏதேனும் ஒன்றைப் போட்டு எரிக்கவும். மருந்த தானாகவே பற்றி எரிந்து அடங்கி ஒருநாள் ஆனபின் சட்டி அசையாமற்படி சீலையை நீக்கி, எடுத்துப் பார்க்க அதனில் சாம்பிராணிப்பூ படிந்து இருக்கும். அதனை நோய்க்குத் தக்கவாறு அளவிட்டுத் துளசிச் சாற்றில் கொடுக்க அசீரணமும், சாணிப் பாலில் கொடுக்க வேறு பல நோய்களும் தீரும்.

குழம்பு வகை மருந்துகள்

1. அகத்தியர் குழம்பு: " வாத நோய்களின் பொது மருத்துவம் " என்னும் அத்தியாயத்தில்* இதன் செய்முறை வழங்கப்பட்டுள்ளது. பல்வேறு அனுபானங்களில் பல்வகை நோய்களுக்கு இம் மருந்து பயன்படும். குன்ம நோய்க்குக் குமட்டிச் சாற்றில் இதனை வழங்கலாம்.

பத்தியம் : ஆவின் நெய், முருங்கைப் பிஞ்சு, வாழைப் பிஞ்சு, நாரத்தங்காய், தூதுளை ஆகியவைகள் ஆகும்.

2. தேங்காய்க் குழம்பு: இந்துப்பு 5 வராகன் எடை; காந்தம் 5 வராகன் எடை; இஞ்சிச்சாறு 1/2 படி; வெள்ளுள்ளி 1 பலம்; திரிகடுகு, பெருங்காயம், ஓமம், பூநீறு, நேர்வாளம் வகைக்கு 5 வராகன் எடை; தேங்காய்ப் பால் 1/2 படி.

தேங்காய்ப் பால், இஞ்சிச்சாறு இவ்விரண்டையும் ஒரு பாத்திரத்தில் சேர்த்து அதில் நேர்வாளம், வெள்ளுள்ளி இவ்விரண்டையும் நன்றாக அரைத்தும் பெருங்காயத்தைப் பொரித்தும் மற்ற வகைகளை இடித்துத் தூளாக்கியும் மேற்படியில் சேர்த்து, சிறு தீயில் எரித்துக் குழம்பு பக்குவத்தில் நெய் 21/2 பலம் சேர்த்து இறக்க வேண்டும்.

அளவுப்படி உண்ண வயிற்றுநோய் தீரும். பேதியாகும்.

* சித்த மருத்துவம் தொகுதி4, பகுதி-1 இல் இடம் பெற்றுள்ளது.

3. குமட்டிக் குழம்பு: இதில் குமட்டிக் காய்ச்சாறு, பழச்சாறு, வெள்ளுள்ளிச் சாறு, நொச்சிச்சாறு, இஞ்சிச்சாறு ஆகியன வகைக்கு 1 படி அளவாகச் சேர்த்து சிறு தீயில் எரித்துக் குழம்பு பக்குவம் வரும் போது இரசம், இலிங்கம், பெருங்காயம், இந்துப்பு, வெங்காரம், கடுகு, மஞ்சள், வெந்தயம், மிளகு, காந்தம், நேர்வாளம் வகைக்கு 1 1/4 வராகன்எடை எடுத்துப் பொடிக்க வேண்டியவைகளைப் பொடித்தும் அரைக்க வேண்டியவைகளை அரைத்தும் சேர்த்து, சிறு தீயில் கிண்டிக் கிண்டி பழம்புளி பாகத்தில் இறக்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

தூதுளங்காய் பிரமாணம் பனை வெல்லத்தில் கொடுக்கக் குன்மம் நீங்கும்.

4. நாயுருவி உப்பாதிக் குழம்பு: நாயுருவி உப்பு, வாழை உப்பு, தாழையுப்பு, தெங்கினுப்பு, அன்னபேதி, சத்திச்சாரம், வீரம், பூரம், நவாச்சாரம், பூநீறு, இந்துப்பு, வளையலுப்பு, வெண்ணாபி, சங்குபற்பம், கந்தகம், திரிகடுகு வகைக்கு 1 பலம். இவைகளைக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்துச் சாராயம், எருக்கம்பால், கள்ளிப் பால் இவை வகைக்கு முறையே கால் படி விட்டரைத்து ஒரு மட்பாண்டத்தில் சேர்த்து, நெய் 1/4 படி, தேன் 1/4 படி சேர்த்து மெழுகுபதம் வரும் வரை கொதிக்க வைத்து, ஆறவிட்டுப் புட்டியில் அடைக்கவும்.

இதில் 1 குன்றியளவு எடுத்துத் தாம்பிரச் செந்தூரம் நெல்லெடை சேர்த்து வெள்ளைச் சர்க்கரையில் கொடுக்க, எண்வகைக் குன்மமும் தீரும். கொள்ள வேண்டிய நாட்கள் அரை மண்டலம்.

5. கௌசிகர் குழம்பு: இதன் செய்முறை "வாத நோய்களின் பொது மருத்துவம்" என்னும் அத்தியாயத்தில் கூறப்பட்டுள்ளது. நேர்வாளம் சேர்ந்த பெரிய மருந்துகளில் இதுவும் ஒன்று. இது பல்வேறுபட்ட நோய்களுக்குப் பல்வேறு அனுபானங்களில் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

இம்மருந்தைச் சத்தி குன்மத்திற்குத் தகரைச் சாற்றிலும், வாயு குன்மத்துக்கு வல்லாரைச் சாற்றிலும், அழல் குன்மத்துக்குப் புளியாரைச் சாற்றிலும், எரி குன்மத்துக்கு இளநீரிலும் சீரகத்திலும் வழங்கலாம். குழம்பை உள்ளுக்குக் கொடுப்பதால் வயிற்றுக் கடுப்பும் மிகுபேதியும் உண்டானால் மோர், கிராம்பு, ஆவாரம்பட்டை ஆகியவைகளைச் சேர்த்துக் கொடுக்கத் தீரும்.

மெழுகு வகை மருந்துகள்

1. இடி வல்லாதி: இம்மருந்தில் சுண்டையளவு காலை, மாலை இருவேளையாக 1 மண்டலம் கொள்ள, எண்வகைக் குன்மம் நீங்கும். பத்தியம்: இச்சாபத்தியம். வறுத்த உப்பு, தயிர், மோர், நெய், துவரை, பாசிப் பயறு,

ஆரைக்கீரை, பொன்னாங்காணிக் கீரை ஆகியவைகள் ஆகும். மீன் ஆகாது. விளக்கெண்ணெய் தேய்த்துத் தலை முழுகவும்.

இம் மருந்தைப் பனைவெல்லத்தில் வழங்குவது நல்லது.

இதன் செய்முறை: 10 பலம் சேங்கொட்டை எடுத்து மூக்கை வெட்டி சாணப்பாலில் 3 நாள் ஊறவைத்துக் கழுவி எடுக்கச் சுத்தியாகும். இதனைக் கல்லுரலில் போட்டு அத்துடன் 10 பலம் எள்ளை இடித்துச் சேர்த்துக் கொப்பரைத் தேங்காய் 2 சேர்த்து பூணில்லா உலக்கையால் நன்றாக இடித்துப் பிறகு பறங்கிப்பட்டை, அமுக்கரா, சித்திரமூல வேர்ப்பட்டை, கஸ்தூரி மஞ்சள், கறுஞ்சீரகம், வாலுளுவை, குரோசாணிஓமம், வெற்றிலைக் காம்பு, கடுக்காய்த்தோல், திப்பிலி, கோஷ்டம் வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து நன்றாக இடித்து வடிகட்டி மேற்படி சேங்கொட்டையுடன் சேர்த்து மெழுகுபோல் ஆகும்வரை நன்றாக இடித்து 1/2 பலம் இரசக் கற்பூரத்தைக் குங்குமம் போல் பொடித்து அதில் சேர்த்து, பிறகு பனைவெல்லம் 5 பலம் சேர்த்து உறவாகும்படி இடித்துக் குப்பியில் அடைக்கவும்.

2. நந்தி மை: இதில் சேரும் சரக்குகளில் முக்கியமானது சேங்கெட்டையாகும். இது தவிர இரசம், பூரம், இலிங்கம், மனோசிலை, வெள்ளைப்பாடாணம் போன்ற பாடாணங்களும் கடைச்சரக்குகள் பலவும் சேர்த்துச் செய்யப்படும் மிகப்பெரிய மருந்து இது. குன்ம நோய்க்குத் தேற்றான் விதையளவு, பனைவெல்லத்தில் அனுபானித்துக் கொடுக்கலாம். நோய்க்குத் தக்கவாறு 1/4 முதல் 1 மண்டலம் வரை பத்தியத்துடன் கொள்ளலாம்.

இம் மருந்தை உண்டபிறகு குமரித்தைலம், சந்தனாதித்தைலம், ஆமலகத்தைலம், சண்பகத் தைலம் ஆகிய தைலங்களில் நான்கு நாட்களுக்கொருமுறை மூழ்கலாம்.

3. நவஉப்பு மெழுகு: கறியுப்பு, இந்துப்பு, வளையலுப்பு, பொட்டிலுப்பு, அமுரியுப்பு, மூங்கிலுப்பு, கல்லுப்பு, பாறையுப்பு, பூநீறு ஆகிய உப்புகள் சேர்த்து செய்யப்படுடீ மருந்து இது.

இதனை மிளகளவு கருப்பட்டியில் காலை மாத்திரம் ஒன்று முதல் மூன்று நாள் உடல் வன்மைக்குத் தக்கவாறு வழங்க, மலம் கழிவதன்றி எண்வகைக் குன்ம நோய்களும் பல்வேறுவித வளி நோய்களும் தீரும். வெந்நீரும் சோறும் வழங்கலாம். மறுபத்தியத்தில் வறுத்த உப்பு, பசும்பால், நீர்மோர், சிறுகீரை, பிஞ்சு முருங்கை, கத்தரி, அவரை, பாசிப்பயறு, துவரை, குஞ்சுக் கோழி, காடை முதலியன கொள்ளலாம்.

4. வான் மெழுகு: இது பல்வேறு பாடாணப் பொருள்களையும் சேர்த்து முட்டையின் மஞ்சள் கருவால் அரைத்து எடுத்துக் கொள்ளும் மருந்தாகும். இம் மருந்தை உளுந்தளவு, பனைவெல்லத்தில் இருவேளை 5 முதல் 8 நாட்கள் மட்டும் கொடுக்கலாம். இடைவெளி விட்டு மறுமுறையும் இவ்வாறு வழங்கலாம். இதனால் குன்மம் முதலான பல்வகை நோய்கள் தீரும். இச்சாபத்தியம் தேவை.

5. குன்மக் குடோரி மெழுகு: இந்துப்பு, கல்லுப்பு, சோற்றுப்பு, பூநீறு, வளையலுப்பு, வெங்காரம், நவாச்சாரம், வெடியுப்பு, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, ஓமம், கிராம்பு, மோடி, கோஷ்டம், பெருங்காயம்-இவைகள் வகைக்கு 1 பலம். உரித்த பூண்டு 5 பலம். பனை வெல்லம் 5 பலம். தேன் 5 பலம். இவைகளைக் கல்வத்திலிட்டு இளகியபதம் வரும் வரை அரைத்துத் தினம் 2 வேளை சிறு சுண்டைக் காயளவு உட்கொள்ளக் குன்மம், மந்தம், அசீரணம் ஆகியன தீரும்.

சூரண வகை மருந்துகள்

1. தீபாக்கினி சூரணம்: ஐந்துப்பு, எவாச்சாரம், வெங்காரம், சவர்க்காரம், சுக்கு, கண்டுபாரங்கி, செவ்வியம், திப்பிலிமூலம், யானைத்திப்பிலி, வட்டத்திருப்பி, ஓமம், மிளகு வகைக்கு 1 பலம். எல்லாம் சேர்ந்த எடைக்குப் பாதி செஞ்சித்திரமூல வேர்ப்பட்டை: இவைளை முறைப்படி சுத்தித்து, வறுக்க வேண்டியவைகளை வறுத்துப் பொடி செய்து, ஒன்றுபடக் கலந்து அளவுப்படி தேனில் கொடுக்கக் குன்மம் முதலான பல நோய்கள் தீரும்.

2. அமுக்கராச் சூரணம்: கிராம்பு 1 பங்கு; சிறுநாகப்பூ 2 பங்கு; ஏலம் 4 பங்கு; மிளகு 8 பங்கு; திப்பிலி 16 பங்கு; சுக்கு 32 பங்கு; அமுக்கரா 64 பங்கு; சர்க்கரை 128 பங்கு. சர்க்கரை நீங்கலாக மற்றவைகளை முறைப்படி சுத்தித்து, தனித்தனியே பொடித்து எல்லாவற்றையும் ஒன்றுபடக் கலந்து, பிறகு சர்க்கரையையும் சேர்த்துக் கலந்து அளவுப்படி கொடுக்க எண்வகைக் குன்மமும் நீங்கும். கைகால் எரிவு அடங்கும். உடல் பெருக்கும்.

3. குமட்டி சூரணம்: விதை, ஓடு நீக்கப்பட்ட ஆற்றுக் குமட்டிக் காய் 20, வளையலுப்பு 5 பலம், உப்பு 1 படி, பசுவின்பால் 1 படி கூட்டிச் சட்டியிலிட்டு அடுப்பிலேற்றி வேகவைத்துக் கடைந்து மூடிச் சீலைமண் செய்து, 40 நாள் புதைத்து எடுத்து அரைத்து வைத்துக் கொண்டு, ஒரு வராகன் எடையாக காலையில் மாத்திரம் கொடுத்துவரக் குன்மம் நீங்கும்.

4. மூக்கிரட்டைச் சூரணம்: மூக்கிரட்டைவேர், வெண்குன்றிவேர், கொன்றைவேர் வகைக்கு 1 பங்கு;கடுக்காய்த்தோல் 3 பங்கு. இவைகளைப் பொடித்து அளவுப்படி கொடுக்க வயிற்றுவலி தீரும்.

5. திராட்சாதி சூரணம்: திராட்சை, பேரீச்சங்காய், கோரைக் கிழங்கு, காட்டு மிளகு, சந்தனத்தூள், நெற்பொரி, கூகைநீறு, காட்டெருமைப்பால், ஏலம், நற்சீரகம் வெட்டிவேர், திரிகடுகு, திரிபலை, பேராமுட்டிவேர், கோஷ்டம், அதிமதுரம், சிற்றாமுட்டி, சீந்தில் சர்க்கரை, நிலக்குமிழ் வேர், சிற்றாமல்லி, நெருஞ்சில் வேர், விலாமிச்சம் வேர், மரமஞ்சள், நெய்தல் கிழங்கு, கிராம்பு, கஸ்தூரிமஞ்சள், ஆகியவற்றைச் சமஎடை இடித்துப் பொடித்துச் சலித்துச் சம அளவு சர்க்கரை கூட்டித் தான்றிக்காயளவு தேனில் கொள்ளக் குன்மம் முதலாகப் பல நோய்கள் தீரும்.

6.தாளிசாதி சூரணம்: தாளிசம் முதலாகப் பல்வகைப்பட்ட கடைச்சரக்குகளைச் சேர்த்துச் சூரணமாக செய்து வழங்கப்படும். இதனை நோய்க்குத் தக்கவாறு அளவு நிர்ணயித்து நாளொன்றுக்கு இரு வேளை தேனில் கொள்ள, குன்மம் நீங்கும். ஐயம் தொடர்பாக வரும் இருமல், சயம் முதலிய நோய்களிலும் இம்மருந்து பெரிதும் பயன்படுத்தப் படுகிறது.

வடக மருந்துகள்

1. பிரண்டை வடகம்: பிரண்டையைத் துண்டு துண்டாக நறுக்கி, வகிர் வகிராகப் பிளந்து மோரில் ஊறவைத்து நன்றாக நைய இடித்து அதில் மிளகு, கொத்துமல்லி விதை, உப்பு, சீரகம், உளுந்து, எள்ளு, கொள்ளு, முதலியவற்றை அளவாகச் சேர்த்து, அரைத்து சிறிய வடகங்களாகச் செய்து காய வைத்து, நன்றாகக் காய்ந்து பின் நெய்யில் வறுத்துப் புசிக்கக் குன்மம் நீங்கும்.

2. பிரண்டை வடகம் (வேறுமுறை): பிரண்டையின் கணுக்களையும், பக்கத்திலுள்ள நரம்புகளையும் நீக்கி, நெய்யிலிட்டு வதக்கி, அதற்கு நேர் மிளகு, சுத்தி செய்த பச்சை வசம்பு, உப்பு, ஓமம் கடுக்காய் சேர்த்திடித்து, மோர் விட்டுப் பிசைந்து கால் பலம் உள்ள உருண்டைகளாக உருட்டி உலர்த்திக் கொள்ள வேண்டும். வேளைக்கு ஒரு மாத்திரை வீதம் உபயோகித்து வரக் குன்ம வகை நோய்கள் நீங்கும். இச்சாபத்தியம் காக்கவும்.

3. கறிவேப்பிலை வடகம்: கறிவேப்பிலை, கொத்துமல்லி, உப்பு, மிளகு, கிச்சிலிக் கிழங்கு, சாதிப்பத்திரி இவைகளைச் சம அளவு நீர் விட்டரைத்து இலந்தை விதைப் பிரமாணம் உருட்டி உலர்த்தவும். சீரணப்பிணிகள் யாவும் தீரும்.

இலேகிய வகை மருந்துகள்

1. சரபங்க வில்வாதி இலேகியம்: இதன் செய்முறை வாத நோய்களின் பொது மருத்துவ முறைகளில் கூறப்பட்டுள்ளது. குழம்பு பக்குவத்தில் உள்ள இந்த இலேகியத்தில் 1 1/4 வராகன் எடை அளவாக ஒரு நாளுக்கு 2 வேளை உண்டு வர எண் வகைக் குன்ம நோய்களும் நீங்கும். ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ளலாம்.

பத்தியம்: புளி, கைப்பு, புகை, பெண்போகம் நீக்க வேண்டும்.

2. நாரத்தை இலேகியம்: அழல் குன்மத்திற்கு இம்மருந்து மிகவும் சிறந்தது. இதில் நாரத்தம் பழச்சாறு, இஞ்சிச்சாறு, அமுக்கராவேர்ச்சாறு, சாறணைவேர்ச் சாறு முதலான சாறு வகைகளும் திரிகடுகு, திரிபலை முதலான கடைச்சரக்குகள் பலவும் சேர்த்துத் தேன், நெய் முதலியனவும் கலந்து கிண்டி புதுக் கலசத்தில் சேர்த்து 4 நாள் பழகியபின் அளவுடன் காலை மாலை 1 மண்டலம் கொள்ள அழல் குன்மம், நெஞ்செரிவு முதலியன நீங்கும்.

3. இஞ்சி இளகம்: இஞ்சிச் சாறு, கண்டங்கத்தரிச்சாறு, நெருஞ்சில் சாறு, முள்ளங்கிச் சாறு, பழச்சாறு இவை வகைக்கு 1 படி. ஆவின்பால் 2 படி. பனைவெல்லம் 8 பலம். சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சீரகம், ஏலம், வாய்விடங்கம், கிராம்பு, தாளிசம் இவை வகைக்கு 1 பலம். பசு நெய் 1/2 படி. தேன் 1/4 படி. சாறுகள் எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகச் சேர்த்துப் பனைவெல்லத்தை அதில் கரைத்து அடுப்பேற்றிக் கடைச்சரக்குகளைச் சூரணித்து அதில் கலந்து எரித்து இலேகிய பதத்தில் இறக்கி நெய், தேன் இவை விட்டுக் கிளறி பாக்களவு வழங்கவேண்டும். நாளுக்கு 2 வேளையாகச் சாப்பிடலாம். எண் வகைக் குன்மமும் நீங்கும்.

4. கேசரி இலேகியம்: எலுமிச்சம்பழம் 200. நாட்டுச் சர்க்கரை 200 பலம். மிளகு 6 பலம். சீரகம் 6 பலம். கோஷ்டம், சுக்கு, தாளிசம், திப்பிலி, சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி இவை வகைக்கு 8 வராகன் எடை. நெய் 8 பலம் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். பிறகு எலுமிச்சம் பழத்தை வதக்கிச் சாறு பிழிந்து சர்க்கரையை அதில் கலந்து கரைத்து வடிகட்டி அடுப்பேற்றிப் பாகுபதம் வந்தவுடன் இறக்கிச் சூரணித்த கடைச்சரக்குகளைச் சிறிது சிறிதாகப் போட்டுக் கிளறிப் பிறகு நெய் சேர்க்க வேண்டும்.

1 முதல் 2 வராகன் எடை அளவு கொடுத்து வர அன்ன வெறுப்பு, வயிற்று வலி, வாந்தி முதலியன நீங்கும்.

தைல வகைகள்

1. கந்தகச்சுடர் தைலம்: இது மேகநோய்கள், வளிநோய்கள், தோல் நோய்கள் ஆகியவற்றில் பயன் படுத்தப்படும் மருந்தாகும்.

இத்தைலத்தில் 3 3/4 குன்றிமணி அளவு சர்க்கரையில் காலை மாலை இருவேளையாக 10 நாள் பத்தியமின்றி கொள்ள, குன்ம நோய் தீரும் எனக் கூறப்பட்டுள்ளது.

2. சித்தாதி எண்ணெய்: இது நேர்வாளம் சேர்ந்த பேதி மருந்தாகும். வளி நோய்களில் வளித்தாதுவைத் தன்னிலை அடையச் செய்யப் பேதிக்கு வழங்குவது அவசியமாகையால் அந்நோய்களில் பெரிதும் பயன்படுகிறது. வளி தொடர்பான நோய்களில் ஒன்றான குன்மமும் இம்மருந்தினால் குணமாகும் என எண்ணப்படுகிறது.

3 முதல் 5 துளிகள் நிசித்தண்ணீரில் அல்லது சோம்புக் குடிநீரில் கொடுக்கப் பேதியாகும். எண்வகைக் குன்ம நோய்களிலும் நோயின் தன்மையறிந்து இதனைப் பயன்படுத்தலாம். இம்மருந்தினால் மிகுதியாகப் பேதியானால் சீரகக் குடிநீர், பழரசம், மோர் ஆகியவைகளில் ஏதேனும் ஒன்றைக் கொடுக்க பேதி நின்று விடும்.

3. வாதநாசத்தைலம்: வாத நாராயண இலைச் சாறு 1 படி, வெங்காயச் சாறு 1 படி, ஆமணக்கு நெய் 1 படி. இவைகளை ஒரு பாத்திரத்தில் சேர்த்துப் பக்குவத்தில் காய்ச்சி வடித்து அதில் 1/2 பலம் இரசக்கற் பூரத்தை நன்றாகப் பொடித்துக் கலக்க வேண்டும்.

1/4 முதல் 1 அவுன்சு அளவாக காலையில் மாத்திரம் கொள்ளப் பேதியாகும். இதனால் கீல்வாயு, பக்கவாதம், சூலை போன்ற நோய்கள் போம். குன்மமும் குணமாகும் எனப்படுகிறது.

சரபேந்திரரின் குன்ம நோய் மருத்துவ முறைகள்

1. ஏகமூலிகைச் சூரணம்

நீர் மேல் நெருப்பு என்னும் மூலிகையை ஞாயிற்றுக் கிழமை வேருடன் பிடுங்கி வந்து, வெயிலில் காயவைத்து மற்றோர் ஞாயிறன்று இடித்து ஒரு புதிய சட்டியில் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

ஒரு வெருகடிப் பிரமாணம் 3 தினம் வெந்நீரில் உட்கொண்டு புளி, கசப்பு நீக்கி, பத்தியமாகச் சாப்பிடக் குன்மங்கள் தீரும்.

5 நாட்கள் இம்மருந்தைச் சாப்பிட சத்தி குன்மம் நீங்கும்.

7 நாட்கள் சாப்பிட வளி குன்மம் தீரும்.

10 நாட்கள் சாப்பிட அழல் குன்மமும் தீரும்.

2. தீபாக்கினி சூரணம்

சோற்றுப்பு, இந்துப்பு, வளையலுப்பு, அட்டுப்பு, உவர்மண் உப்பு, வெங்காரம், சவுக்காரம், நவாச்சாரம் ஆகிய உப்பு வகைகள் வகைக்கு 1 பலம்.

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சிறுதேக்கு, ஓமம், செவ்வியம், கண்டத்திப்பிலி, கறுஞ்சீரகம், சீரகம், வட்டத்திருப்பி ஆகிய கடைச் சரக்குகள் வகைக்கு 1 பலம். கொடிவேலி, இஞ்சி ஆகியன வகைக்கு 41/2 பலம். இவை எல்லாச் சரக்குகளையும் வறுத்துப் பொடி செய்து தினந்தோறும் ஒரு வெருகடியளவு எடுத்துத் தேனில் குழைத்துச் சாப்பிட வேண்டும். எண்வகைக் குன்ம நோய்களும் நீங்கும்.

3. சிவதைச் சூரணம்

சுத்தி செய்த சிவதை வேர் 27 வராகன் எடை, கொத்துமல்லி விதை, கடுக்காய், திப்பிலி, கோரைக் கிழங்கு, வாய்விடங்கம், சுக்கு, மிளகு, தான்றிக்காய் வகைக்கு 1 வராகன் எடை - இவைகளை உலர்த்தி இடித்துத் துணியில் சலித்து இதற்குச் சரி எடை சர்க்கரை கலந்து வெந்நீருடன் உட்கொள்ளக் குன்மம் நீங்கும்.

4. நிலவாகைச் சூரணம்

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சீரகம், கறுஞ்சீரகம், ஓமம், பெருங்காயம், இந்துப்பு வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து நன்கு சூரணம் செய்து, நிலவாகை 4 பலத்தைத் தனியாகச் சூரணித்து இரண்டையும் ஒன்றுபடக் கலந்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்

இச்சூரணத்தில் வெருகடிப்பிரமாணம் வெந்நீருடன் சாப்பிட்டு வர குன்மங்கள் நீங்கும். உப்பு சேர்க்கலாம். புளி, கைப்பு, வாயுப் பொருட்கள் ஆகியவற்றை நீக்கவும்.

5. நரசிங்க இரசாயனம்

சுத்தி செய்த கொடிவேலிவேர், சேங்கொட்டை வகைக்கு 16 பலம்.

தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு, நெருஞ்சில், நிலப்பனைக்கிழங்கு ஆகியன முறையே 64,8,20 பலம் அளவுகளில் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தேன், பசுநெய், சீனி முதலியன முறையே 16,8, 25 பலம் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

மேற்படி சரக்குகளை நன்கு சூரணம் செய்து, நெய், தேன், சீனி ஆகியவற்றையும் சூரணத்துடன் ஒன்றுபடக் கலந்து ஒரு நெய் தடவிய பானையில் வைக்க வேண்டும்.

காலையிலும் மாலையிலும் ஒரு வராகன் எடை வீதம் சாப்பிட்டு வரக் குன்மங்கள் யாவும் தீரும்.

6. பஞ்ச லவணச் சூரணம்

இந்துப்பு, கடலுப்பு, வளையலுப்பு, அட்டுப்பு, உவர்மண் உப்பு- இவை வகைக்கு 1 படி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

சதுரக் கள்ளியை வேருடன் சிறுகச் சிறுக நறுக்கிய தூள் 5 படி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

ஒரு புதுப்பானையில் முதலில் இந்துப்பு ஒரு படியைப் போட்டு அதன்மேல் நறுக்கிய சதுரக்கள்ளி 1 படி போடவேண்டும். பின் அதன் மேல் கடலுப்பு 1 படி போட்டு மறுபடியும் அதன்மேல் சதுரக்கள்ளி 1 படி போடவேண்டும். இவ்வாறே மற்ற உப்புகளுக்கும் செய்ய வேண்டும். பின் பானைக்குச் சரியான மூடி கொண்டு மூடி சீலைமண் செய்து, காய வைக்கவும். பின் இப்பானையை அடுப்பில் ஏற்றி 60 நாழிகை எரிக்க வேண்டும்.

ஆறியவுடன் பானைக்குள் உள்ள பற்பத்தை எடுத்து, அதனுடன் வகைக்கு 1 பலம் அளவில் எடுத்து வறுத்துச் சூரணித்த ஓமம், திப்பிலி, மிளகு இவற்றுடன் சேர்த்து நன்கு அரைத்து எடுத்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இச்சூரணத்தை அதிகாலையில் வெந்நீருடன் ஒரு காசெடை வீதம், 7 நாட்கள் சாப்பிடக் குன்ம நோய் நீங்கும்.

7. பிரண்டையாதிச் சூரணம்

பிரண்டைக் கொடியின் வேர், புளியரணைவேர், அவுரிவேர்-இவை சம எடை எடுத்து வெயிலில் உலர்த்தி, பின் உரலிலிட்டு நன்கு இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதற்குச்சம எடை சர்க்கரை சேர்த்துக் கொள்ளவும்.

நாள் ஒன்றுக்கு ஒரு குன்றிமணி அளவு உட்கொண்டு வரக் குன்மம் தீரும். புளி, கைப்புப் பதார்த்தம் நீக்கவும்.

8. கொடிவேலியாதி சூரணம்

சுத்தி செய்த கொடிவேலி வேர், பொரித்த பெருங்காயம் வகைக்கு 2 வராகன் எடை. சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, ஓமம், இந்துப்பு, கறுஞ்சீரகம் இவை வகைக்கு 1 பலம். இவை எல்லாவற்றையும் கல்லுரலிலிட்டு இடித்துச் சலித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இதில் புள்ளடிப் பிரமாணம் (பறவையின் கால் அளவு) எடுத்து அன்னத்தில் போட்டுச் சாப்பிட்டு வரக் குன்மம் நீங்கும்.

9. சாறணை வேர்ச் சூரணம்

சாறணை வேரைச் சிறுசிறு துண்டுகளாக நறுக்கிச் சாறணைச் சாற்றில் ஊறவைத்து எடுத்துக் கொண்டு அத்துடன் சரிபாகம் வரிக்கடுக்காய் சேர்த்து நன்கு அரைக்க வேண்டும். அரைத்த விழுதை வெயிலில் காய வைத்துப் பொடியாக்கிக் கொள்ள வேண்டும். இதில் ஒரு வெருகடியளவு (பூனையின் காலடி அளவு) வெந்நீரில் சாப்பிடக் குன்மம் நீங்கும்.

10. வாயு குன்மச் சூரணம்

மிளகு 2 பலம், சுக்கு 3 பலம், சீரகம் 4 பலம்- இவைகளை நன்கு உலர்த்தி உரலிலிட்டுப் பொடி செய்து சலித்து வைக்க வேண்டும்.

பொரித்த இந்துப்பு, கல்லுப்பு வகைக்கு 3 பலம்; பொட்டிலுப்பு 2 பலம் - இவற்றையும் பொடி செய்து வைத்துக் கொண்டு மேல் சொன்ன சூரணத்துடன் கலந்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இதில் வேளைக்கு ஒரு வெருகடியளவு வெந்நீரோடு சாப்பிட வாயு குன்மம் தீரும். புளி, பூசணிக்காய், பால், கைப்புப் பொருட்கள், மோர், கடுகு, புகையிலை, தயிர் இவற்றை நீக்கவும்.

11. இங்குலாதிச் சூரணம்

பொரித்த பெருங்காயம்	1	வராகன் எடை
பொரித்த இந்துப்பு	2	"
சீரகம்	3	"
வசம்பு	4	"
சுக்கு	5	"
கடுக்காய்த்தோல்	6	"

கொடிவேலி வேர்த்தோல் 7 "

கோஷ்டம் 8 "

இவ்வெட்டு சரக்குகளையும் கல்லுரலிலிட்டு நன்கு இடித்துத் துணியில் சலித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இதில் ஒரு வெருகடியளவு இள வெந்நீரில் சாப்பிடக் குன்மம் நீங்கும்.

12. பெருங்காயச் சூரணம்

பொரித்த பெருங்காயம் 1 பலம்; வெள்ளைப்பூண்டு 5 பலம்; இந்துப்பு, பொட்டிலுப்பு, கல்லுப்பு, யவச்சாரம், வளையலுப்பு, கண்டத்திப்பிலி, நவாச்சாரம், பேரரத்தை, வெங்காரம், கடுகுரோகணி, ஓமம் இவைகள் வகை ஒன்றுக்கு 1 வராகன் எடை; நாயுருவி, வாழைச் சருகு, நீர்முள்ளி இவைகளின் உப்பு வகைக்கு 1 வராகன் எடை; கண்டங்கத்தரி சுட்டசாம்பல்- இவைகளைக் கல்லுரலில் இட்டு நன்கு சூரணித்துக் கொள்ள வேண்டும். பின்பு வெள்ளைப்பூண்டுத் தைலத்தினால் நன்கு அரைத்துக் கொண்டு, ஒரு மிளகு அளவு வியாதிக்குத் தக்கவாறு 2 வேளை உட்கொள்ள, 8 வகைக் குன்மங்களும் தீரும்.

13. ஆடுதீண்டாப்பாளை எரிப்புச் சூரணம்

ஆடுதீண்டாப்பாளைச் சமூலத்தைத் தேங்காய் அளவு அரைத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். ஒரு புதுச்சட்டியில் இரண்டு பிடி உப்பைப் பரப்பி அதன் மேல் ஒரு விரற்கடையளவுக்கு ஆடுதீண்டாப்பாளைக் கற்கத்தைத் தட்டையாகத் தட்டி வைத்து அதன் மேல் மேலும் இரண்டு பிடி உப்பைப் பரப்பி, பின் அச்சட்டியை மூடிச் சீலைமண் செய்யவும். இதை அடுப்பில் வைத்துச் சீறு தீயாக எரிக்கவும்.

எரிக்கும் போது உப்பு படபடவென வெடித்துச் சீலைமண் வழியே ஆவிவர ஆரம்பித்துப் பொன் நிறமாகும். அப்போது அதை அடுப்பிலிருந்து எடுத்து இறக்கிச் சூடாறியபின் அம்மியில் வைத்து நன்கு பொடி செய்து கொள்ளவேண்டும்.

இம்மருந்தில் ஒரு வெருகடியளவு எடுத்து வெந்நீருடன் உட்கொள்ளக் குன்மம், அசீரணம், பசியின்மை யாவும் நீங்கும்.

14. பெருங்காயத் துளசி சூரணம்

பொரித்த பெருங்காயம், துளசி வகைக்கு 5 வராகன் எடை எடுத்துச் சேர்த்து அரைத்து வைத்துக் கொண்டு வேளைக்கு 1 1/2 வராகன் எடை வீதம் 2 வேளை சாப்பிட்டு வெந்நீர் உட்கொள்ளவும். மறுதினம் துவரை, மிளகு ரசம் உப்பில்லாமல் வைத்துச் சாப்பிட்டு வெந்நீர் உட்கொள்ளவும். இப்படி 20 நாளும் பிறகு 10 நாட்கள் ஒரு வேளை மருந்தும் சாப்பிடக் குன்மம் நீங்கும்.

15. கறுநொச்சிக் குடிநீர்

கறுநொச்சி, திப்பிலி, மிளகு, கறுஞ்சீரகம், சுக்கு, இவை வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு வீதம் எடுத்து-இவைகள் எல்லாம் சேர்ந்த அளவுக்கு 8 மடங்கு நீர் வைத்து 1 மடங்காக வற்றக் காய்ச்சி எடுத்துக் கொள்ளவும். இக் குடிநீரைத் தினம் சாப்பிட்டு வரக் குன்மம் தீரும்.

16. கறிவேப்பிலைக் குடிநீர்

கறிவேப்பிலை, சீரகம், மிளகு, மஞ்சள், திப்பிலி, சுக்கு சம எடை எடுத்துக் கொண்டு இவற்றை எல்லாம் நீர் விட்டரைத்து, இளநீரில் கரைத்து நீர் வற்றும்படியாகக் காய்ச்சி, அதனை தினமும் உண்ண வேண்டும். இதனால் குன்மம் தீரும்.

17. புரசம்பட்டைக் குடிநீர்

புரசம்பட்டை, திப்பிலி, சுக்கு, மிளகு, வெள்ளைப்பூண்டு-இவை யாவற்றையும் ஒன்றிரண்டாக இடித்துத் தண்ணீரில் போட்டுக் குடிநீர் செய்யவும். பின் குடிநீரை இறுத்துவிட்டு அடியில் தங்கியிருக்கும் சரக்குகளை அரைத்துக் குடிநீருடன் குழப்பிச் சாப்பிடக் குன்மங்கள் தீரும்.

18. நெற்பொரியாதிக் குடிநீர்

நெற்பொரி, பச்சைப்பயறு, புரசம்வேர், முல்லைவேர், ஏலக்காய், சுக்கு, நெல்லி-இவைகளை வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து ஒன்றிரண்டாக்கி இளநீர் ஒரு மரக்கால் அளவு போட்டு அடுப்பின்மேல் வைத்துப் பாதியாகச் சுண்டக்காய்ச்சவும். இதில் தினந்தோறும் 1 அவுன்சு வீதம் சாப்பிட்டுக் கொண்டுவர, சத்தி குன்மம் தீரும்.

19. வெண்ணொச்சி மோர் தெளிவு

புதிதாய் ஒரு சட்டியை அடுப்பின் மேல் ஏற்றி அதில் வெண்ணொச்சி இலை போட்டு அத்துடன் கல்லுப்பையும் போட்டு வறுக்கவும். கொஞ்சம் சூடு இருக்கும்போது மோரையும் ஊற்றவும். பின்பு அதனை ஓரிடத்தில் வைத்துத் தெளியவிடவும். நன்கு தெளிந்தபின் மேல் தெளிவை இறுத்துக் கொள்வும். குன்மம் ஆரம்பிக்கும்போதே சாப்பிட, உடனே தீரும்.

20. குன்மாதிக் குடிநீர்

ஆயில் மரப்பட்டை, புங்கம்பட்டை, சாறணைவேர், கொடிவேலிவேர், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, இந்துப்பு, கடுக்காய்- இவைகளைச் சம எடை எடுத்து உரலில் இட்டு ஒன்றிரண்டாக இடித்து 16 பங்கு நீர் விட்டு, 8-இல் ஒன்றாகக் காய்ச்சிக் குடிநீர் செய்து உபயோகிக்கக் குன்மம் குணமாகும்.

21. எரி குன்ம வாயுக் குடிநீர்

மிளகு ஒரு காசெடை, சீரகம் 3 காசெடை எடுத்து அவ்விரண்டையும் பொன் வறுவலாக வறுத்துக் கொண்டு, அரைப்படி நீர் விட்டு அரைக்கால் படியாக வற்றக் காய்ச்சவும். பின்பு அதனுன் 2 காசெடை கற்கண்டும் பசுநெய் 4 காசெடையும் சேர்த்துக் காலை, மாலை 3 நாள் சாப்பிட எரி குன்மம் தீரும்.

22. வலி குன்மக் குடிநீர்

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கொடிவேலிவேர், சாறணைவேர்-இவைகள் வகைக்கு 2 பலம் எடுத்துச் சிறியதாக நறுக்கி, 4 படி தண்ணீர் விட்டு அரைப்படியாக வற்றக் காய்ச்சித் தினம் காலை, மாலை ஒரு அவுன்சு வீதம் குடித்துவர, வலி குன்மம் தீரும்.

23. புரசம் பட்டைக் குடிநீர்

புரசம்பட்டையின் மேல் புறணியைச் சீவிவிட்டு சிறியதாக நறுக்கி இடித்துச் செய்த தூள் 4 பலத்தோடு, 4 மரக்கால் தண்ணீர் விட்டு ஒரு மரக்காலாக வற்றக் காய்ச்சி நன்றாகப் பிசைந்து ஒரு பானையில் வடி கட்டிக் கொள்ளவும். இதில் 1/4 பாகம் மட்டும் எடுத்து மறுபடியும் அடுப்பிலேற்றி நாலில் ஒன்றாகக் காய்ச்சவும்.

மிளகு, சுக்கு, வெள்ளைப்பூண்டு, வசம்பு இவற்றைத் தனித்தனியே இக்குடிநீர் கொண்டு அரைத்து ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு கொட்டைப் பாக்களவு எடுத்து மிகுதியுள்ள 3/4 பாகத்தைப் புரசம்பட்டைக் குடிநீரில் குழப்பிக் கொள்ளவும்.

இதை தினம் 2 வேளை 1/4 படி வீதம் 3 நாள் சாப்பிடக் குன்மம் தீரும். நாள்பட்டக் குன்மத்திற்கு 10 நாள் சாப்பிட வேண்டும். பத்தியம் தேவை.

24. வலி குன்மக் குழம்பு

பெருங்காயம், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, வெள்ளைப்பூண்டு, கடுகு, இந்துப்பு, சீரகம், கறுஞ்சீரகம், வெந்தயம், கழற்சிக்கொடிக் கொழுந்து, கழற்சிக்காய் பருப்பு, வேலிப்பருத்தி, முடக்கற்றான் இலை- வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து இடித்துத்

தேங்காய்ப்பால் 2 நாழி, வெள்ளாட்டுப்பால் 2 நாழி விட்டுக் குழப்பி அடுப்பிலிட்டு 2 நாழியாகக் காய்ச்சி வடித்துக் கொள்ள வேண்டும். இதனால் வலி குன்மம் குணமாகும்.

25. ஏரண்டத் தைலம்

வெள்ளைப்பூண்டு, இஞ்சி, சிவந்திப்பூ, சிவதைவேர், இந்துப்பு, மிளகு, திப்பிலி, நிலவாகை வேர், உகாவேர், முருங்கைப் பட்டை முடக்கற்றான், நொச்சி, கழற்கொடி, சாறணைவேர், கொன்றைவேர், கொடி வேலிவேர், செம்முள்ளி, கள்ளிப்பால் (கொடிக்கள்ளி அல்லது சதுரக்கள்ளி) - இவை ஒவ்வொன்றும் சம எடை எடுத்துக் கல்கமாக அரைத்து, இவை எல்லாம் சேர்ந்த எடைக்கு 4 பங்கு ஆமணக்கு எண்ணெயுடன் சேர்த்துக் காய்ச்சி பதத்தில் வடித்துக் கொள்ளவும். இதில் தினமும் காசெடை சாப்பிட எண்வகைக் குன்மங்களும் நீங்கும்.

26. இந்துப்பாதி எண்ணெய்

இந்துப்பு, காயம், வசம்பு, உள்ளிப்பூண்டு வகைக்கு 1 பலம். கொடிவேலி வேர் எலுமிச்சங்காயளவு. சீந்தில் கொடிவேர் நாரத்தங்காயளவு.இவைகளை எடுத்து எல்லாவற்றையும் சேர்த்து அரைத்து 4 சேர் விளக்கெண்ணெயில் கலந்து அடுப்பிலேற்றிப் பதத்தில் இறக்கி எண்ணெயை வடித்துக் கொள்ளவும். இதை அனுதினமும் ஒரு காசெடை சாப்பிட்டு வர எரி குன்மம், சத்தி குன்மம், வலி குன்மம் ஆகியன நீங்கும்.

27. குமட்டிக்காய் எண்ணெய்

நன்கு முற்றிய பேய்க்குமட்டிக் காய்களை வரகு வைக்கோலைப் போட்டுக் கொளுத்தி விடவும். காய்கள் நன்கு வெந்தபின் அவைகளை நசுக்கி 2 படி சாறு பிழிந்துகொள்ளவும். அத்துடன் வெள்ளைப்பூண்டுச்சாறு 2 படி, விளக்கெண்ணெய் 2 படி, பசுவின்பால் 2 படி ஆகச் சேர்த்து நன்கு கலந்து ஒரு பானையிலிட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி மெழுகு பதம் வரும்வரை எரிக்கவும். பின்னர் பொரித்த பெருங்காயம் 1 பலம், கடுகுரோகணி 3 வராகன் எடை, கண்டத்திப்பிலி 3 வராகன் எடை- இவற்றை நன்கு பொடி செய்து மேலே சொன்ன கொதிக்கும் எண்ணெயில் கலந்து பதத்தில் இறக்கவும்.

இந்த எண்ணெயில் ஒரு துட்டளவு அதிகாலையில் 7 நாட்கள் வரை கொடுத்து, எட்டாம் நாள் வெதுப்பித்துக் கொடுக்கவும். பேதியாகும் அன்றைக்குப் புளி சேர்த்து இச்சாபத்தியமாக இருக்கவும். குழந்தை இல்லாதவர்களுக்குக்

கர்ப்பம் உண்டாகும். இவ்வாறே 3 முறை எட்டெட்டு நாட்கள் சாப்பிடக் குன்மம் முதலாகப் பல்வேறுபட்ட நோய்களும் நீங்கும்.

28. அழல் குன்ம எண்ணெய்

முசுமுசுக்கை இலையை ஒரு கடுக்காய் அளவு விழுதாக அரைத்து, நல்லெண்ணெய் ஒரு ஆழாக்கோடு சேர்த்துக் குழப்பி எலுமிச்சம்பழச் சாற்றையும் அத்துடன் சேர்த்து நன்கு குலுக்கி வைத்துக்கொள்ளவும்.

இதை வேளைக்குத் துட்டெடை வீதம் 3 வேளையும் சாப்பிட்டுவரப் பற்பல நோய்கள் தீர்வதுடன், அழல் குன்ம நோயும் நீங்கும். இச்சாபத்தியமாக இருக்க வேண்டும்.

29. கந்தகத் தைலம்

சுத்தி செய்த நெல்லிக்காய் கந்தகம் 1 பலத்தைச் சங்கம் பழத்தின் சாறு விட்டு நன்கு அரைத்து நல்ல வெயிலில் வைக்க அதிலிருந்து தைலம் பிறக்கும். அதை ஒரு இறகினால் எடுத்து வழித்துப் பீங்கானில் சேமித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

இத் தைலத்தில் ஒன்று அல்லது இரண்டு சொட்டு மட்டும் உள்ளுக்கு சாப்பிட்டு வரக் குன்மங்கள் தீரும்.

30. எரி குன்ம நெய்

கொத்துமல்லி விதை, செண்பகப்பூ, கிராம்பு, அதிமதுரம், கோஷ்டம், ஏலக்காய், சாதிக்காய், கறுஞ்சீரகம், சாத்திரபேதி, பெருங்காயம், சதகுப்பை- இவைகள் வகைக்கு 1 வராகன் எடை எடுத்துத் தண்ணீர் விட்டுக் கற்கமாக அரைத்துக் கொண்டு பசுநெய் 1 படியில் நன்றாகக் குழப்பி அடுப்பின் மீது ஏற்றிப் பதத்தில் இறக்கவும். தினந்தோறும் கால் தோலா வீதம் சாப்பிட எரி குன்மம் நீங்கும்.

31. பிரண்டைக் கடுகு

கொடிப்பிரண்டைச் சாறு 1 குருணி; கடுக்காய் 50 எண்ணிக்கை; சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி வகைக்கு 1 பலம்; சீரகம், பெருங்காயம், சவுக்காரம், அதிவிடயம், வெங்காரம் வகைக்கு 1/2 பலம்; கடுகு, ஓமம் வகைக்கு 1 உழக்கு; உப்பு 2 நாழி; கடுகுரோகணி, மல்லி வகைக்கு 4 வராகன் எடை; அதிமதுரம் 7 வராகன் எடை; பூண்டு 5 பலம். இவற்றைச் சேர்த்து அரைத்து அனலில் வைத்து அடியில் பற்றாமல்

கிளறிவிட்டு இறுகும் பக்குவத்தில் சிற்றாமணக்கெண்ணெய் 1/4 படி விட்டு அடிப் பற்றாமல் பதமாக இறக்கி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தினம் ஒன்றுக்கு 1 பாக்களவு. 1 மண்டலம் சாப்பிடவும். புளிப்பு, கைப்பு பதார்த்தம் நீக்க வேண்டும். குன்ம நோய் நீங்கும்.

32. நவாச்சாரப் பற்பம்

புளியம்புறணி சுட்ட சாம்பலை எடுத்துக் குப்பைமேனியின் சாறு விட்டு அரைத்துக் குகை செய்து உலர்த்தி, குகைக்குள்ளே நவாச்சாரம் வைத்துக் குகை வாயை மூடிக் களிமண்ணால் சீலைமண் செய்து, குக்குடபுடத்தில் அதாவது 1 1/2 சாண் ஆழமுள்ள புடத்தில் இடவும். அது பற்பமாகும். பற்பத்தில் இரண்டு பணவெடை வீதம் தேனில் சாப்பிட, நாட்பட்ட வாயு குன்மம், வாயு கட்டி ஆகியன நீங்கும்.

33. வழுதுணைப்பழ மருந்து

சிறுமுள் கத்தரி 40 பழங்கள், உப்பு 1 நாழி - இவ்விரண்டையும் ஒரு குருணி மோருடன் பெரிய பானையிலிட்டு அதன் வாயை ஒரு சட்டியால் வாய் படிய மூடி, பூமிக்குள் புடமாக வைக்கவும். 30 நாட்கள் கழித்து எடுத்து ஒவ்வொரு நாளும் காலையில் 1 பழம் எடுத்து, ஒரு காசெடை நல்லெண்ணெயில் தோய்த்து 15 நாட்கள் சாப்பிட வேண்டும். இதனால் எண் விதக் குன்மங்களும் தீரும்.

34. கத்தரிப் பெருங்காய மருந்து

சொத்தை இல்லாத நன்றாக முற்றிய கத்தரிக்காய் இரண்டு கொண்டு வந்து அதைக் குடைந்து கொள்ளவும். அதில் 1/2 வரகனெடை பெருங்காயத்தை வைத்து 1/2 சேர் நல்லெண்ணெயில் வேக வைத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

இதை மூன்று தினம் சாப்பிட்டு மேற்படி எண்ணெயை மேலே தடவிக் கொண்டு வர, வலி குன்மம் தீரும்.

35. நாகச் செந்தூரம்

துத்தநாகம் 10 பலம் எடுத்து இலுப்பை எண்ணெயையும் பசுவெண்ணையையும் அதன் மேல் தடவி, வெள்ளாட்டுப்பாலில் 20 தடவை உருக்கி ஊற்றிச் சுத்தம் செய்து அதை ஓர் சட்டிக்குள் வைத்து அடுப்பிலேற்றவும். அதில் வெடியுப்பு 1 நாழி, சுக்கு 1 பலம், ஓமம் 1/2 படி, மஞ்சள் 1 பலம்- இவற்றை நன்றாகப் பொடி செய்து சிறுகச் சிறுகப் போட்டு, அத்துடன் செந்நாயுருவியையும்

நறுக்கிப் போட்டு நன்றாக வறுக்கவும். அது மாதுளம்பூப் போல சிவந்த செந்தூரமாகும்.

இச்செந்தூரத்தில் 1 முதல் 3 குன்றி எடை வரை எடுத்து அதனுடன் ஒரு வெருகடியளவு கொடிவேலி வேர்ச் சூரணம் சேர்த்துத் தேனில் குழைத்து 10 நாட்கள் சாப்பிடவும். இதனால் சத்தி குன்மம், எரி குன்மம், வலி குன்மம், வாயு குன்மம் ஆகியன தீரும்.

36. இரசமாதி செந்தூரம்

சுத்தி செய்த இரசம் 5 பலம், சுத்தி செய்த கந்தகம் 1 பலம், இந்துப்பு 4 பலம், அயத்தூள் 2 பலம், பொரித்த வெங்காரம் 8 பலம், ஊசிக் கந்தகம் 7 பலம். இச்சரக்குகளைச் சோற்றுக் கற்றாழைச் சாற்றால் 2 நாட்கள் அரைத்து, ஒரே வில்லையாகத் தட்டி ஒரு புதுச் சட்டிக்குள் வைத்து, அதன் மேல் மற்றொரு பொருத்தமான சட்டியால் மூடிச் சீலைமண் செய்து சாம்பிராணிப் புகை போட்டுக் காய வைக்கவும். பின்பு இதை அடுப்பின் மேலேற்றி ஒரே மாதிரி விறகால் 16 சாமம் எரிக்கவும். 5-ஆவது நாள் அதனை எடுத்து மறுபடியும் கற்றாழைச்சாறு விட்டு அரைத்து மறுபடியும் முன் கூறியவாறு செந்தூரமாகும் வரைப் புடமிடவும்.

இச்செந்தூரத்தில் 2 குன்றி எடையும் திரிகடுகு சூரணமும் சேர்த்து வெந்நீரில் சாப்பிடலாம். தேன், பழச்சாறு, தயிர் இவற்றையும் வெந்நீருக்குப் பதில் பயன்படுத்தலாம்.

இதனால் எல்லாவகைக் குன்ம நோய்களும் நீங்கும்.

37. இலவணச் செந்தூரம்

கல்லுப்பு 1 படி; நத்தைச் சதை 1 படி; பெருங்காயம், சங்கு, பொரித்த வெங்காரம், பலகறை, இந்துப்பு இவை வகைக்கு 1 பலம். மேற்படி சரக்குகள் யாவற்றையும் கொள்ளுக்குடிநீரில் அரைத்து, ஒரு புதுச்சட்டியை எடுத்து அதில் வெற்றிலைகளைப் பரப்பி மேற்படி மருந்தைப் பிட்டு போல் வைத்து மறுபடியும் வெற்றிலையால் மூடவும். பின்பு அச்சட்டியை மற்றொரு சட்டியால் மூடிச் சீலைமண் செய்து கஜபுடம் இடவும்.

புடம் ஆறிய பின் செந்தூரத்தை எடுத்துக் குன்ம நோய்களுக்கு வியாதியின் நிலைமை அறிந்து ஒரு வராகனெடை செந்தூரத்தைத் தேனிலோ, இஞ்சிச் சாற்றிலோ, பசுவெண்ணெயிலோ குழைத்துக் கொடுக்க வேண்டும்.

38. தாம்பிரச் செந்தூரம்

சுத்தி செய்த தாம்பிரப்பொடி 6 கழஞ்சு; சுத்தி செய்த இரசம், கந்தகம், பொரித்த வெங்காரம், பெருங்காயம் இவை வகைக்கு 2 கழஞ்சு.இவற்றைக் கல்வத்திலிட்டுத் தூதுளைச் சாற்றால் நன்கு அரைத்து வில்லை தட்டிக் காய வைத்து, அகலில் வைத்து மேலகல் மூடிச் சீலை மண் செய்து காய வைத்துக் குக்குடப் புடம் இடவும். இதனால் செந்தூரம் கிடைக்கும். இதனை 1 முதல் 2 குன்றியளவு தேனில் குழைத்துச் சாப்பிட எண்விதக் குன்மமும் தீரும்.

39. இரசப் பற்பம்

பாதரசம் 5 வராகன் எடை, வெங்காரம் 1 வராகன் எடை- இவ்விரண்டையும் எருக்கம்பூச்சாறு விட்டு 7 நாட்கள் அரைத்து, அரைத்த விழுதைப் பெரிய காசிக் குப்பியில் போட்டு, குப்பியை 7 சீலைமண் செய்து அதன் வாயை மாக்கல்லினால் மூடிவிடவேணடும். ஒரு பெரிய மண் சட்டியில் மணலைப் போட்டு அதில் இக் குப்பியை வைத்துக் குப்பியின் வாய்மட்டம் வரைக்கும் மணல் போட்டுச் சட்டியின் வாயை மற்றோர் சட்டியால் மூடிச் சீலைமண் செய்து சிறு தீயாக 12 சாமம் எரிக்க வேண்டும்.

ஆறிய பின் மருந்தை எடுத்துச் சுத்தி செய்த படிகாரம், சுத்தி செய்த பால்துத்தம், சங்குப் பற்பம் இவை வகைக்கு 1 வராகனெடை எடுத்து அந்த மருந்துடன் சேர்த்து ஒன்றாய் அரைத்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இம்மருந்தை 1 முதல் 2 குன்றியளவில் இஞ்சிச்சாற்றில் சாப்பிடக் குன்மம் நீங்கும்.

40. குக்கிலாதி மாத்திரை

சிற்றரத்தை, பெருங்காயம், ஓமம், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய், யவச்சாரம், சத்திச்சாரம், வெங்காரம், வெண்மிளகு, மஞ்சள், வசம்பு, கடலுப்பு, இந்துப்பு, அட்டுப்பு, வளையலுப்பு, உவர்மண் உப்பு, இலவங்கப்பட்டை, கோஷ்டம், கண்டத்திப்பிலி, வாய்விடங்கம், செவ்வியம், சாதிப்பத்திரி, சாதிக்காய்-இவை வகைக்கு 1 பலம். இவையெல்லாம் சேர்ந்த நிறைக்குச் சமஅளவு சுத்தி செய்த குங்கிலியமும், வெள்ளைப்பூண்டு 100 பலமும், வேண்டிய அளவுக்கு வெல்லமும் நெய்யும் சேர்த்து நன்றாக இடித்துக் கழற்சிக் காயளவு உருண்டைகளாகச் செய்து வைத்துக் கொண்டு, அதிகாலையில் தினம் ஒரு உருண்டை சாப்பிடக் குன்மம் முதலான பலவித நோய்கள் நீங்கும்.

41. தேங்காய் உருண்டை

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, ஓமம், குரோசாணி ஓமம், பூண்டு, கண்டத்திப்பிலி வகைக்கு 1 பலம். இந்துப்பு, பொட்டிலுப்பு, வளையலுப்பு, பெருங்காயம், சவுட்டுப்பு, கல்லுப்பு- இவை வகைக்கு 3 வராகன் எடை எடுத்துப் பொடி செய்து கொள்ளவும். மேற்கண்ட சரக்குகள் அனைத்தையும் இஞ்சிச்சாறு விட்டு அரைக்கவும். இரண்டு முற்றின தேங்காயின் கண்ணைத் திறந்து இளநீரை இறுத்து விட்டு, அரைத்த மருந்தை அதனுள் இட்டுக் கண்ணை மூடி சாணத்தால் கவசம் செய்து புடத்தில் போடவும். சாணம் கறுகும்படி அதைச் சுட்டெடுத்து அதைத் தட்டி உடைத்து அதனுள்ளிருக்கும் மருந்தை எடுத்து அரைத்து, தேற்றாங்கொட்டை அளவுக்கு உருண்டையாக உருட்டிக் கொள்ளவும். தேங்காயைக் கீறி காய வைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு கீற்றுத் தேங்காயும் ஒரு உருண்டை மருந்துமாக தினம் 2 வேளை சாப்பிட, எண்வகைக் குன்மங்களும் நீங்கும்.

42. வில்வாதி இளகம்

மேல்தோல் நீக்கிய வில்வவேரில் 30 பலம் எடுத்து நசுக்கி 8 மரக்கால் நீர் விட்டு ஊறவைத்து மறுநாள் அடுப்பின் மேலேற்றி 1 மரக்கால் ஆகும் வரை வற்றக் காய்ச்ச வேண்டும். பின்பு அக்குடிநீருடன் 30 பலம் வெல்லம் சேர்த்துக் கரைத்து வடிகட்டி அடுப்பின்மேல் ஏற்றிப் பாகுபதம் வரும்வரை காய்ச்சவேண்டும். இதனுடன் செவ்வியம் 40 பலம்; மிளகு, சீரகம், திப்பிலி, வகைக்கு 2 பலம்; சுக்கு 3 பலம்; கொடிவேலிவேர், அதிமதுரம், கண்டத்திப்பிலி, சாதிப்பத்திரி ஆகியன வகைக்கு 1 பலம், இலவங்கப்பத்திரி 1/2 பலம், ஏலக்காய் 1/2 பலம்.

மேற்படி சரக்குகளைப் பொன் நிறமாக வறுத்து உரலிலிட்டு இடித்துச் சூரணித்துக் கொள்ளவும். முதலில் தயாரித்த பாகில் இதனைக் கலந்து கிண்டி பதத்தில் இறக்கவேண்டும். சூடு ஆறியபின் தேன் 1 படி சேர்த்துக் கிளறி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதில் தினமும் ஒரு கழற்சிப் பிரமாணம் சாப்பிட, எண்வகைக் குன்மங்களும் நீங்கும்.

43. சீரக இளகம்

சீரகம் 2 பலம், இலவங்கப்பத்திரி 3 வராகன் எடை -இவைகளை இடித்துச் சூரணம் செய்து கொள்ள வேண்டும்.

தேன் 3 சேர் எடுத்து இளஞ்சூடாகக் காய்ச்சி ஆறவிட்டு எடுத்து மேற்படி சூரணத்துடன் கலந்து உபயோகிக்கவேண்டும். சத்தி குன்மம், அரோசகம் போன்ற நோய்கள் நீங்கும்.

இனி அகத்தியர் வைத்திய சிந்தாமணி என்னும் நூலில் கூறப்பட்டுள்ள குன்ம மருந்துகளைக் காணலாம்.

1. அட்ட குன்மத்துக்கு மருந்து

கல்லுப்பு, கறியுப்பு, வெடியுப்பு, வளையலுப்பு, இந்துப்பு, சுக்கு, கறுஞ்சீரகம் எவச்சாரம், இலவங்கம், சத்திச்சாரம், மனோசிலை, நேர்வாளம் வகைக்கு 1/4 பலம். கடுகுரோகணி 1 பலம்-மேற்கண்ட சரக்குகளைப் பொடித்துக் கொள்ளவும். ஒரு தேங்காயின் கண்ணைத் திறந்து இளநீரைக் கொட்டிவிட்டு அதற்குள் பொடியைப் போட்டு, மேற்பகுதியைச் சாணியால் மூடி அடுப்பில் எரித்துப் புடம்போட வேண்டும். தேங்காய் ஓடு வெந்தபிறகு எடுத்து அரைத்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தூதுளங்காயளவு வழங்க எண்விதக் குன்மங்களும் தீரும். பசும்பால் அல்லது நெய்யில் அனுபானித்துக் கொள்ளவும்.

2. எரி குன்ம மருந்து

தெங்கம் பாளைப்பூ, சீரகம், அதிமதுரம், சர்க்கரை சம அளவு சேர்த்துப் பால்விட்டு அரைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

எலுமிச்சங்காயளவு பாலில் அனுபானித்துக் கொடுக்க எரிகுன்மம் தீரும்.

3. சத்தி குன்ம மருந்து

எருக்கம் பழுப்புச் சாறு, வெள்ளுள்ளிச் சாறு ஆகியவற்றைச் சம அளவு கலந்து காசெடை உண்ண, சத்தி குன்மம் தீரும்.

4. வலி குன்ம மருந்து

நெருஞ்சி சமூலம், ஆவாரை இலை ஆகியவற்றைச் சம அளவு எடுத்து வறுத்து முறைப்படி குடிநீர் செய்து சாப்பிட வலி குன்மம் நீங்கும்.

நோய்களுக்குச் சித்த பரிகாரம் என்னும் நூலில் கூறப்பட்டுள்ள குன்ம நோய் சிகிச்சை முறைகள் வருமாறு:

1. அண்ட இளகம்

எலுமிச்சம்பழம் 25, கோழிமுட்டை 25, சீரகம் பலம் 25, சோம்பு பலம் 1, சர்க்கரை பலம் 25, நெய் பலம் 5 1/4, தேன் பலம் 5 1/4.

முட்டையின் வெண்கருவை மட்டும் ஒரு பாண்டத்திலிட்டு, அத்துடன் எலுமிச்சம் பழச்சாறு பிழிந்து சேர்த்து சர்க்கரையை அதில் கரைத்து அடுப்பேற்றி, சிறு தீயாக எரித்துக் காய்ச்சிக் கிண்டிக் கொண்டேயிருந்து பாகு பதத்தில் சீரகம்,

சோம்பு வறுத்து இடித்துத் துணியில் சலித்துச் செய்யப்பட்ட பொடியைத் தூவிக் கிளறி நெய்விட்டு இறக்கி வைக்கவும். ஆறியபின் தேன் சேர்த்துக் கிண்டி ஜாடியில் வைக்கவும்.

கழற்சிக் காயளவு காலை மாலை ஆகாரத்திற்கு முன் சாப்பிட்டு வர எப்படிப் பட்ட குன்ம நோயும் இருவாரத்தில் குணம் ஆகும். நல்ல பசியுண்டாகும். குன்ம நோய்களுக்குக் கைகண்ட அனுபவமுறை இது. யாவரும் இதனைக் கையாளலாம்.

கறிவேப்பிலை இளகம்

இலவங்கச் சூரணம், ஓமம் வறுத்து இடித்த சூரணம், அதிவிடயச் சூரணம், கடுக்காய்ப்பூச் சூரணம், கடுக்காய்ப் பிஞ்சு வறுத்து இடித்த சூரணம் இவ்வைந்தும் வகைக்கு 5 பலம். இந்துப்பு இடித்துப் பொடித்தது 2 1/2 பலம், நெய் தெளித்துப் பொரித்தெடுத்த பெருங்காயப் பொடி 21/2 பலம், பச்சைக் கறிவேப்பிலை சிறிய மாங்காயளவு விழுதாக அரைத்து எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

இவைகளை எல்லாம் ஒரு சட்டியில் ஒன்றாகக் கலந்து பசுமோர் 1 1/2 முதல் 2 படி விட்டுக் குழம்பாகக் கரைத்து அடுப்பில் ஏற்றிச் சிறு தீயில் எரித்துக் கிளறவும். நீர்வற்றி இலேகியபதம் வரும் போது கீழே இறக்கி வாயகன்ற புட்டியில் வைத்து மூடி வைக்கவும்.

1/2 முதல 1 தோலா எடையளவில் இலேகியத்தைக் காலை, மாலை பசுவின் மோரில் அல்லது சுடுநீரில் அனுபானித்துக் கொடுக்கக் குன்மம், அது தொடர்பான வலி, ஏப்பம், அசீரணம் ஆகியன நீங்கும்.

3. நெல்லிக்காய். இளகம்

முற்றின நெல்லிக்காய் 12 படி, பசுநெய் 1/2 படி, நல்லெண்ணெய் 1/4 படி, சீனி 6 வீசை.

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, திப்பிலி மூலம், ஓமம், சீரகம், இலவங்கம், ஏலரிசி, தக்கோலம், கொத்துமல்லி, கூகைநீறு, அதிமதுரம், வாய்விடங்கம் ஆகியவற்றின் வறுத்திடித்த பொடி வகைக்கு 6 தோலா. மேலும் பசுநெய் 1/4 படி, தேன் 1/2 படி.

நெல்லிக்காயை ஒரு பாண்டத்திலிட்டு 30 படி தண்ணீர் விட்டு அடுப்பேற்றி வற்றக் காய்ச்சவும், வெந்த காய்களைத் துண்டுகளாக்கி அவற்றிலுள்ள விதை, நார் ஆகியவைகளைப் பொறுக்கி எடுத்து விட்டு நன்றாய்ப் பிசைந்து ஒரு சல்லடையில் சிறுகச் சிறுக வைத்துத் தேய்க்கவும். வெண்ணெய்போல் வரக்கூடிய நெல்லிக்காயின் சதையை ஒரு வெண்கல உருளியில் போட்டு அடுப்பேற்றி

நீர்ச்சத்து வற்றும்படி நன்றாய் வதக்கவும். அப்பால் முதலில் கூறிய நெய்யையும், நல்லெண்ணெயையும் அதில் விட்டுக் கிளறவும். சர்க்கரையை நெல்லிக்காய் வெந்து வடித்த சாற்றில் கரைத்துப் பாகு காய்ச்சி அதில் நெல்லிக்காய் பாவனையையும் சூரணங்களையும் போட்டுக் கிண்டி, பின்னால் கூறப்பட்டுள்ள நெய்யையும் விட்டு நன்கு கிளறி இறக்கி ஆறியபின் தேன்விட்டுப் பிசைந்து பளிங்கு சீசாவில் வைக்கவும்.

1/2 முதல் 1 தோலா வீதம் காலை, மாலை சாப்பிட்டு வரக் குன்மம் யாவும் குணமாகும்.

தாமிரப் பற்பம் அல்லது செந்தூரங்களைக் குன்ம நோய்க்கு வழங்கும் போது இதை அனுபானமாகக் கொள்ளலாம்.

சங்கு பற்பம், சிலாசத்துப் பற்பம் ஆகியவற்றைக் குன்ம நோய்க்கு வழங்கும் சமயம் இதனையும் சேர்த்துக் கொடுக்க, குன்மம் விரைவில் குணமாகும்.

4. இஞ்சி இரசாயனம்

அரைப்படி எலுமிச்சம்பழச்சாற்றில் இந்துப்பு 1 பலம் கரைத்து அதில் 10 பலம் மேல் தோல் சீவிய இஞ்சியை வில்லையாக அரிந்து போட்டு 3 நாள் ஊறவைத்து உலர்த்தி இடித்துத் துணியில் சலித்துக் கொள்ளவும். கோஷ்டம், பெருங்காயம், அக்கரகாரம் இவை வகைக்கு பலம் 1/8; பறங்கிப்பட்டை, கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை இவை வகைக்கு பலம் 1/16; சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய், அதிவிடயம், மல்லி, ஓமம், கற்கடகசிங்கி, தாளிசப்பத்திரி, சீனம், சதகுப்பை, மகரப்பூ, அதிமதுரம், சோபனுப்பு, பொட்டிலுப்பு, இலவங்கம், இலவங்கப்பத்திரி, சன்ன இலவங்கப்பட்டை இவை வகைக்கு 1/4 பலம். இந்தச் சரக்குகளையும் வெதுப்பி இடித்து ஒன்றாய்க் கலந்து தேன் படி 1/4, பசு நெய் படி 1/4 விட்டு நன்றாகப் பிசைந்து வைத்துக் கொண்டு, நெல்லிக்காயளவு காலை, மாலை 40 நாட்கள் கொடுக்க அட்ட குன்மம், நெஞ்செரிவு முதலியன தீரும்.

5. குன்மக் குடோரி மெழுகு (கண்ணுசாமியம்)

ஒரு பலம் வீரத்தை முறையாகச் சுத்தி செய்து ஒரு மண்ணோட்டில் வைத்து சிறு தீயில் எரித்து எடுக்கவும் எருக்கம் பழுப்பு இலை பிழிந்தெடுத்த சாற்றால் ஒரு சாமம் சுறுக்குக் கொடுத்து வீரம் கரைந்தபின்பு, ஒரு வராகன் எடை வெள்ளிக் காடிக்காரம் போட்டு மீண்டும் அச் சாற்றால் இரண்டு சாமம் சுறுக்குக் கொடுத்து மெழுகு பதத்தில் சேதப்படாமல் ஓலையால் வழித்துக் கல்வத்திலிட்டு முலைப்பாலால் 4 சாமம் அரைத்துக் கொம்புச் சிமிழில் வைக்க வேண்டும்.

இதனை 6 மாதம் வரை உபயோகிக்கக் கூடாது. பின்னர் குன்மம், பாரிசவாயு, சன்னி முதலிய நோய்களுக்குச் சிறு பச்சைப்பயறளவு பனைவெல்லத்தில் பொதிந்து காலை மாலை 3 நாள் கொடுக்கவும். முதல் நாள் சில தேகிகளுக்கு வாந்தியானாலும் ஆகும். அதற்கு மறுநாள் வாந்தியாகாது. இதற்குள் வாய் வேக்காடு உண்டாகிறதா என்று கவனித்துக் கொண்டே வந்து, அப்படியிருந்தால் மருந்தை நிறுத்திவிட வேண்டும். மீண்டும் தேவையாயின் 10 நாட்கள் இடைவிட்டு இரண்டு மூன்று முறை கொடுக்கலாம்.

பத்தியம்: பால்கஞ்சி நல்லது. புளி சேர்க்காமல், இச்சா பத்தியமாக இருத்தல் வேண்டும்.

6. குன்மக் குடோரி இளகம் (சிகிச்சாரத்ன தீபம்)

பனைவெல்லம் 10 பலம், நவாச்சாரம், வெங்காரம், வளையலுப்பு, வெடியுப்பு, இந்துப்பு, சோற்றுப்பு, சுத்தித்த பூநீறு, சூடம்- இவை வகைக்கு 1 பலம். வெள்ளாட்டு அமுரி (மூத்திரம்) 1/2 படி.

ஒரு பழகின பாண்டத்தில் பனைவெல்லத்தையும் வடிகட்டின வெள்ளாட்டு அமுரியையும் விட்டுக் கரைத்து அடுப்பிலேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்துப் பாகுபதம் வரும் சமயம் மற்ற சரக்குகளை இடித்துப் பொடித்துத் தூவிக் கிண்டி இலேகிய பதத்தில் இறக்கி ஆறவைத்துச் சுரண்டி எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டு, தேன் விட்டரைத்து மெழுகு பதமாக்கி, ஒரு பீங்கான் பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்த வேண்டும்.

வேளைக்குச் சிறு சுண்டைக் காயளவு காலை மாலை 2 வேளை தனியாக வேனும் அல்லது சூதப் பற்பத்துடன் சேர்த்தேனும் கொடுக்க வலி குன்மம், சத்தி குன்மம் முதலியன தீரும். இச்சாபத்தியம் தேவை.

7. வீரமெழுகு

பேயன் வாழைப்பழம் 25 எடுத்து, அத்திப்பட்டை இடித்த பொடி பச்சையாக ஒரு பிடி- இவற்றையெல்லாம் ஒன்றாய்ச் சேர்த்து ஒரு சட்டியிலிட்டு நன்றாய்ப் பிசைந்து ஒரு கெட்டித் துணியில் கட்டித் தொங்க வைக்கவும். அடியில் பீங்கான் கோப்பையைச் சாறு வடிந்து கொண்டிருப்பதற்காக வைத்திருக்க வேண்டும். ஆறு மணி நேரம் சென்ற பிறகு அப்பொட்டலத்தைப் பிழியச் சாறு வரும். இந்தச் சாற்றுக்குப் பெயர் வாழைப்பழச் செயநீர் ஆகும்.

இதற்கு மேல் சுத்தி செய்த வீரம் 1 பலம் எடுத்து, இரும்புக் கரண்டியைச் சுத்தமாகத் துலக்கி அதில் வைத்து முன் தயாரித்த வாழைப்பழச் செயநீர் கொண்டு

சிறு தீயில் சுருக்குக் கொடுக்கவும். வீரம் கரைந்து மெழுகாகும். இறுகியபதத்தில் இறக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். அதை வழித்து ஒரு கல்வத்திலிட்டு முலைப்பால் கொண்டு 4 சாமம் அரைத்து வழித்துக் கொம்புச்சிமிழில் வைக்கவும். ஒருக்கால் நீர்பாகமாக இருந்தால் சிறது திரிகடுகுத்தூள் தூவிக் கலந்து வைத்துக் கொண்டு வேளைக்கு ஒரு கடுகு அளவு சிறிது பனைவெல்லத்திற்குள் பொதிந்து காலை, மாலை 3 நாட்கள் சாப்பிடக் குன்ம நோய் யாவும் குணமாகும்.

மெழுகைத் தயாரித்து 6 மாதங்கட்குப் பின்னர்தான் உபயோகிக்க வேண்டும். பத்தியம்: பால் கஞ்சி நல்லது. புளி நீக்க வேண்டும். இச்சாபத்தியம் வைக்க வேண்டும்.

8. சௌபாக்கிய சுண்டி (சிகிச்சா இரத்தின தீபம்)

ஆவின்பால் 2 படி; சர்க்கரை 1/2 வீசை; சுக்கு 8 பலம்; வாலுளுவை அரிசி, ஓமம், வாய்விடங்கம், திப்பிலி, மிளகு, ஏலம், கரிசாலை, சதகுப்பை. தனியா ஆகியவை வகைக்கு 1 பலம்.

ஒரு இரும்புக் கடாயில் ஆவின்பாலை விட்டு அடுப்பேற்றி, சுத்தப்படுத்திய வெள்ளைச் சர்க்கரையைப் போட்டுச் சிறு தீயாக எரித்துப் பாகுபதம் வரும்போது மற்ற சரக்குகளின் சூரணத்தைத் தூவிக் கிண்டி இலேகிய பதத்திற்குப் போதிய நெய், தேன் விட்டுப் பிசைந்து வைத்துக்கொள்ளவும்.

வேளைக்குச் சுண்டைக்காயளவில் தினம் காலை, மாலை சாப்பிடக் குன்மம், அசீரணம், சூதகவாயு முதலியன நீங்கும்.

9. பச்சைக் கற்பூரச் சூரணம்

தோல் சீவிய சுக்கு சூரணித்தது 1 பங்கு, ஏலரிசி வறுத்திடித்த சூரணம் 1/2 பங்கு, பச்சைக் கற்பூரம் 1/4 பங்கு. இம் மூன்று பொடிகளையும் கலந்து, சம அளவு சர்க்கரை சேர்க்கவும். ஒரு வராகன் எடை அளவு சூரணத்தைக் காலை, மாலை தேனில் கொள்ள வலி குன்மம், வாந்தி, விக்கல், அசீரணம் முதலியன தீரும்.

10. அயவீரச் செந்தூரம் (யூகிமுனி வாத வைத்தியம்)

இதை அயச் செந்தூரம் என்றும் கூறுவர். சுத்தி செய்த அயப்பொடியும், சுத்தி செய்த சவ்வீரமும் சம எடை எடுத்துக் கல்வத்தில் ஒன்றுபடக் கலந்து அரைக்கவும். அப்பால் சங்குநீர் அல்லது புகைநீர் என்றழைக்கப்படும் வெடியுப்புத் திராவகம் அல்லது தண்ணீர் விட்டு அரைத்து வில்லை செய்து உலர்த்தி எரிப்புச் சட்டியில் வைத்து மேல் சட்டி கொண்டு மூடிச் சீலை மண் செய்து உலர்த்தி, வட்டடுப்பில்

வைத்து 3 நாட்கள் எரிக்க வேண்டும். தினம் காலை 8 மணி முதல் இரவு 8 மணி வரை எரிக்க வேண்டும். இரவில் எரிப்பை நிறுத்தித் தணலில் அடுப்பின் மேலேயே வைத்திருக்க வேண்டும். முதல் நாள் தீபாக்கினி, கமலாக்கினியாகவும் இரண்டாம் நாள் கமலாக்கினி, காடாக்கினியாகவும் மூன்றாம் நாள் காடாக்கினியாகவும் எரிக்க வேண்டும். அப்பால் ஆறினபின் கவசத்தைப் பிரித்து அடிச்சட்டியிலுள்ள செந்தூரத்தை மட்டும் சேகரித்துப் பொடித்துப் பாட்டிலில் வைக்கவும். இந்தச் செந்தூரத்தை அரிசி எடை திரிகடுகு சூரணத்தில் கலந்து தேனில் காலை, மாலை கொள்ள வலி குன்மம் குணமாகும்.

11. கல்லுப்புச் சுண்ணம் (யூகிமுனி வாத வைத்தியம்)

கடல் நுரையும் சோற்றுப்பும் சமம் கூட்டிக் கல்வத்திலிட்டு நன்றாக அரைத்து மணல் சட்டியிலிட்டு மேல் மூடி முறைப்படி புடம் போட்டு எடுக்கச் சுண்ணமாகும். இதில் நான்கிலொரு பாகமாக இலிங்கக் கட்டுச் செந்தூரம் சேர்த்துக் கலந்து வைத்துக் கொண்டு 1 முதல் 2 குன்றி எடை எடுத்து அத்துடன் திரிகடுகுத்தூள், தேன் கலந்து காலை, மாலை சாப்பிட வலி குன்மம் தீரும்.

12. ஏலாதிக் குடிநீர் (தேரையர் வைத்தியம் 1500)

ஏலம், நெல்லிமுள்ளி, நெற்பொரி, பாசிப்பயறு, வில்வவேர் இவை வகைக்கு 1 பலம் கூட்டிப் பொடித்து, இளநீர் விட்டரைத்துப் பசுவின் கோமியம் 1 படி விட்டு நான்கிலொன்றாகக் காய்ச்சி வேளைக்கு 2 அவுன்சு வீதம் காலை, மாலை 1 மண்டலம் சாப்பிட்டு வரக் குன்ம நோய்கள் குணமாகும். பத்தியமாகத் துவரம்பருப்பு, பாசிப்பருப்பு, பசுவின்பால், வெந்நீர், தூதுவளை, பொன்னாங்காணி ஆகியவற்றைச் சேர்க்கலாம்.

13. உப்புச் செந்தூரம் (தேரையர் வைத்தியம் 1500)

சோற்றுப்பு வேண்டிய அளவு எடுத்து ஆற்றுத் தும்மட்டிக் காய்ச் சாறு விட்டு கல்வத்தில் இரண்டு நாளரைத்து அகலிலிட்டு மேலகல் மூடிச் சீலைமண் செய்து முழுப்புடம் போட்டெடுக்கச் செந்தூரமாகும். 1 முதல் 2 குன்றி எடைச் செந்தூரத்தைப் பனைவெல்லத்தில் பொதிந்து காலை, மாலை சாப்பிடக் குன்ம நோய்கள் யாவும் பறந்தோடிப் போகும் எனக் கூறப்படுகிறது.

14. கறுங்கோழிச் சூரணம்

முதிர்ந்த கறுங் கோழியைக் குடல், தலை, மயிர் நீக்கி அதன் வயிற்றுக்குள் பெருங்காயம், கடுகு, திப்பிலி, கண்டத்திப்பிலி, சுக்கு, மிளகு, இந்துப்பு, ஓமம்,

கறுஞ்சீரகம், பொரிகாரம், சீனாக்காரம், சவுக்காரம் வகைக்கு 3 வராகன் எடை; சத்திச் சாறணைக் கிழங்கு, திருகுக் கள்ளி வேர்ப்பட்டை வகைக்கு 1 பலம் அரைத்து வைத்து மூடி, கொள்ளவித்த தண்ணீர் 2 படி, சிறு தும்பைச் சாறு 1 படி நன்றாய்க் கலந்து அதற்குள் விட்டு மூடிச் சீலைமண் செய்து நீர் வற்ற வேகவைத்து, எலும்பு நீக்கி உலர்த்திப் பொடித்துத் திரிகடியளவு காலை, மாலை தேனில் கொள்ளச் சகலவிதக் குன்ம நோய்களும் தீரும்.

15. வில்வவேர்க் குடிநீர்

வில்வவேர், முல்லை வேர், சுக்கு, ஏலம், பாசிப்பயறு, நெல்லிப்பருப்பு இவை வகைக்கு 1/4 பலம் வீதம் இடித்து 1 படித் தண்ணீரில் போட்டு எட்டிலொன்றாய் வற்ற வைத்துக் காலை, மாலை 3 நாட்கள், 6 வேளை கொள்ள அழல் குன்மம் குணமாகும்.

16. வெடியுப்புச் சுண்ணம்

வெடியுப்பு 10 கிராம், படிகாரம் 2 கிராம், நவாச்சாரம் 2 கிராம். இவைகளைக் கல்வத்திலிட்டு அரைத்து ஒன்றுபடக் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும். பின்பு அதனுடன் 14 கிராம் பழைய புளியைச் சேர்த்துக் கல்லுரலில் வைத்து இடித்துக் கொண்டு, உருண்டைகளாகச் செய்து ஒரு எரிப்புச் சட்டியில் ஒவ்வொரு உருண்டையாக வைத்து அடுப்பிலிட்டுத் தென்னை ஓலையால் எரித்தெடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

5 முதல் 10 கிராம் அளவில், சரியளவு திரிகடுகுச் சூரணத்துடன் சேர்த்து தண்ணீர் அல்லது மோரில் கலந்து சாப்பிட, எல்லா வகைக் குன்ம நோயும் நீங்கும்.

17. பஞ்சபாண மாத்திரை

பெருங்காயம், இந்துப்பு, திப்பிலி இவை வகைக்கு 5 பலம்; ஓமம் 2 பலம்; சீரகம் 2பலம்; கறுஞ்சீரகம் 6 பலம்; மிளகு 9 பலம்; சுக்கு 7 பலம். இவைகளை உலர்த்திப் பொடித்து எலுமிச்சம்பழச் சாற்றால் 1 நாள் அரைத்துச் சிறு சுண்டைக் காயளவு மாத்திரைகளாக்கி, தினம் காலையில் மட்டும் சாப்பிட்டு வரக் குன்ம நோய் நீங்கும்.

18. போஜனக் குடாரி மாத்திரை

சுக்கு, பெருங்காயம், வகைக்கு 1 பலம்; இஞ்சி 2 பலம்; இந்துப்பு 2 பலம்; சீரகம், மிளகு வகைக்கு 3 பலம்; இவைகளை உலர்த்திப் பொடித்துப் பழச்சாறு

விட்டு ஒரு நாள் அரைத்துச் சுண்டைக் காயளவு மாத்திரைகளாகச் செய்து 1 மாத்திரை காலையில் மட்டும் சாப்பிட்டு வரக் குன்மம், அசீரணம், முதலியன நீங்கும்.

பதினெண் சித்தர் அருளிய வைத்தியத் திறவு கோல் என்னும் நூலில் கூறப்பட்டக் குன்ம நோய் சிகிச்சை முறைகள் வருமாறு:

1. குங்கிலியச் சூரணம்

வெள்ளைக் குங்கிலியம் 1 பலம் கொண்டு வந்து, 5 இளநீர் உடைத்துச் சட்டியில் இட்டுக் குங்கிலியக் கட்டியை அதில் போட்டு அடுப்பிலேற்றி நீர் சுண்டும் வரையில் எரித்துப் பின்னர் குங்கிலியக் கட்டியை எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்துச் சூரணமாக்கிப் புட்டியில் வைத்துக் கொண்டு இரண்டு அரிசி எடை சூரணத்தை வெண்ணெய் அல்லது நெய்யில் குழைத்துக் கொடுக்க, வயிற்றில் உள்ள புண் ஆறும். சூடு தணியும்.

2. உப்புச் சூரணம்

உப்பு 1படி; எருமை மோர் 1 படி; வரிக் குமட்டிச் சாறு 1 படி; இந்துப்பு, வெடியுப்பு, சவுட்டுப்பு, வளையலுப்பு-இவைகள் வகைக்கு 1/8 பலம். இவை யாவற்றையும் ஒன்றாகப் போட்டு அடுப்பேற்றி எரித்துக் கொண்டிருப்பதுடன், பூவரசன் குச்சியினால் கிளறிவிடவும். சர்க்கரை போலாகும் சமயத்தில் இறக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு வராகன் எடை உப்பை வாயில் போட்டுக் கொண்டு நீராகாரம் சாப்பிடவும். குன்மம், வாய்வு இவற்றுக்குச் சிறந்த மருந்தாகும்.

3. மதுராதிச் சூரணம்

அதிமதுரம், கோஷ்டம், அக்கரகாரம், விலாமிச்சம்வேர், தக்கோலம், ஏலம், சிறுநாகப்பூ, மல்லி, கிராம்பு, சிறுதேக்கு, மிளகு, திரிபலை, கூகைநீறு, முத்தக்காசு, திப்பிலி, இலவங்கப்பத்திரி, நன்னாரி வேர், பருத்தி விதைப்பருப்பு, நெற்பொரி, நற்சீரகம்- இவைகள் வகைக்கு 2 வராகன் எடை வெதுப்பிப் பொடித்துத் தாளிசப்பத்திரி சூரணம் 4 வராகன் எடை, சீனி 4 பலம் கூட்டித் திரிகடிகை பிரமாணம் சாப்பிட்டு வரப் பித்தம் தொடர்பான குன்மம், அரோசகம், நெஞ்செரிச்சல், வாந்தி, கிறுகிறுப்பு தீரும்.

4. பிரண்டைச் சூரணம்

திரிகடுகு, திரிபலை, கல்லுப்பு, ஏலம், இலவங்கம், சிற்றரத்தை, திப்பிலி மூலம், கறுஞ்சீரகம், நற்சீரகம், பறங்கிப் பட்டை, அக்கிரகாரம், இந்துப்பு, கிராம்பு,

சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, அமுக்கராக் கிழங்கு வகைக்கு 4 கழஞ்சு; கடுகுரோகணி, வெங்காரம், ஓமம் வகைக்கு 2 கழஞ்சு. இவைகளை இடித்துச் சூரணம் செய்து அதற்கு நிகர் முற்றின பிரண்டைச் சூரணம் பாதியும் சீனி பாதியும் கலந்து திரிகடிப் பிரமாணம் தேன், நெய், பால் இவைகளில் கொள்ள குன்மம் முதலான நோய்கள் தீரும்.

5. இங்குலாதிச் சூரணம்

பெருங்காயம், வசம்பு சுட்ட கரி, மாதுளம் வேர், ஓமம், மல்லி, கோஷ்டம், பொன்முசுட்டை வேர், செங்கழுநீர்க் கிழங்கு, கொட்டைக் கரந்தைச் சமூலம், கொடிவேலி வேர், பஞ்சலவணம், செவ்வியம், யானைத் திப்பிலி, திரிகடுகு, சீரகம், வாய்விடங்கம், குரோசாணி ஓமம், கறிவேப்பிலை ஆகியவற்றை ஓர் நிறையாக எடுத்துச் சூரணித்துத் திரிகடிகை பிரமாணம் வெந்நீரில் கொள்ள அக்கினி மந்தம், வாய் நீருறல், வாந்தி, வெள்ளோக்காளம், விக்கல் முதலிய குன்ம நோய் தொடர்பான தொந்தரவுகள் நீங்கும்.

6. அக்கினிச் சூரணம்

கொடிவேலிவேர், திரிகடுகு, ஓமம், சிறுதேக்கு, யானைத் திப்பிலி, கோஷ்டம், இந்துப்பு, காயம், வசம்பு சுட்ட கரி வகைக்கு 1 பலம், கடுகு 1/2 பலம். இவற்றைச் சூரணித்து அதற்கு நிகர் சீனி கலந்து திரிகடிகை பிரமாணம் வெந்நீரில் கொள்ள, குன்மம் தொடர்பான அசீரணம், மந்தம், பொருமல், கிராணி முதலியன நீங்கும்.

7. நாகப்பற்பம்

நாகம் 1 பலம் கொண்டு வந்து இலுப்பை நெய்யில் 20 தடவை உருக்கிச் சுத்தி செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். பின்பு 1/2 பலம் நாகத்தை மட்டும் உருக்கிக் கண்விட்டாடும் போது சிற்றாமணக்கு இலையைக் கசக்கி 5 அல்லது 6 துளி பிழியச் சத்தமிடும். மறுபடியும் 5 அல்லது 6 துளி பிழியச் சத்தமிடும். மறுபடியும் 5 அல்லது 6 துளி பிழியச் சத்தம் அடங்கும். துருத்தியை விசையாக ஊதி மறுபடியும் 5,6 துளி பிழிந்து சிற்றாமணக்கின் வேரால் கிண்டி வர மல்லிகைப்பூவைப் போல் நீறும். அதைப் பலவித அனுபானங்களிலிடக் குன்மம், மூலம், வெட்டை, வெள்ளை முதலியன தீரும்.

8. கறியுப்புச் செந்தூரம்

கறியுப்பை எருக்கம்பால், திருகுக்கள்ளிப் பால், தும்பை, கவுரித்தும்பை, மருதம்பட்டை, குமரி, எலுமிச்சம்பழம், பொடுதலை-இவைகளின் சாற்றில் வகைக்கு 2 புடம் போடச் செந்தூரமாகும். இதனை 3 பணவெடை தேனில் கொடுக்கக் குன்மம், சூலை, வாய்வு முதலியன தீரும்.

9. காவிக்கல் செந்தூரம்

பூங்காவி 2 வராகன் எடை, படிகாரம் 2 வராகன் எடை -இவைகளைக் கல்வத்தில் அரைத்து வெண்ணெய், அல்லது நெய்யில் சாப்பிட, வயிற்று நோய்கள், பெரும்பாடு நீங்கும்.

10. காளமேகச் செந்தூரம்

இரசம் 6 வராகன் எடை; தாளகம், கந்தகம், இலிங்கம் இவை மூன்றும் வகைக்கு 1 வராகன் எடையாகக் கொண்டு கவல்வத்தில் இட்டு, குமரிச்சாறு விட்டு ஒரு சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டிக் காய வைத்து அகலில் வைத்து மேலோடு மூடிச் சீலை மண் செய்து 5 எருவில் புடம் போடச் செந்தூரம் ஆகும்.

அனுபானமாக நெய், தேன், வெண்ணெய் முதலியவற்றைப் பயன்படுத்தலாம். இவ்வனுபானங்களில் பணவெடை அளவில் கொடுக்க மதுமேகம், தந்திமேகம், சுக்கிலமேகம், கண்டமாலை முதலியன தீரும். குன்மம் முதலான வயிற்று நோய்களுக்குச் சர்க்கரையில் கொடுக்கவும். புளி நீக்குவது அவசியம். நோயின் திறனறிந்து 3 அல்லது 5 நாட்கள் மட்டும் வழங்கவும்.

11. பஞ்சபாணச் செந்தூரம்

சூரத்துக் கற்பூரம், சாதிலிங்கம், மனோசிலை, தாளகம், காந்தம், இரசம், சங்கு பாடாணம், கந்தகம்-இவைகள் வகைக்கு 1 பலம் எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டு மேனிச் சாற்றில் 3 சாமம் அரைத்து அப்படியே நிழலில் ஆறவைக்கவும். கறுப்பு வெற்றிலைச் சாறு, செம்பருத்திச் சாறு, வெள்ளறுகுச் சாறு, துளசிச் சாறு, வேலிப்பருத்திச் சாறு, பொடுதலைச் சாறு ஆகியவற்றில் ஒவ்வொரு நாளும், ஒவ்வொரு சாற்றால் 4 சாமம் அரைக்கவும். ஒரு சட்டியில் கம்மாறு வெற்றிலையைப் பரப்பி, அரைத்த மருந்தை வில்லை தட்டி அதன் மேல் வைத்து மேல்மூடிச் சீலைமண் 7 செய்து அடுப்பிலேற்றி ஒரே சாதி விறகால் 4 சாமம் எரிக்கவும். அச்சட்டி சிவக்கக் கண்டால் தீயைக் கமலம்போல் எரிக்கவும். இப்படி 1 நாழிகை

எரித்தபின் இறக்கி, ஆறின பின்னர் எடுக்கச் செந்தூரமாகும். இஞ்சி, தேன் இவைகளில் 2 அரிசி எடை கொடுக்க எண்வகைக் குன்மமும் தீரும். இச்சாபத்தியம் வைக்கவும்.

12. இஞ்சி இலேகியம்

தோல் நீக்கிய இஞ்சி 10 பலம் கல்வத்திலிட்டு எலுமிச்சம்பழச்சாறு விட்டு மை போலரைக்கவும். ஒரு சட்டியை அடுப்பேற்றி மேற்படிச் சாற்றை அதில் விடவும். பிறகு சீரகம், மிளகு, ஏலம், அதிமதுரம், திப்பிலி மூலம், கோஷ்டம், வாலுளுவை அரிசி, தாளிசப்பத்திரி, கடுகு, கொத்துமல்லி, சித்திர மூலம், சிங்கி, குரோசாணி ஓமம் ஆகியவற்றை வகைக்கு 1/2 பலமாக எடுத்துக் கரிசாலைச் சாற்றால் அல்லது பழச்சாற்றால் துவள அரைத்து முன் மருந்துடன் சேர்க்கவும்.

பிரண்டையை மோரில் உப்பிட்டு ஊற வைத்து உலர்த்தி இடித்து 1 பலம் முன் மருந்துடன் சேர்க்கவும். சீனிச் சர்க்கரையை மேற்படி மருந்தின் எடைக்குப் பாதி சேர்த்து, ஆவின் நெய் போதுமானவரை விட்டு இலேகியமாகக் கிளறி இறக்கிக் கொள்ளவும்.

வேளையொன்றுக்குக் கொட்டைப்பாக்கு அளவு காலை, மாலை 20 நாட்கள் சாப்பிட வலி குன்மம், அழல் குன்மம், உப்புசம், அரோசகம் முதலியன நீங்கும்.

குணபாடம்-தாதுசீவ வகுப்பு என்னும் நூலில் காணப்படும் குன்ம நோய் மருத்துவ முறைகள் வருமாறு:

1. எஃகுச் செந்தூரம்

ஒரு பலம் சுத்தி செய்த எ.்.குப் பொடியைக் கமுகம் பாளைச் சாறு,காந்தள் சமூலச் சாறு, ஆத்தியிலைச்சாறு, மாவிலைச்சாறு ஆகியவைகளைத் தனித்தனியே விட்டு அரைத்து வில்லை தட்டி உலர்த்தி, சில்லிட்டுச் சீலை மண் செய்துலர்த்திப் புடமிட்டெடுக்கச் செந்தூரம் ஆகும். இதற்குப் பன்னீரைத் துணை மருந்தாகக் கொண்டு வழங்க ஐயக் குன்மம் தீரும். உண்ணும் அளவு 200 மி.கி. முதல் 400 மி. கிராம் வரை.

2. எஃகுச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

10 பலம் உருக்கைத் தகடாக அடித்துக் கொல்லன் உலையிலிட்டுக் காய்ச்சி எட்டியிலைச் சாற்றில் 10 முறை தோய்க்கத் தோய்க்க உதிரி உதிரியாய்ச் சாறு வைத்த சட்டியில் விழும்.

இத்தூளில் 1 பலம் எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டு மருதம்பட்டைச்சாறு விட்டு 4 சாமம் அரைத்து வில்லை செய்துலர்த்திச் சில்லிட்டுச் சீலை மண் செய்துலர்த்தி, கவச எடைக்கு 24 பங்கு எடை வறட்டி கொண்டு புடமிடவும். புடமிட்டதை நாவற்பட்டைச் சாற்றால் 2 சாமம் அரைத்து முன்போல மூன்று புடமிடச் செந்தூரமாகும்.

200 முதல் 300 மி. கிராம் வரை வெண்ணெய், நெய், தேன், கருப்பஞ்சாறு, வெள்ளைப்பூண்டுச் சாறு இவற்றில் நோயின் தன்மைக்கு ஏற்றவாறு அனுபானித்துக் கொடுக்கக் குன்ம நோய்கள் நீங்கும்.

3. வங்கச் செந்தூரம்

ஒரு பலம் சுத்தி செய்த வங்கப் பொடியில் நாகமல்லியிலைச்சாறு, வாழைக்கிழங்கின் சாறு இரண்டையும் தனித்தனியாக 4 பலம் வீதம் விட்டு நான்கு நாள் அரைத்து வில்லை செய்து, 3 நாள் உலர்த்திக் கவசித்து 1 நாள் உலர்த்தி 30 வறட்டியில் புடமிட்டெடுக்கச் செந்தூரம் ஆகும்.

100 முதல் 200 மி.கி. அளவில் சந்தனக் குழம்பு என்னும் துணை மருந்தில் வழங்கச் சத்தி குன்மம் நீங்கும்.

4. செம்புப் பற்பம்

சுத்தி செய்த செம்பின் பொடி 1 பலத்திற்கு 2 பலம் ஆத்திச் சாறு விட்டு, 2 நாட்கள் அரைத்து வில்லை செய்து நான்கு நாட்கள் வெயிலில் உலர்த்திப் பிறகு ஆட்டு எருவில் புடமிட்டெடுக்கவும், இப்படியே ஆடுதீண்டாப்பாளைச் சாறு, வேம்பின் சாறு, கடுக்காய்ச் சாறு, செம்பைச் சாறு இவற்றுள் ஒவ்வொன்றினாலும் அரைத்து வில்லை செய்து காயவைத்துப் புடமிட்டெடுக்கப் பற்பமாகும்.

தேரன் மருத்துவ பாரத முறைப்படி முள்ளங்கிச் சாற்றைச் செம்புப்பொடிக்கு விட்டு முறைப்படி அரைத்து 5 புடமிட்டெடுக்க, 15 நாளில் பற்பமாகும்.

அளவு: கடுகு, தினை, சாமை, கொள் இவற்றுள் ஒவ்வொன்றையும் நன்னான்கு கூறாக்கி அப்பங்கின் அளவாகக் கொள்ள வேண்டும். 7 நாட்கள் முதல் 14 நாட்கள் வரை உண்ணுவது நலம்.

செம்புப்பற்பம் பாசுபதாஸ்திரத்துக்கு ஒப்பானது எனக் கூறப்படுகிறது. இப் பற்பத்தைக் காயாம்பூ இரசத்தில் அனுபானித்துக் கொடுக்க வாதக் குன்மம் தீரும் என்றும் கூறப்பட்டுள்ளது.

5. நாகச் செந்தூரம்

நன்றாக சுத்தி செய்த சிறுகண் நாகம் 4 பலம் எடுத்து, ஒரு சட்டியிலிட்டு அடுப்பேற்றவும். அந்த நாகம் நன்றாய் உருகும் சமயத்தில் வெடியுப்பு, ஓமம், தோல் சீவின சுக்கு, பூசுமஞ்சள் இந்நான்கும் சமமாய்ப் பொடி செய்து 1 படி எடுத்து அந்த நாகத்தில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் போட்டு தூள் ஆகும் வரை வறுக்க வேண்டும். அப்படி வறுக்கப்பட்ட அந்த நாகத்தூளைச் சிவப்பு நாயுருவிச் சமூலம் சேர்த்து இடித்து முன்போலவே கொஞ்சம் கொஞ்சமாக 1 படி தூள் போட்டு வறுத்து அந்தத் தூளைப் பிறகு எலுமிச்சம்பழச்சாற்றால் அரைத்துப் புடம் இட்டு வைத்துக் கொள்ளவும். இந்தச் செந்தூரத்தைப் பணவெடை திரிகடுகு சூரணத்துடன் சேர்த்து நெய்யிலோ, தேனிலோ, பாலிலோ கொடுக்கச் சில நாட்களில் குன்மம் நீங்கும்.

6. மண்டூரச் செந்தூரம்

நாட்சென்ற 4 பலம் மண்டூரத்தை இடித்து, 40 படி வெள்ளாட்டு நீரில் ஒரு நாள் ஊற வைத்து, நீர் சுண்டக் காய்ச்சி, பசுநீரில் 10 முறை தோய்த்துக் கழுவி எடுத்து, கல்வத்திலிட்டுச் சோற்றுக் கற்றாழைச் சாற்றால் ஒரு நாளரைத்து வில்லை தட்டி உலர்ந்த பின் ஓட்டிலிட்டுச் சீலைமண் செய்து 2 முழ உயரப் புடம் போடவும்.

இவ்விதமாகச் சோற்றுக் கற்றாழைச் சாற்றில் 10 புடமும், நீர்முள்ளி, கரிசாலை, வீழி, வேலிப்பருத்தி, மாதுளம்பழம் இவற்றின் சாற்றினால் வகைக்குப் பத்து புடமும் போட்டு எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் வேளைக்குப் பணவெடை வீதம் கரிசாலைச் சாற்றில் தினம் காலை, மாலை 2 வேளையும் கொடுக்கக் குன்மம், பாண்டு, சோபை, மகோதரம் முதலியன நீங்கும்.

7. நாராயண மண்டூரம்

திரிகடுகு, திரிபலை, திப்பிலிமூலம், யானைத்திப்பிலி, செவ்வியம், சிறுதேக்கு, ஓமம், குரோசாணிஓமம், வசம்பு, மஞ்சள், கடுகுரோகணி, வெள்ளுள்ளி, பெருங்காயம், மயிலிறகு சாம்பல், வாளம், பிரண்டை, காட்டாத்திப்பூ, நிலவேம்பு, சாதிக்காய், தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு, முட்காவேளை வேர், சாறணைவேர், கரிசாலை, ஆலம் விழுது, குமட்டிக்காய்-இவைகளைச் சமமாக எடுத்துச் சேர்த்த எடைக்குச் சமன் மண்டூரம் கூட்டி ஆடாதோடைச் சாறு, கரிசாலைச் சாறு, பழச்சாறு, இஞ்சிச்சாறு, ஆயில்பட்டைக் குடிநீர், தெளிந்த காடி, நெல்லிக்காய்ச் சாறு இவைகளில் முறையே அரைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

புளியங்கொட்டையளவு காலை, மாலை 2 வேளை வெந்நீர் அல்லது மோரில் கொள்ள பாண்டு, சோபை, காமாலை போன்ற நோய்களோடு, குன்மமும் தீரும்.

8. கருங் குழம்பு

வல்லத்துச் சிட்டம், காந்தம், தோல் நீக்கிய நீரடிமுத்து இவை வகைக்கு 1 கழஞ்சு; நேர்வாளம் 2 கழஞ்சு சுத்தி செய்து கல்வத்திலிட்டு மெழுகுபதமாக அரைத்து எருமைக் கொம்புச் சிமிழில் வைத்துக் கொள்ளவும். பணவெடை பனைவெல்லத்தில் உட்கொள்ள இரத்த வாதக் குன்மக் கட்டி தீரும்.

9. வெள்ளிச் செந்தூரம்

ஒரு பலம் சுத்தி செய்த வெள்ளிப் பொடியில் பாதிரிச் சாறு, தண்ணீர்விட்டான் கிழங்குச் சாறு, நிலப்பனைக் கிழங்குச் சாறு, சித்திரமூலச்சாறு இவைகளைத் தனித்தனியே விட்டு, முறைப்படி அரைத்து வில்லை செய்து உலர்த்திக் கவசித்துப் புடமிட்டு எடுக்கச் செந்தூரமாகும். வெந்நீரில் கொடுக்கக் குன்மம் நீங்கும்.

10. இரசச் செந்தூரம்

1 பலம் சுத்தி செய்த இரசத்திற்குத் துவரை இலைச்சாறு, புலித்துடக்கியிலைச் சாறு, களா இலைச்சாறு, கடம்பிலைச்சாறு, பண்ணையிலைச்சாறு, சுரையிலைச் சாறு, ஆரையிலைச்சாறு இவைகளை முறைப்படித் தனித்தனியே விட்டு அரைத்து வில்லை தட்டி உலர்த்தி, சில்லிட்டுச் சீலைமண் செய்து உலர்த்திப் புடமிட்டு ஆறவிட்டு எடுக்கின் செந்தூரமாகும்.

பித்த உன்மத்தம் சேர்ந்த குன்ம நோய்க்கு இதனைத் தாமரையிலைச் சாற்றில் வழங்கலாம்.

11. சூதக்கருப்பு

சுத்தி செய்த இரசம் 1 பங்கு, வெடியுப்புச் சுண்ணம் 1 பங்கு, பச்சை விடதாரி வேர்ப்பட்டை 8 பங்கு. இம்மூன்றையும் குப்பைமேனிச்சாறு விட்டு 6 மணி நேரம் விடாமல் அரைத்து வில்லை தட்டிக் காயவைத்து சில்லிட்டு 7 சீலை மண் செய்து, எண்மடங்கு வறட்டி கொண்டு புடமிட்டு ஆறவிட்டு எடுக்கவும். வில்லையைப் பொடித்துக் குப்பியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். 2 முதல் 4 உளுந்தெடை பசுநெய், தேன், பால் இவற்றில் வழங்கக் குன்மம் தீரும்.

12. இரசப்பதங்கம்

இரசத்தை வேண்டிய அளவு எடுத்து வெடியுப்பு திராவகத்தால் அரைத்து 1 பங்கு செங்கல்தூளும் கலந்து அதில் பாதியை வைத்து மேல் சட்டி மூடிச் சீலை

மண் செய்து முத்தீயாக 12 மணி நேரம் எரிக்கவும். ஆறின பின் மேல்சட்டியில் படிந்துள்ள பதங்கத்தை எடுத்து மேற்படி திராவகம் விட்டு முன்போல் அரைத்து வில்லை செய்து எரிக்கவும். இபபடியே பதங்கிக்காமல் அடியில் தங்குமட்டும் எரிக்கவும். இதனைச் சண்டரசப் பற்பம் என்றும் கூறுவர்.

1/2 முதல் 1 அரிசி எடை அளவு தக்க அனுபானத்தில் கொடுக்கக் குன்மம், சூலை, வளிநோய்கள் தீரும்.

13. இலிங்கப் பற்பம்

1 பலம் சுத்தி செய்த இலிங்கத்திற்கு 4 பலம் அளவுள்ள சரக்கொன்றை சமூலச் சாறு விட்டு 4 நாட்கள் அரைத்து, 2 நாட்கள் வில்லை செய்து உலர்த்தி, அகலிலிட்டுக் கவசித்து 1 நாள் உலர்த்தி, 32 வறட்டியில் புடமிட்டு எடுக்க வேண்டும். இவ்வாறே நாட்டு எட்டிக்கனி இரசம், சுரபுன்னையிலைச் சாறு, வாட்கோரை சமூலச்சாறு, திருவாத்தி சமூலச்சாறு, நறுமாமர சமூலச்சாறு, பனைவேல் மர சமூலச் சாறு, கல்லால் சமூலச் சாறு ஆகியவற்றால் அரைத்துப் புடமிட்டு எடுக்க இலிங்கம் பற்பமாகும்.

- துவரையில் எட்டில் ஒரு கூறு அளவில் உண்பது நல்லது.
- தக்க அனுபானத்தில் வழங்க வளி, அழல், ஐய வகைக் குன்மங்கள் தீரும்.
- குன்ம அனல் புண் என்னும் வகையான நோயும் இப்பற்பத்தால் தீரும்.

14. கந்தகச் செந்தூரம்

ஒரு பலம் சுத்தி செய்த கந்தகத்திற்கு ஆமணக்கிலைச்சாறு, கற்பூரவள்ளிச் சாறு, தேவதாரு இலைச்சாறு, எருக்கிலைச்சாறு இவை ஒவ்வொன்றிற்கும் 5 நாள் வீதம் மொத்தம் 20 நாட்களும் முறைப்படி அரைத்து வில்லை செய்துலர்த்தி சில்லிட்டுச் சீலை செய்து புடமிட்டெடுக்கச் செந்தூரம் ஆகும்.

வெல்லத்தில் அனுபானித்துக் கொடுக்க வாந்தி (சத்தி) குன்மம் தீரும்.

15. கந்தகத் தைலம்

கந்தகம், வெடியுப்பு, மனோசிலை இவை வகைக்கு 1 பலம் எடுத்துப் பொடித்து நவாச்சாரம், வீரம் இவைகளை வகைக்கு அரைக் கழஞ்சு கூட்டிப் பசுவெண்ணெய் 4 பலம் சேர்த்து அரைத்துச் சுடர் தைலம் வாங்கவும். அரைப்பணவெடை காலை, மாலை 2 வேளை, 10 நாட்கள் சர்க்கரையில் வழங்க, குன்ம நோய்கள் தீரும்.

16. கந்தக இரசாயனம்

கந்தகம் 10 பலம்; அமுக்கராக் கிழங்கு 5 பலம்; பறங்கிச் சக்கை 2 பலம்; கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, வாய்விடங்கம், ஏலம், இலவங்கம், சந்தனம், கடலைப்பருப்பு, சேங்கொட்டை, சித்திரமூல வேர்ப்பட்டை வகைக்கு 1 பலம்-இவைகளைத் தனித்தனியாகச் சூரணம் செய்து பிறகு எல்லாவற்றையும் ஒன்றுபடக் கலந்து சர்க்கரை, தேன், நெய் சேர்க்கவும்.

10 முதல் 15 குன்றியளவில் உண்ணக் குன்மம், மேகநோய்கள், வளிநோய்கள் முதலியன நீங்கும்.

17. பஞ்சபாடாணச் செந்தூரம்

சாதிலிங்கம், மனோசிலை, காந்தம், அரிதாரம், கந்தகம், இரசக் கற்பூரம், வெள்ளைப் பாடாணம் இவை வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து ஒவ்வொன்றையும் சுத்தி செய்து குப்பைமேனி, வெற்றிலை, வெள்ளறுகு, துளசி, வேலிப்பருத்தி, பொடுதலை இவைகளின் சாற்றால் வகைக்கு 4 சாமம் ஆட்டி வில்லை செய்து நிழலில் உலர்த்தி, அதற்கு வெற்றிலையால் கவசம் செய்து ஒரு சட்டியில் வைத்து மேற்சட்டி கொண்டு மூடி, 7 சீலைமண் செய்து நன்றாகக் காயவைத்து அடுப்பேற்றி, தீபம் போல 4 சாமம் எரித்துப் பார்க்க மேற்சட்டியில் செந்தூரம் பற்றியிருக்கும். அதை எடுத்துப் பணவெடை தேன், இஞ்சிச்சாறு இவைகளில் அனுபானித்துக் கொடுக்கக் குன்ம நோய்கள் தீரும்.

3

நீரிழிவு நோய்

முன்னுரை

வளி நாடியும் அழல் நாடியும் கூடி நடக்கின் பெருமழையால் ஓடும் நீர் போல் சிறுநீர் இறங்கும். உருவம் வேற்றுமை அடையும். அளவு கடந்து உண்ணினும் மென்மேலும் பசியுண்டாகும். உடலின் ஊன் கரைந்து சிறுநீராக வெளியாகும். அன்றியும் சிறுநீர் இனிக்கும்.

வளிநாடியின் இடப் பக்கத்தே ஐயநாடிக் கூடி நடந்தாலும் நீரிழிவு காணும். அந்நீர் கள்ளைப் போலும், பதனீர் போலவும் காணப்படும். உடல் இளைத்து வெளுப்பாகும். ஐய நோய்களும் துணை கொள்ளும்.

எனவே நீரிழிவு நோயில் வாதம் முதலில் கேடடைந்து உடன் பித்தத்தையும் ஐயத்தையும் கேடடையச் செய்யும் என்பதை அறியலாம்.

இந்நோயை மதுமேகம், இனிப்பு நீர், மிகு நீர், மேகநீர் என்ற பெயரிலும் அழைப்பார்கள். பிரமேகம் என்ற சொல்லும் நீரிழிவு நோயைக் குறிக்கும் சொல்லாகும்.

நோய்க் காரணங்கள்

- அளவு கடந்த நெய்ப்பு, இனிப்புச்சுவையுள்ள பொருட்களை உண்ணுதல்
- மிகுதியும் கலவி செய்தல்
- எப்பொழுதும் மனம் நைதல்
- சோம்பித் திரிதல்
- மிகுதியும் உட்கார்ந்திருத்தல் ஆகிய காரணங்களால்

கீழ்நோக்குக் கால், மேல்நோக்குக் கால், பரவுகால் ஆகிய இம்மூன்றும் மிகுந்து, முதல் நிலை அதாவது மூலாதாரத்தைத் தூண்டி அங்குள்ள கனலை எழுப்பி இந்நோயைப் பிறப்பிக்கும்.

தாய், தந்தை வழியாகவும் இந்நோய் வரக்கூடும் என அறிதல் வேண்டும். நெய், பால், கள், இறைச்சி, மிக்க சுவையுள்ள மீன்கள், இனிப்புச் சுவையுள்ள உணவுப் பொருட்கள், வேகாப் பொருட்கள், ஈரப் பொருட்கள், வெறுப்பைத் தரத்தக்க உணவுகள் என்னும் இவைகளும் நோய் வரும் வழிகளாம்.

நோய்க் குறிகுணங்கள்

- நீர் மிகுந்த அளவில் இறங்கும்.
- நீரின் நிறம் தண்ணீரைப் போலவும், நிறை அளவு கடந்தும், எடை கனத்தும், மணம் தேன் போலும் காணும். காய்ச்சின தேனின் மணம் வீசுதலும் உண்டாகும்.
- மிகுந்த பசி, மிகுந்த நீர்வேட்கை, நாவறட்சி காணும்.
- புசித்த சற்று நேரத்திற்கெல்லாம் பசி எடுப்பது போல் காணும்.
- நெய், பால் முதலிய ஊட்டம் தரும் பொருட்களை உண்டாலும் உடல் ஊட்டம் பெறாமல் இருக்கும்.
- உடல் நாளுக்கு நாள் மெலிவடைந்து கொண்டே வரும்.
- தோல் நெய்ப்புப் பசையற்று வறண்டு, சுருங்கிக் காணப்படுவதுடன் வெளுத்த மஞ்சள் நிறத்தை அடையும்.
- தோலில் சொறி உண்டாகி அரிப்பு ஏற்படவும் செய்யும்.
- நரம்புத் தளர்ச்சி ஏற்படும்.
- அதனால் கை, கால் விரல் நுனிகளிலும் உள்ளங்கால், உள்ளங்கைகளிலும் எரிச்சல் அல்லது ஊசியால் குத்துவது போன்ற உணர்வு அல்லது திமிர்த்தது போலிருத்தல் ஆகிய குறிகுணங்கள் காணும்.
- இந்நோய் பெரும்பாலும் ஐயக் காலமாகிய முதுமையில் உண்டாகும் நோய் ஆகும். சிறுபான்மை இளவயதிலும் நடு வயதிலும் வருவதுண்டு. நடுவயதிலும், இளவயதிலும் வரும் இந்நோய் எளிதில் தீரும்.
- சரியான மருத்துவம் உரிய நேரத்தில் செய்யாவிடின் பல்வகைக் கேட்டினை உடம்பில் ஏற்படுத்தும். சிறுநீர் அடிக்கடி மிகுந்து

வெளியாவதுடன் உடல் சத்தை உருக்கி சர்க்கரையாய் நீர் வழியே வெளியாக்கி விடும்.

- மயக்கம், தலை சுற்றல், களைத்து வீழ்தல்
- தன் உணர்வின்றி படுத்துக்கிடத்தல்
- மூச்சு, வியர்வை ஆகியவற்றில் தேன் மணம் வீசல்
- கண் மங்கல், கண்ணில் திரையுண்டாதல் ஆகியன தோன்றும்.
- இருமல், இரைப்பு, இளைப்பு தமரக வாயு ஆகிய நோய்களை ஏற்படுத்தும்.
- நோய் முற்றிய நிலையில் சிறுநீரானது நாளுக்கு நாள் அளவில் குறைந்து கொண்டே வந்து, நீர்க் கட்டு நோயை உண்டாக்கி மனக்கலக்கம், சினம், மயக்கம் ஆகிய குறிகளைக் காட்டிப் படுக்கையில் கிடத்தி மூச்சுத் தடுமாறி திணறச் செய்து கொல்லும்.
- சில வேளை தோலில் கட்டிகளை ஏற்படுத்தித் துன்புறுத்தும்.

நோய் வகை

யூகி முனிவர் மேகநீர் என்னும் நீரிழிவு நோயை 20 வகையாகக் கூறியுள்ளார். வாதத்தின் தொடர்பாக வருவன 4 என்றும், பித்தம் தொடர்பாக வருவன 6 என்றும், கபம் தொடர்பாக வருவன 10 என்றும் வகைப்படுத்தியுள்ளார். இந் நோய்களில் இழியும் சிறுநீரின் தன்மையை ஒத்து அவை ஒவ்வொன்றும் ஒவ்வொரு வகையாகக் கூறப்பட்டுள்ளன. அந்நிலையில் ஏற்படும் குறிகுணங்களும், அக் குறிகுணங்கள் தீர்க்கப்படாத நிலையில் எவ்வளவு நாட்களில் மரணத்தை ஏற்படுத்தும் என்பதும் இதில் கூறப்பட்டுள்ளன. எனவே இங்கு கூறப்பட்டுள்ள நோய் வகைப்பாடு, நீரிழிவு நோயின் பல்வேறு நிலையில் காணப்படும் நீரின் தன்மை மற்றும் அந்நிலையில் காணும் குறிகுணங்களே என்பதை அறிந்து கொண்டால், இவ்வகைகளைப் புரிந்து கொள்வது எளிது.

I. வளிக் குற்றத்தால் வரும் நான்கு

1. நெய்மண நீர்

- இந்நோயில் இழியும் சிறுநீர் நெய்யின் மணத்தையும் பிசுபிசுப்பையும் பெறும்.
- இந்நீரைச் சீலையில் தோய்த்து, திரியாக்கி விளக்கேற்றின் நெய்விளக்கு போல் எரிவதன்றி அம்மணமும் பெற்றிருக்கும்.

- ❖ இறங்கும் நீர் மிகுதியாகக் காணும்.
- ❖ உடல் வாடிக் கொண்டே வரும்.
- ❖ நோய் கண்ட 7 நாட்களில் கொல்லும்.
- ❖ இதனை ஆச்சிய கந்தி மேகம் என்பர்.

2. பசுமண நீர்

- ❖ இந்நோயில் இழியும் சிறுநீர் பசுவின் நீர் போலும், அதன் மணத்தை ஒத்தும் காணப்படும்.
- ❖ நாழிக்கு நாழி படியளவாக நீர் இறங்கும்.
- ❖ இந்நீரையும் முன் சொன்னவாறு துணியில் நனைத்துத் திரியாக்கி எரிக்க, பசு நீர் மணம் வீசும்.
- ❖ உடல் மெலிந்து சோர்வுண்டாகும்.
- ❖ நோய் கண்ட 15-ஆம் நாளில் கொல்லும்.
- ❖ இதனைச் சுத்த மேகம் என்பர்.

3. சீழ் நீர்

- ❖ சீழ் போல் சிறுநீர் நாழிக்குப் படி அளவில் இறங்கும்.
- ❖ அது கவிச்சு நாற்றம் பெறும்.
- ❖ அதனைக் காய்ச்சின் தேன்போல மணம் வீசும்.
- ❖ இந்நோய் 6 திங்களில் கொல்லும்.
- ❖ இதனைப் பிரமிய மேகம் என்பர்.

4. சதை நீர்

- ❖ இந்நோயில் நீர்ப்புழை, நீர்ப்பை ஆகிய இடங்களில் உள்ள சதை, சவ்வு முதலியன இற்றுச் சிறுநீருடன் கலந்து ஆட்டுக் குட்டியின் கறியைக் கழுவிய நீர்போல் வாசனை உண்டாகும்.
- ❖ வேளைக்குக் குறுணியளவாக இறங்கும்.
- ❖ இந்நீரைக் காய்ச்சின் ஆட்டுநீர் மணத்தையும், புளித்த கருப்பஞ் சாற்றின் மணத்தையும் வீசும்.

- இந்நோய் கண்ட 3 முதல் 8 நாட்களுக்குள் இறப்பர்.
- தவறின் 5-ஆம் திங்களில் இறப்பது திண்ணம்.
- இதனை மாங்கிச சிராவக மேகம் என்பர்.

வளி நீரின் பொதுக் குறிகுணங்கள்

- பொதுவாக கை, கால், கண் இவை அழல் போல் எரிதல்
- நா வறளல்
- பல், நா, தொண்டை இவை கறுத்தல்
- பேச்சு வன்மை குறைதல்
- கண் மேல் சொருகுதல்
- அடிக்கடி பசியும், நீர்வேட்கையும் உண்டாதல்
- உடல் முழுதும் கத்தியால் வெட்டியது போல் வலித்தல் முதலியனவாம்.

II. அழல் குற்றத்தால் வரும் ஆறு

1. யானைக் கொழுப்பு மணநீர்

- இழியும் நீர் யானையின் நீர் போல் காணும்.
- வேளைக்குப் படிக் கணக்கில் இறங்கும்.
- இதனைக் காய்ச்சின் நீரினடியில் உவர்மண்போல் படிந்திருக்கும்.
- நோய் கண்ட 6 திங்களில் கொல்லும்.
- இதனை அப்பிய மேகம் என்பர்.

2. கற்றாழை மணநீர்

- இதில் இழியும் நீர் நாழிகைக்குப் படிக் கணக்கில் இழியும்.
- கற்றாழை நாற்றத்துடன் காணும்.
- காய்ச்சின் மிக்க நாற்றமுள்ளதாய்க் காணும்.
- இந்நோய் தோன்றிய மூன்றாம் ஆண்டில் கொல்லும்.
- இதனைப் பித்தப் பிரமியம் என்பர்.

3. சுண்ண மணநீர்

- வேளைக்குப் படியளவில் இழியும்.

- சுண்ணநீர் போன்ற மணம் காணும்.
- தெளிய வைக்கின் அடியில் சுண்ணாம்பு தெளிந்து படிந்து காணும்.
- நோய் கண்ட இரண்டாம் ஆண்டில் கொல்லும்.
- இதனைச் சவிரண மேகம் என்பர்.

4. இனிப்பு மேக நீர்

- வேளைக்கு அரைப்படியளவாய் அடிக்கடி நீரிழியும்.
- நீரிறங்கும் போதெல்லாம் நீர்ப்புழை கடுத்து விரை நோகும்.
- நீரைக் காய்ச்சின் தேனின் மணம் உண்டாகும்.
- அடியில் தங்கும் எஞ்சல் வெண்மை நிறத்துடன் பிசுபிசுத்து அடிபிடிக்கும்.
- உடல் வெளுத்துக் காணும்.
- நோய்கண்ட ஐந்து ஆண்டில் கொல்லும்.

5. பளிங்கு நீர்

- நீரிறங்கும்போது நீர்ப்புழையில் எரிச்சலையும் விரையில் வலியையும் உண்டுபண்ணும்.
- நீர் தாழைவிழுதியின் சாற்றைப் போல் இழியும்.
- நீரைக் காய்ச்சின், பார்வைக்குச் சீழ் போலும் அதன் நாற்றத்தோடும் காணும்.
- வேளைக்குப் படியளவாய் அடிக்கடி நீர் போகும்.
- நோய் கண்ட ஐந்தாம் ஆண்டிற்குள் கொல்லும்.
- இதனைச் சாந்திர மேகம் என்பர்.

6. முயற் குருதி நீர்

- சிறுநீர் அடிக்கடி இரண்டுபடி அளவாய் இறங்கும்.
- அது முயலின் குருதியைப் போல் சிவந்து நாற்றத்துடன் இழியும்.
- காய்ச்சின் புலால் நாற்றம் வீசும்.
- நீர் இறங்கும் போதெல்லாம் நீர்ப்புழை எரியும். விரைப்பக்கம் கடுக்கும்.
- நோய் கண்ட 9-ஆம் திங்களில் கொல்லும்.
- இதனை ஆர்க்க மேகம் என்பார்.

அழல் நீரின் பொதுக் குறிகுணங்கள்

- உடல் முழுதும் வெப்புண்டாகி, எரிச்சல் காணும்.
- உடல் வறண்டு சுருங்கும்.
- மிகுந்த வியர்வை தோன்றி கவிச்சு நாற்றமடிக்கும்.
- இழியும் நீர் சீழ்போலும், தேன் போலும் கற்றாழை நீர் போலும் இருக்கும்.
- நீர்ப்புழை, விரை, ஈரல், உந்தி ஆகிய இடங்களில் வேக்காடு உண்டாகும்.

III. ஐயக் குற்றத்தால் வரும் பத்து

1. ஐய நீர்

- இந்நோயில் இழியும் நீர் முறைக்குக் குறுணியளவாய் இறங்கும்.
- கொழுப்பு நிறைந்து அம்மணத்தைப் பெறும்.
- நிணத்தின் நாற்றமும் பெற்றிருக்கும்.
- ஆண்குறியும் விரையும் நோகும்.
- 7 ஆண்டிற்குள் சாக்காட்டை விளைவிக்கும்.
- இதனை வசாமேகநீர் என்பர்.

2. தூய்மை நீர்

- நல்ல தண்ணீர் போல் நீர் இழியும்.
- காய்ச்சினாலும் நல்ல தண்ணீரின் மணமே காணும்.
- வேளைக்குக் குறுணியளவாக நீர் இழியும்.
- நோய் தோன்றிய 10 ஆண்டில் கொல்லும்.
- இதனை உத்தம மேகம் என்பர்.

3. மூளை நீர்

- இ தில் இழியும் நீர் எலும்பின் உள்ளே இருக்கும் மூளையை நீரில் கரைத்தாற்போல் காணும்.
- ஒவ்வொரு வேளையும் மூன்று நாழி அளவாய் வெளியாகும்.
- சிறுநீரைக் காய்ச்சினால் நிணநாற்றமாய் இருக்கும்.
- இந்நோயுற்றார் ஆயுள் அளவு 5 ஆண்டாகும்.

- இதனை மஜ்ஜை மேகம் என்பர்.

4. இள நீர்

- இளநீர் போன்று சிறுநீர் இழியும்.
- அது போன்றே மணக்கும்.
- காய்ச்சின் தேங்காய் நெய்யின் மணம் வீசும்.
- வேளைக்குப் படியளவாய் இழியும்.
- மிக்க தாகம் உண்டாகும்.
- உடம்பு இளைத்துக் காணும்.
- மிகுந்த மனக்கலக்கம் உண்டாகும்.
- நோய்கண்ட 7 ஆண்டில் கொல்லும்.
- இதனை ஆதிக்க மேகம் என்பர்.

5. கள் நீர்

- இழியும் சிறுநீர் கள்ளைப் போல் வெளுத்தும் நுரைத்தும் காணும்.
- வேளைக்கு நாழி அளவாக இறங்கும்.
- காய்ச்சினால் கள் மணம் வீசும்.
- மயக்கம் உண்டாகும்.
- ஏழாம் ஆண்டில் கொல்லும்.
- இதனைச் சுரா மேகம் என்பர்.

6. வெண்ணீர்

- இந்நோயில் சிறுநீர் குழகுழத்து விந்து கலந்து இழியும்.
- இதனைக் காய்ச்சின் உறைந்து கறுத்து ஈரல் போலத் தோன்றும்.
- மூன்றாமாண்டில் கொல்லும்.
- இதனைச் சுக்கில மேகம் என்பர்.

7. கழுநீர்

- இந்நோயில் நீர் அடைத்துச் சிக்கிச்சிக்கி அடிக்கடி கழுநீர் போல மிகுதியாய் இறங்கும்.
- காய்ச்சின் அடியில் சங்கைச் சுட்ட சுண்ணாம்பு போலப் படியும்.

- உடல் நாற்றமடிக்கும்.
- ஓராண்டில் கொல்லும்.
- இதனை உதகமேகம் என்பர்.

8. தேன் நீர்

- இழியும் நீர் தேன் போல் மிகுதியாய் இறங்கும்.
- தேன் போன்ற மணத்துடன் சிறுநீரிழியும்.
- மெழுகு போல் அடியில் எஞ்சல் காணும்.
- ஈ, எறும்பு மிகுதியாய் மொய்க்கும்.
- வேளைக்குக் குறுணியளவாக இழியும்.
- உடலில் தேன் மணம் வீசும்.
- ஐந்து மாதத்தில் கொல்லும்.
- இதனைப் பிரசமேகம் என்பர்.

9. உப்பு நீர்

- இழியும் நீர் சுண்ணம் கலக்கிய நீர் போல் வெளுத்தும், அதன் மணத்துடனும் காணும்.
- தெளியவைக்க அடியில் சுண்ணம் படிந்து காணும்.
- அளவில் மிகுந்தும் இழியும்.
- காய்ச்சின் உப்பு படியும்.
- 15 வருடத்தில் கொல்லும்.
- இதனைச் சாரமேகம் என்பர்.
- இந்நோயில் மேலும் உடல் இளைத்தல், மனக்கவலை, ஏக்கம், பசியின்மை, செரியாமை ஆகிய குறிகுணங்கள் காணும்.

10. கவிச்சி நீர்

- கறியைக் கழுவின நீர் போன்ற நிறத்துடனும், புலால் நாற்றத்துடனும் சிறுநீர் காணும்.
- நீர் போகும் போதெல்லாம் ஆண்குறியைப் புரட்டி நீரடைத்தது போல முறுக்கும்.

- அடிக்கடி மிகுந்த அளவில் போகும்.
- நோய் கண்ட மூன்றாம் ஆண்டில் கொல்லும்.
- இதனைத் தைத்திய மேகம் என்பர்.

ஐயநீரின் பொதுக் குறிகுணங்கள்

- உடல் பெருத்து, வெளுத்து ஊதிக் காணும்.
- உடலில் தோல் கேடடைந்து சொறி, சிரங்கு, தினவு முதலியன உண்டாகும்.
- அடிக்கடி உணவும் நீரும் தேடும்.
- இருமலும், தொண்டையில் கோழை கட்டலும் உண்டாகும்.

20 வகை மேக நீர்களின் பொதுக் குறிகுணங்கள்

- மிகுந்த நீர் வேட்கை
- அடிக்கடி நீரிழிதல்
- இருமல்
- மேல் மூச்சு
- சுவையின்மை
- மனம் கலக்கமடைதல்
- அடிக்கடி நீரும் சோறும் கேட்டல்
- இடுப்பு, கழுத்து, எலும்பு ஆகியன உழன்று எரிதல்
- உடல் மெலிந்துபோதல்
- தூக்கமின்மை
- வாயு மிகுந்து பரிதல்
- காற்று வேண்டுதல்
- சூடாக மூச்சு வெளியாதல்
- விக்கல்
- மயக்கம்
- உடல் வெளுத்தல்
- அரட்டல், புரட்டல் முதலானவை காணும்.

இந்நோயில் காணும் அவத்தைகள்

நீரிழிவு நோயில் ஒன்றன்பின் ஒன்றாகத் தொடரும் 10 வித அவத்தைகள் வருமாறு:

1. உடல் பெருத்துக் கொண்டே வருவதோடு நீர்ப்புழை அகன்று வரும்.
2. நீர் பெருகி இழிவதோடு விந்து கெட்டு உடலின் ஒளி குன்றிக் காணும்.
3. நாவறட்சியும், வயிற்றுள் காற்று கூடியும் பெருக்கும்.
4. நீர் வேட்கை மிகுந்து, முப்பிணி (சன்னி) தொடரும்.
5. சிறுநீர் பெருகி இழிந்து விந்தை அழிக்கும்.
6. படுக்கையில் கிடக்கவொட்டாமல் மூச்சு வாங்கும்.
7. உடலில் கழலைக் கட்டி உண்டாகும்.
8. வாய் குமட்டிச் சுவையற்றுப் பெருமூச்சு உண்டாய், உடல் சோரும்.
9. உடலில் புழுக்கள், கிருமிகள் தோன்றி, உடலை மெலியச் செய்யும்.
10. இளைப்பு நோய் உண்டாகிக் கொல்லும்.

நீரிழிவு நோயில் வரும் கட்டிகள் அல்லது பிளவைகள்

நீரிழிவு நோய் உடலில் ஊறி, உடல் வன்மையைக் குறைத்து, ஆங்காங்கு சிறு பருக்களையேனும் பெருங்கட்டிகளையேனும் பிறப்பிக்கும் நோயாகும். சில வேளைகளில் பருக்கள் அல்லது கட்டிகள் பிறக்காமலே சொறிந்த இடத்திலேனும் அடிபட்ட இடத்திலேனும் புண்பட்டுச் சினைத்துப் பெருந்துன்பத்தையும் உண்டாக்கும்.

வகைகள்

இனிப்பு நீர்க் கட்டிகள் குற்ற அளவாய் நான்கும், குருதியளவாய் ஒன்றும், அடிபடல் வெட்டுப் படலால் ஒன்றும் கூடி 6 வகை எனப்படும். அவைகள் முறையே வளி, அழல், ஐயம், முக்குற்றம், குருதி, காயக் கட்டிகள் என வழங்கப்படும்.

சில நூலோர் மது மேகத்தில் உண்டாகும் கட்டி அல்லது பிளவைகளை 10 வகை என்பர். அவை:

1. கடுகுப் பிளவை
2. கடலைப் பிளவை
3. நிலப்பூசினிப் பிளவை

4. கட்டிப் பிளவை
5. மடக்குப் பிளவை
6. ஆமையோட்டுப் பிளவை
7. பேய்ச்சுரைப் பிளவை
8. கூன் பிளவை
9. வலைக்கண் பிளவை
10. கூட்டுப் பிளவை என்பனவாகும்.

குறிகுணம்

1. கடுகுப் பிளவை: கடுகைப் போன்ற வடிவத்துடன் சிறு கட்டிகளாய் ஒன்றன் பின் ஒன்றாய், இடைக்கிடை கடுகு இடவும் இடமின்றி உடல் முழுவதையும் விரைவாய்க் கவர்ந்து கொள்ளும். கட்டிகள் பார்வைக்குச் சிறிதளவாய்க் காணினும் மிகவும் வலிக்கும்.

2. கடலைப் பிளவை: கடலை அளவாய் உடல் முழுதும் சிறிதும் இடம் இல்லாமல் பரவிவிடும். தாங்க முடியாத வலியைத் தரும்.

3. நிலப்பூசினிப் பிளவை: நிலப்பூசினியின் அளவையும் வடிவத்தையும் ஒத்த அளவில் கட்டி உண்டாகி அதில் தாங்க முடியாத வலியையும் கிளை நோய்கள் பலவற்றையும் உண்டாக்கும்.

4. கட்டிப் பிளவை: தோலின் மேலாவது, சதையின் மேலாவது கட்டி போலப் பெருத்து வட்டமாகவேனும் நீளமாகவேனும் வளர்ந்து, சிலவேளை உடைந்து சீழ் வடியும். சிலவேளை உடையாமலே அழுந்திப் போவதும் உண்டு. இது தவிர ஓரிடத்தில் தோன்றிய கட்டி உலருமுன் அவ்விடத்தை விட்டு மற்றோர் இடத்தில் புதிதாய்த் தோன்றுவதுமாகி மாறிமாறி வரச்செய்யும்.

5. மடக்குப் பிளவை: இது பெரும்பாலும் சதைப் பற்றுள்ள இடங்களான பிட்டம், தொடை முதலிய இடங்களில் உண்டாகலாம். அது தோன்றும்போதே, அவ்விடத்தில் கனத்து வீங்கி அடி பருத்து அகன்று, அதன் ஓரங்களைச் சுற்றி அணையிட்டதுபோல் தோல் தடித்துச் சிவந்து, நடுக்குழிந்து கறுநிறம் அடைந்து அல்லது கறுஞ்செம்மை நிறமடைந்து காணும். இக்கட்டி தாங்க முடியாத வலியையும், உடல் வியர்த்தலையும் உண்டாக்கும். இது பார்வைக்கு அகலைப் போல் குழி விழுந்திருப்பதால் இதனை அகல் கழலை அல்லது அகல் பிளவை என்றும் கூறுவர்.

6. ஆமையோட்டுப் பிளவை: ஆமையோட்டைக் கவிழ்த்தது போல் கட்டி நாளுக்கு நாள் பெருத்துக் கொண்டே வந்து அதில் சிறுசிறு கண்கள் தோன்றி, அக்கண்களிலிருந்து சீழ் வடியும். மற்றைய இடங்கள் வழுவழுத்து ஒளிரும். வன்மையுள்ள பெருமருந்துகளைக் கொடுத்தாலும் உலராது. பல கெடுதிகளை உண்டுபண்ணும்.

7. பேய்ச்சுரைப் பிளவை: இக்கட்டி உண்டாகும் இடத்தில் நெருப்பால் சுட்டதுபோல் எரிச்சல் உண்டாகிப் பின் அவ்விடத்தே கறுஞ்செம்மை நிறமான கொப்புளம் பிறந்து, அது பேய்ச்சுரை வடிவம் போலப் பெருகும். அதன் அடி சினத்து வீங்கி மிக வலிக்கும். அத்துடன் சுரம், மயக்கம், சோர்வு, கழிச்சல் முதலியன தொடரும்.

8. கூன் பிளவை: இது வயிற்றிலாவது இடுப்பிலாவது உண்டாகிப் பெருத்துத் திரண்டு, மேல் பூசினாற் போலும், உள்பக்கம் அழுந்தினாற் போலும் மிகுந்த கறுநிறத்தோடும் தோன்றும். வியர்வை, தாங்க முடியாத வலி, சுரம் முதலிய குறிகுணங்களைக் காட்டி, கட்டியிலிருந்து நாற்றத்துடன் நீர்வடிதல், கூனனைப் போல் நிமிரவும் வளையவும் முடியாமை முதலிய பல்வகையான குறிகுணங்களைக் காட்டும்.

9. வலைக்கண் பிளவை: இக் கட்டி உண்டாகும்போதே அவ்விடத்தில் எரிச்சல், குத்தல், குடைதல் என்னும் குறிகளைக் காட்டி, தடித்துச் சிவந்து வீங்கி வளரும். பின்பு நாளுக்கு நாள் மிகவும் பெருத்து வலையின் கண்கள் போல் சிறுசிறு கண்கள் தோன்றி, அதனின்று சீழ் கசியும். எளிதில் உலராமல் பரவிக் கொண்டே போகும்.

10. கூட்டுப் பிளவை: பல சிறு கட்டிகள் ஒரே கூட்டமாய்ப் பிறந்து அவைகள் வளரவளர சிறு கட்டிகள் யாவும் ஒன்றாக இணைந்து ஒரு பெருங்கட்டியாய்த் தேறும். இதில் தாங்க முடியாத வலியும் எரிச்சலும் காணும். நோயாளியை மிகுதியும் வாட்டி, ஐயப் பெருக்கினை ஏற்படுத்தும்.

பிளவையின் பொதுக் குறிகுணங்கள்

- **நீரிழிவு நோயின் வன்மை பெருகப்பெருக உடல் இளைத்தல், வியர்த்தல், தோல் சுருங்கி உலர்தல் மிகுநமை ஆகிய குறிகளைக் காட்டிச் சொறிதலால் குருதி வெளியாகிய இடத்திலேனும் அடிபட்டுப் புண்ணாகிய இடத்திலேனும், புண் பரவிக் கொண்டே புரையோடும். புண்படாமலே வீங்கிக் கட்டிபோலேனும் உண்டாகித் துன்புறுத்தும்.**

- ❖ கட்டிகள் தடித்து வீங்கி மிகுந்த வலியை உண்டாக்கி நாளுக்கு நாள் பரவிக் கொண்டே வரும்.
- ❖ கட்டி பழுக்கும் தறுவாயில் தோல் சுருங்கிக் கருத்துக் காணும்.
- ❖ பின் அதில் சிறு கொப்புளங்களைப் போல் பருக்கள் உண்டாகி உடைந்து அதனின்று சீழ்வடியும்.
- ❖ சீழ் முற்றிலும் வெளியாகாமல், கட்டியில் அழுகிய சதையும் சீழும் கூடி அழுகி எளிதில் உலராமலிருக்கும்.
- ❖ மருந்துகளிட்டுக் கழுவின் அழுகிய சதை சிறிது சிறிதாய் நைந்து இற்று வெளியாகும்.
- ❖ சிலவேளை சிலையோடிக் கீழ் நோக்கிப் பரவும்.
- ❖ இதனை அரசப்பிவை அல்லது இராசப் பிளவை அல்லது இராசக் கட்டி என்றும் கூறுவர்.
- ❖ இது பெரும்பாலும் முதுகிலும், பிட்டத்திலும், புறங் கழுத்திலும், தோளிலும் வருவதுண்டு.
- ❖ இவ்விடங்களில் காணின் துன்பங்கள் பல தொடரும்.
- ❖ மற்ற இடங்களிலும் தோன்றும் கட்டிகளைப் பக்கப் பிளவை என்று கூறுவர்.
- ❖ மேற் கூறப்பட்ட பத்து வகைக் கட்டிகளுள் எவ்வகைக் கட்டியாயினும் கழுத்தின் பின்புறத்து மேல் பாகத்திலேனும், நடு முதுகிலேனும் வரின் எளிதில் தீராவாம். இவ்விரண்டில் கழுத்தின் பின் புறத்து வருவன தீமையை மிகுதியும் உண்டாக்கும்.

நீரிழிவு நோய் கணிப்பு: நாடி

நோய் தோன்றுவதற்கான பல்வேறு காரணங்களால் கீழ்நோக்குக் கால், மேல்நோக்குக் கால், பரவுகால் ஆகியன கேடடைந்து மூலாதாரத்தைத் தூண்டி அங்குள்ள கனலை எழுப்பி இந்நோயை உண்டுபண்ணும். நோய் முதிர முதிர அழலும், ஐயமும் ஒன்றன்பின் ஒன்றாகக் கேடுற்று உடற்கட்டுகள் ஏழையும் ஒவ்வொன்றாகக் கேடடையச் செய்யும். பசித்தீ கேடடையும்; உடற்கு ஊட்டம் தரும் பொருளை உண்ணினும் உடல் வன்மையடைவதில்லை.

வளிநாடியின் இடது பக்கத்தே ஐயநாடி கூடி நடந்தால் நீரிழிவும் காணும். அந்நீர் கள்ளைப் போலும் பதநீர் போலும் காணப்படும். உடல் இளைத்து வெளுப்பாகும். ஐய நோய்களும் துணை கொள்ளும் என்று கூறப்படுகிறது.

நீரிழிவு நோய் முற்றிய நிலையில் நாடிகள் மூன்றும் தளர்ந்து நடக்கும். நீரிழிவு நோயில் உடல் வன்மை குறைந்து கார்மேகம் போல் பலபிணிகள் கூடின், நாடி தளர்ந்து வன்மையின்றி நீரோடுதல் போலும், அல்லது நெருப்பில் விழுந்த புழுப்போலும் நாடி நடக்கும்.

இந்நோயில் உடலில் வறட்சி மிகுந்து உடல் உலர்ந்து இருக்கும் நிலையில் அழல் நாடியானது வலப்பக்கம் அல்லது இடப்பக்கம் பாயாமல் நேராக நடக்குமாயினும் அதன் துடிப்பு பச்சைப்புழு எவ்வாறு தலையை முன்வைத்து உடலை மேல் எழுப்பி, தலை இருந்த இடத்தே வாலைக் கொணர்ந்து வளைந்து நடக்குமோ அவ்வாறே நடக்கும். இவ்வாறான நாடி நடையில் சுரமும் காணும்.

நீர்க்குறி நெய்க்குறி

வளித்தாது பாதிப்பால் உண்டாகும் நீரிழிவில் இழியும் நீரானது:

- நெய்யின் நிறத்தையும் மணத்தையும் இனிப்புச் சுவையையும் பெறும்.
- பசு நீரின் நிறத்தையும் மணத்தையும் பெறும்.
- ஆட்டுக் கறியைக் கழுவிய நீரின் மணத்தையும் நிறத்தையும் பெறும்.
- கள்ளின் மணத்தையும் நிறத்தையும் பெறும்.

இந்நால்வகைப்பட்ட வளிநீரிழிவின் நீரை வெள்ளைப் பீங்கான் கோப்பையில் விட்டு ஒரு துளி எண்ணெய் விடின், அவ்வெண்ணெய் சிதறியோடின் நோய் நீங்காது எனச் சில நூல்கள் கூறினும், தக்க மருந்துகளால் தீரும் என்பது வேறு சில நூலோர் கருத்து.

அழல் தாது பாதிப்பால் இழியும் நீர் சிறிது மஞ்சள் நிறத்தைப் பெற்று, ஈயும் எறும்பும் மொய்க்கும்.

ஐயம் பாதிப்படைவதால் இழியும் நீர் தடித்து மாசுபடிந்தாற்போல் வெளுத்தும், நுரைத்தும் காணும். நீரில் விட்ட நெய்த்துளி முத்துப் போல் இருக்கும். அது நீரில் மிதக்காமல் கீழ் அமுந்தும். இந்நிலை நோய் தீர்வது கடினம் என்பதைக் காட்டும்.

வளிநோயில் மலம் தீய்ந்து கறுத்துக் கடினப்பட்டுப் புழுக்கை போல இறங்கும்.

அழல் நோயில் மிகுதியாய்க் கழிந்து மஞ்சள் நிறம் பெற்று எருவாயில் எரிச்சலை உண்டாக்கி இறங்கும்.

ஐயநோயில் வெண்மையாகவும், மாக்கரைத்தாற்போல நுரைத்தும் அடிக்கடி இறங்கும்.

நீரிழிவு நோய் மருத்துவம்

இந்நோயில் வாயுக்களும், முத்தாதுக்களும், ஏழு உடற்கட்டுகளும் வேற்றுமை அடைகின்றன. வேற்றுமை அடைந்த இவற்றைத் தன்னிலை படுத்துவது அவசியம். இவை வேற்றுமை அடையக் காரணமாக இருந்த மூலக் கனலைக் குறைப்பதற்குத் தேவையான மருத்துவம் செய்ய வேண்டும்.

கலவி நோயின் காரணமாக நீரிழிவுநோய் தோன்றியிருப்பின் அதற்குண்டான மருத்துவம் செய்ய வேண்டும்.

நீரிழிவு நோயில் சிறுநீர் உடலில் உள்ள திசுக்களைக் கரைத்துக் கொண்டு வெளிப்படுவதால் உடல் மெலிந்து, உடல் கட்டுகள் பாதிப்படைந்து, உடலில் மேலும் பலவிதமான நோய்களும் தொடர்வதற்கு ஏதுவாகிறது. எனவே இதனைக் கட்டுப்படுத்துவதற்காக குடிநீர், சாறு, பிட்டு, வடகம் போன்றவற்றை வழங்கலாம். அவற்றினால் பலன் குறைவாக இருப்பின் அப்பிரகம், கருவங்கம், வெள்வங்கம் முதலியவற்றாலான பற்பம், செந்தூரம் முதலியவற்றை வழங்கலாம்.

கலவி நோயின் காரணமாக ஏற்படும் மதுமேக நோயாளர்க்கு இரச, கந்த பாடாணங்களால் ஆன மருந்துகளைச் சேர்த்து வழங்க வேண்டும்.

உடல் கட்டுகளின் வன்மை மிகுதியும் இந்நோயில் குறைவுபடுவதால் தங்கம், வெள்ளி, செம்பு, காந்தம், காரீயம், அயம் முதலிய உலோகங்களால் செய்யப்பட்ட பற்ப, செந்தூர வகைகளைப் பாதிப்புக்கு ஏற்றாற்போல் வழங்குவது அவசியம்.

இந்நோயில் அழல் தாது பாதிப்படைந்து குருதியழல் நோய், தமரக நோய், முதலியன தொடர் நோயாகத் தொடர்ந்திருப்பின் அதற்குண்டான மருத்துவமும் செய்தல் அவசியம்.

இதில் ஐயத்தாது மிகுதியும் பாதிப்படைந்து இருந்தால் அதைத் தொடர்ந்து, இருமல், இளைப்பு, மூச்சுவாங்குதல் ஆகியன எற்படும். அந்நிலையில் அதற்குண்டான மருந்துகளை சேர்த்து வழங்குதல் அவசியம்.

மேலும் இந்நோயில் மயக்கம், விக்கல், தாகம், நாவறட்சி முதலியன தோன்றுமாதலால், அதனைத் தீர்க்கும் விதமாக எளிய சூரணம், குடிநீர் முதலியவற்றைச் செய்து மற்ற மருந்துகளுடன் சேர்த்தோ, தனியாகவோ வழங்க வேண்டும்.

நீரிழிவு நோயில் நரம்பின் தன்மை பாதிக்கப்பட்டு நரம்புத் தளர்ச்சி ஏற்பட்டு அதன் காரணமாக கை, கால்களில் எற்படும் உணர்ச்சியற்ற நிலை, திமிர், எரிச்சல் முதலியவற்றை அறிந்து நரம்புகளை வன்மைப்படுத்தும் உள், வெளி, மருந்துகளை வழங்குதல் வேண்டும்.

நீரிழிவு நோய் முற்றிய நிலையில் கட்டிகள் அல்லது பிளவைகள் ஏற்பட்டிருப்பின் நீரிழிவு நோய்க்கான உள் மருத்துவத்துடன், கட்டிகளைப் பரிகரிப்பதற்குத் தேவையான உள், வெளி மருந்துகளை நல்குதல் வேண்டும்.

நீரிழிவு நோயைக் கட்டுப்பாட்டிற்குக் கொண்டுவந்தவுடன் உடலை வன்மைப்படுத்துவதற்கான பொன், வெள்ளி முதலானவற்றால் செய்யப்பட்ட பற்ப, செந்தூரங்களையும் தாது விருத்தி செய்யும் இலேகியங்களையும் கொடுத்து உடலை வன்மைப் படுத்தலாம்.

I

நீரிழிவு நோய்க்கு எளிய முறையில் கையாளும் சில மருத்துவ முறைகளைச் "சித்த மருத்துவம்" என்ற நூலில் கூறப்பட்டுள்ளதை இனிக் காண்போம்:

குடிநீர் வகைகள்

1. ஆவாரைத் துளிர், கல்மதம், கொன்றை வேர் இம்மூன்றயும் ஒன்றுபட அரைத்து மோரில் கலக்கிக் குடிக்க நீரிழிவு நீங்கும். தினம் காலை மாலை இருவேளை சாப்பிட்டு வரலாம்.

2. ஆவாரையின் இலை, வேர், பூ, பட்டை, காய் ஆகியவைகளைச் சேர்த்து, 1 பலம் கொன்றைவேர், நாவற்கொட்டை, கடலழிஞ்சில், கோரைக்கிழங்கு, கோஷ்ட்டம், மருதம்பட்டை இவை வகைக்கு1 பலம் எடுத்து ஒன்றுபட இடித்து எட்டு பங்கு நீர் விட்டு அரை ஆழாக்காகக் காய்த்துச் சாப்பிட்டு வர நீரிழிவு போம்.

3. தேற்றான் விதை, கடுக்காய்த் தோல், ஆவாரை வித்து, விளாம்பிசின் இவை வகைக்கு 1/4 பலம் வீதம் எடுத்து முதல் நாள் இரவில் சிறிது மோரில் ஊறவைத்து மறுநாள் காலை அரைத்துப் பசுவின் மோரில் கலந்து, காலை மாலை சாப்பிட்டு வர நீரிழிவு நீங்கும்.

4. நீர்முள்ளிப் பூவினை அதன் மகரந்தத்தோடு எடுத்துத் தெங்கின் வட்டும் கூட்டிக் காலை மாலை மென்று தின்ன நீரிழிவு, வெள்ளை இவை நீங்கும்.

5. விளாவேர், ஆவாரை வேர், பூலாவேர், இலவங்கம், காட்டுமல்லிவேர் இவைகளை ஓரளவாக எடுத்து எருமை மோரில் வேகவைத்து வடித்துக் கூட்டி காலை மாலை குடிக்க நீரிழிவு நீங்கும்.

பொடி வகைகள்

1. சீந்தில் பொடி: முற்றிய சீந்தில் தண்டில் எடுத்த சர்க்கரை படி நான்கு. ஆவாரம்பூ, தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு, தாமரைப்பூமொட்டு, செவ்வந்தியிதழ், வெள்ளைச் சந்தனம், சிவப்புச் சந்தனம், நன்னாரி வேர், நீர்முள்ளி விரை, சுக்கு, அமுக்கராக் கிழங்கு, பச்சிலை, இரேணுகம், செம்பருத்தி விரை, பூனைக்காலி விதை, நெற்பொரி, தக்கோலம், அதிமதுரம், மான்கொம்பு, கல்நார், குங்கிலியம், சாதிப்பத்திரி, ஏலம், உலர்ந்த திராட்சை, பேரீந்து, சிறுநாகப்பூ, திப்பிலி, சீரகம், தேவதாரு, கற்பூரம் என்னும் இவைளைத் தனித் தனியே பொடித்து வகை ஒன்றுக்கு 5 கழஞ்சியாகக் கூட்டி, இதன் கூட்டுத் தொகைக்குச் சமம் கற்கண்டுப் பொடி கூட்டிக் கலந்து இதில் வெருகடித் தூளைத் தேனில் கொள்ள நீரிழிவும், கை கால் எரிச்சல், வாய்க் குமட்டல் முதலியனவும் நீங்கும்.

2. நாவல் பொடி: நாவல் விதையின் பருப்பு, கொன்றைப்பூ, ஆவாரம்பூ, நீர்முள்ளிப்பூ, சுத்திசெய்த இரும்புப் பொடி இவற்றை ஓர் அளவாகக் கொண்டு பொடித்து நாவல் பழச்சாற்றில் மைபோலரைத்து, வாய் அகன்ற சட்டியில் வெயிலில் வைத்து உலர்த்தி, நன்றாக உலர்ந்த பின்னர் பொடித்தெடுத்ததில் ஒரு சிட்டிகை அளவு காலை மாலை கொள்ளலாம். இதனால் நீரிழிவும், நீர் எரிச்சலும் நீங்கும்.

3. சந்தனப் பொடி: சந்தனத்தூள், விலாமிச்சு, வெட்டிவேர், இலவங்கம், அக்கரகாரம், கல்மதம் வகைக்கு 1 பலம்; சீந்தில் சர்க்கரை 6 பலம். இவற்றைக் கூட்டிக் கொள்ள நீர் வேட்கை, வாய் குமட்டல் ஆகியவை நீங்கும்.

இலேகிய வகைகள்

1. இலவங்க இலேகியம், வில்வாதி இலேகியம், தேற்றான் இலேகியம் இவைகளில் ஒன்றைத் தக்க அளவில் காலை, மாலை கொடுத்துவர நீரிழிவு குணமாகும்.

"மருத்துவ பாரதம்" என்னும் நூலில் கூறப்பட்டுள்ள நீரிழிவு சிகிச்சை முறை வருமாறு:

இந்த நூலில் மதுமேக நோய் உண்டாவதற்கு மூலகாரணமான மேகநோய்க்குக் கீசகனையும் நீரிழிவு நோயாகிய மதுமேக நோய்க்குச் சயிந்தவனையும் ஒப்பிட்டுக் கூறப்பட்டுள்ளது. எங்ஙனம் பீமனால் கீசகனும், தருமன், அர்ச்சுனன், கண்ணன், பீமன், நகுலன், சகாதேவன் இவர்களால் சயிந்தவனும் கொல்லப்பட்டனரோ, அங்ஙனமே பீமனாகின்ற இரசத்தினால்

மேகநோயையும், தருமன் முதலான அயம், எ.்.கு, வெள்ளி, கெந்தி, பொன், காரீயம், செம்பு இவற்றால் செய்யப்பட்ட பற்ப, செந்தூரங்களினால் நீரிழிவு நோயினையும் போக்குதல் வேண்டும் எனக் கூறப்பட்டுள்ளது.

கீசகன் பாஞ்சாலியை இச்சித்தது-ஆணும் பெண்ணும் இச்சித்துக் கூடியதால் பிறந்த மேக நோய் எனக்கொண்டு அம்மேகத்தால் பிறந்த நீரிழிவு நோய் நீங்க மேகநோயை முன் நீக்க வேண்டும் என்பதால் முதலில் கந்தகமும், பிறகு இரசமும் சேர்ந்த மருந்துகளைக் கொடுத்தல் வேண்டும். இரசம் கீசகனைக் கொன்ற பீமனுக்கு ஒப்பாகக் கூறப்பட்டுள்ளது.

மேகத்தைத் தொடர்ந்து வரும் நீரிழிவு நோயைச் சயிந்தவனுக்கு ஒப்பாகக் கூறப்பட்டது சயிந்தவன் அர்ச்சுனனால் பாசுபதாஸ்திரம் என்னும் ஆயுதத்தைக் கொண்டு கொல்லப்பட்டான். இங்கு பாசுபதாஸ்திரம் என்னும் ஆயுதம் பாசுபதாஸ்திர மாத்திரைக்கு ஒப்பாகக் கூறப்பட்டுள்ளது. அர்ச்சுனன் இவ்வாயுதத்தைக் கொன்றைப்பூ மாலையிட்டு சயிந்தவன் மேல் ஏவியதால், இம்மாத்திரையைக் கொன்றைப்பூச்சாற்றில் வழங்க, நீரிழிவு நீங்கும் எனக் கூறப்பட்டது.

நீரிழிவு நோயில் உடல் கட்டுகள் யாவும் கேடடைந்து பல்வகைப்பட்ட துணை நோய்களும் ஏற்படும் என்பதால், கௌரவர் சேனையைச் சேர்ந்த அத்துணை நோய்ளையும் நீக்க தருமர், அர்ச்சுனன், கண்ணன், பீமன், நகுலன், சகாதேவன் ஆகிய பாண்டவ சேனைக்கு ஒப்பான அயம், எ.்.கு, வெள்ளி, கெந்தி, பொன், காரீயம் இவற்றால் செய்யப்பட்ட பற்ப, செந்தூரங்கள் வழங்கப்படவேண்டும் எனக் கூறப்பட்டது.

இம்மருந்துகளினால் உடல்கட்டுகளை வன்மையடையச் செய்யும் முறை கீழ்க்கண்டவாறு விளக்கப்படுகிறது:

முதலில் இரசத்தாதின் கேட்டிற்காக கந்தகத்தாலாகிய கந்தகப் பற்பம், கந்தக இரசாயனம், கந்தகச் சுடர்த் தைலம் முதலியவைகளில் ஏதேனும் ஒன்றைப் பொடி வகைகளில் ஏதேனும் ஒன்றுடன் துணையாகக் கொண்டு கொடுத்துவரலாம்.

இரத்தத் தாதுவைப் பெருக்குவதற்கு இரும்பு, எ.்.கினால் ஆன பற்ப, செந்தூரங்களை நாவல்பட்டை, அல்லது நாவல்பழச் சாற்றில் அனுபானித்து வழங்கலாம் . ஆவாரைக் குடிநீரையும் துணை மருந்தாகக் கொடுக்கலாம்.

ஊன் தாது பெருகவும், உடலில் மேகத்தால் பிறந்த கழலையைப் போக்கவும் வெள்ளிப் பற்பம் அல்லது செந்தூரத்தை நீர்முள்ளிப்பூ, மணத்தக்காளி வித்து, இவைகள் போன்ற நீரின் எரிச்சலைப் போக்கக் கூடியவைகளைக் கொண்டு செய்த

குடிநீர், பொடி, நெய், இளகம் முதலியவற்றுள் ஏதேனும் ஒன்றினைத் துணைமருந்தாகக் கொடுத்தல் வேண்டும்.

கொழுப்பு, என்பு ஆகிய உடல்கட்டுகளை வன்மை படுத்தப் பொன்னாலான பற்பம், செந்தூரம், மாத்திரைகள் முதலானவற்றைத் தக்க துணை மருந்துகளோடு கொடுக்க உடலின் வன்மை மிகுந்து, மேனி சிவந்து காணும்.

மூளையையும், சுக்கிலத்தையும் வன்மை படுத்துவதற்கான மருந்துகளைக் கொடுத்தால்தான் இம்மருத்துவம் முற்றுப் பெறும். இதற்காக காரீயம், செம்பு இவைகளாலாகிய மருந்துகளை வழங்குதல் வேண்டும். காரீயம் சேர்ந்த மருந்தை ஒன்று அல்லது இருமுறை தக்க துணைமருந்துகளோடு கொடுத்த பின்பு, செம்பாலாகிய மருந்தை வழங்கின் நோய் முற்றிலும் நீங்கும் என்பது தேரன் துணிபு.

ஈயம் செம்புக்கு அரசன் என்னும் பழமொழி ஒன்றுண்டு. ஆதலால் செம்பின் பற்ப, செந்தூரங்களை வழங்கும் போதுண்டாகும் கெடுதிகள் வராமல் தடுத்துக் காக்க ஈயத்தாலான மருந்தினைத் துணை கூட்டினார் தேரன் எனக் கொள்ளல் வேண்டும்.

II

"சித்த வைத்தியத் திரட்டு" என்னும் நூலில் கூறப்படும் நீரிழிவு நோய் மருத்துவ முறைகள் வருமாறு:

1. அப்பிரகப் பற்பம்

சுத்தி செய்த கிருஷ்ணா அப்பிரகம் 1 பலத்தை ஒரு பாத்திரத்திலிட்டு, மருதோன்றி வேர் 16 பலத்தை இடித்து வேறொரு பாண்டத்திலிட்டு, 64 பலம் தண்ணீர்விட்டு, அடுப்பேற்றிச் சிறுக எரித்து 4-இல் 1 பங்கான 16 பலமாகக் காய்ச்சி வைத்துக் கொண்டு, நாளொன்றுக்கு 2 பலம் வீதம் அந்த அப்பிரகத்தில் 8 நாள் வார்த்து ஊறவைத்து நிழலில் உலர்த்தவும். அது நன்றாய் உலர்ந்தபிறகு, அந்த அப்பிரகத்தை நிறுத்து அப்போதிருக்கும் எடைக்கு 2 பங்கு கடப்பம்பிசின் சேர்த்து, அந்த 2 பங்கு பிசின் ஆறி ஒரு பங்காய் குறைந்த பிறகு, முன்போல நாள் ஒன்றுக்கு 2 பலம் வீதம் குப்பை மேனிச் சாற்றை 8 நாள் வரைக்கும் விட்டு ஊறவைத்து நிழலில் உலர்த்த வேண்டும்.

உலர்த்திய பின் அந்த அப்பிரகத்தைக் கல்வத்திலிட்டு, அப்பிரக எடைக்கு 2 பங்கு வேப்பெண்ணெய் தினமும் விட்டு, அப்படி 6 நாள் அரைத்து வில்லை

செய்து வெயிலில் உலர்த்தும் போது, வில்லையை நிறுத்துக் கொண்டு, அந்த எடைக்குச் சரியெடை ஏறும்படி 3 நாள் வரைக்கும் அத்திப்பாலை அந்த வில்லைக்கு அடித்து உலர்ந்தபின் அதை அகலிலிட்டுச் சீலை செய்து 60 வறட்டியில் புடமிட்டு, நன்றாக ஆறினபின்னர் எடுத்தால், வெண்மையாய் இருக்கும்.

இப்பற்பத்தை 1 முதல் 2 குன்றியளவில் நெய்யிலாவது, வெற்றிலைச் சாற்றிலாவது அனுபானித்து 1 மண்டலம் வழங்கலாம்.

இதனால் நீரிழிவு நோய், பிளவை, மகோதரம், உன்மாதம், சுரம், விரை வாதம் முதலியன நீங்கும்.

புளி, புகையிலை, பெண்போகம், கடுகு, மதுபானம், அகத்திக்கீரை ஆகியவற்றை நீக்க வேண்டும்.

சரியான முறையில் சுத்திகரித்துத் தயார் செய்த இப்பற்பம் எவ்விதத் தீங்கும் விளைவிக்காது. சுத்தியோ, செய்முறையோ சரியாக இல்லாவிடின் மருந்தீட்டால் உண்டாகும் கெடுதி போல துன்பம் விளைவிக்கும். அதுசமயம் மறுதோன்றி சுக்குக் குடிநீர் அருந்தினால் அத்துன்பம் நீங்கும்.

2. அப்பிரகச் செந்தூரம்

கறுப்பு அப்பிரகம் 10 பலம் எடுத்து உரலிலிட்டுப் பொடித்து, அவ்வெடைக்குச் சமம் பனைவெல்லமும் வெடியுப்பும் ஒன்றாகச் சேர்த்து நீர் விட்டு அரைத்து, வில்லை தட்டி ஓட்டிலிட்டுக் காய வைத்து, மேல் மூடிச் சீலை செய்து கஜபுடம் இடவும். அப்பிரகம் தளுக்கற்று வெளுத்துப் போயிருக்கும்.

இதனைக் கல்வத்திலிட்டு எருக்கம் பாலால் 1 சாமம் அரைத்து வெயிலில் காயவிடவும். இவ்விதம் 40 நாள் செய்யவும். 41-ஆம் நாள் அரைத்து வில்லை தட்டிக் காய வைத்து ஓட்டிலிட்டு, 7 சீலை செய்து கஜபுடம் போட்டு ஆறினபின்னர் எடுக்க, அப்பிரகம் சிவந்து இருக்கும்.

இதனைக் கல்வத்திலிட்டு கையான் சாற்றால் 4 சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டிக் காய வைத்து ஓட்டிலிட்டுச் சீலை செய்து புடமிடவும். இவ்விதம் 51 புடம் போட அப்பிரகம் சிவந்திருக்கும். இதனைப் பொடித்துக் குப்பியில் அடைக்கவும்.

உண்ணும் முறை: ஆவாரப் பஞ்சாங்கம் 8 பலம், அமுக்கராக் கிழங்கு 8 பலம், சீரகம் 5 பலம் இவற்றைப் பொடித்துச் சூரணமாக்கி, இச்சூரணம்

வெருகடியளவுடன் குன்றியளவு அப்பிரகச் செந்தூரம் சேர்த்துப் பசுவெண்ணெயில் 2 வேளை 1 மண்டலம் கொள்ள நீரிழிவு என்னும் மதுமேகம் நீங்கும் .

3. மகா வசந்த குசுமாகர மாத்திரை

அப்பிரகம், பொன், முத்து, பவளம், அயம், காந்தம், வங்கம், நிமிளை, கந்தி, செம்பு இவைகளின் பற்பங்கள், நாபி-இவை சம அளவு எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டுக் குமரிச் சாற்றால் 3 நாள் அரைத்துத் திரண்ட பிறகு, ஒரு முத்துச் சிப்பியில் வைத்து, மறறொரு பொருத்தமான சிப்பியால் மூடி, வெங்காரத்தையும் குன்றிமணிப் பருப்பையும் பழச் சாற்றினால் அரைத்து மேற்படி முத்துச் சிப்பிக்குக் கவசம் செய்து உலர்த்தவும். பின் இதனை மணல் மறைவில் எரித்துப் பதம் வந்த பிறகு ஆறவிட்டு எடுத்துச் சீலையை நீக்கி, சிப்பியுடன் கல்வத்தில் இட்டுப் பொடிக்கவும்.

பின் செங்கழுநீர்ப் பூச்சாறு, கோங்கிலவம்பூச்சாறு, தாமரைப் பூச்சாறு, மாதுளம் பூச்சாறு இவைகளில் தனித்தனியாக நன்றாக அரைத்த பிறகு, வெட்டிவேர்க் குடிநீர், விலாமிச்சம் வேர்க் குடிநீர் இவைகளில் முறையே ஒவ்வொரு நாள் அரைத்து, மருந்து எடைக்கு 1/8 பங்கு கஸ்தூரி, 1/8 பங்கு குங்குமப்பூ, 1/16 பங்கு பச்சைக் கற்பூரம் சேர்த்து வெட்டிவேர்க் கியாழம் கொண்டு 3 நாள் அரைத்துக் குன்றியளவு மாத்திரை செய்து நிழலில் உலர்த்தவும்.

மாத்திரை ஒவ்வொன்றைச் சீந்தில் சர்க்கரையில் அனுபானித்துக் கொடுக்க, பிரமேகம் என்னும் நீரிழிவு நோய் நீங்கும்.

4. கௌரி சிந்தாமணி செந்தூரம்

சுத்தி செய்த இரசம் 1 பலம், கந்தகம் 1 பலம், பொரிகாரம் 1 பலம்-இவற்றைக் கல்வத்திலிட்டு முறைப்படி பொடித்து, பொடியை ரெட்டினால் கொட்டைப்பாக்களவாய் கிழிகட்டி, மணல்மறைவில் கிழிகளை மறையும்படி வரிசையாக வைத்து 10 வறட்டிகளை மணல் மேல் அடுக்கி எரித்துக் குளிர்ந்தபின் எடுத்து, ரெட்டுகளை நீக்கி மருந்தை எடுத்துப் பொடித்துக் கொள்ளவும். மருந்து பூலாம்பழம் போல் கறுப்பாக இருக்கும்.

மருந்து 1 குன்றியளவில், ஆவாரம் தைலத்தில் கொடுக்க நீரிழிவு 20 வகையும், சதையடைப்பு, உள்ளுருக்கி, மூத்திர அடைப்பு, என்பு சுரம் முதலியனவும் நீங்கும்.

5. வெள்ளிச் செந்தூரம்

5 பலம் கந்தகத்தைப் பொடித்து ஒரு சட்டியிலிட்டு, ஒரு பலம் வெள்ளியைத் தகடாகத் தட்டியதைச் சுருட்டி, அதன் மத்தியில் மூழ்கும்படி அமர்த்திச் சட்டி கொண்டு மூடி, சிரட்டை ஓடு 100 கொண்டு எரித்தெடுக்கச் செந்தூரமாகும்.

ஒரு நெல்லரிசி அளவு அனுபானமறிந்து கொடுக்க மேகநீர் என்னும் நீரிழிவு நோயும், பாண்டு, காமாலை, குன்மம், சூலை, சன்னி, சுரம், சயம் முதலான நோய்களும் நீங்கும்.

6. சாம்பிராணிப்பூ பதங்கம்

சாம்பிராணி 3 பங்கு, சாதிப்பத்திரி, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய், சாதிக்காய், வால்மிளகு, ஏலரிசி, சாரைப்பருப்பு, கிராம்பு, புனுகு, இம்பூறல்வேர், அதிமதுரம், மரமஞ்சள், புனுகுச் சட்டம்-இவைகள் வகைக்கு 1 பங்கு எடுக்க மொத்தம் 20 பங்கு ஆகும்.

இவற்றில் புனுகை நீக்கி மற்றவைகளை நன்றாக இடித்துக் கலந்து புனுகைச் சேர்த்து ஒரு பெரிய மட்பாண்டத்திலிட்டுச் சட்டிக்குச் சாமந்தி இலை, கொடிவேலி இலை, தும்பை இலை, இவற்றின் சாற்றின் கூட்டுத் தொகை பத்துப் பங்கைக் கொண்டு மேற்சட்டியில் உட்புறம் பூசிப்பூசி உலர்த்தியபின், பெரிய சட்டிக்குப் பொருத்தி, பொருத்துவாய்க்கு வன்மையாய்ச் சீலைமண் செய்து அடுப்பிலிட்டு அடுப்பினுள் உலர்ந்த ஆட்டுப்புழுக்கை, காட்டெரு, உமி, வேர்ப்பட்டைகள் இவைகளுள் ஏதேனும் ஒன்றைப் போட்டுத் தீயிடவும். தீப்பற்றி எரிந்து அடங்கி ஒரு நாள் ஆனபின்பு சட்டி அசையாமல் சீலையை நீக்கி, மேற் சட்டியைச் சரிவாக எடுத்துப் பார்க்க, அதனில் சாம்பிராணிப்பூ படிந்து இருக்கும்.

இதனைக் கரும்புச் சாற்றில் தக்க அளவில் கொடுக்க நீரிழிவு தீரும்.

7. இரசக் கந்தி மெழுகு

சேரும் சரக்குகள், மற்றும் செய்முறை ஏற்கனவே வாதநோய்களின் பொது மருத்துவத்தில் கூறப்பட்டுள்ளது. அதிகக் கலவியால் ஏற்படும் மேகநோயைத் தொடர்ந்து வரும் நீரிழிவு நோயில் இதனை மேக நோய் நீங்குவதற்காக வழங்கலாம். மேலும் நீரிழிவு நோயின் தொடர்நோயாக வரும் பிளவை நோயில் அதை நீக்கும் பொருட்டு உள்மருந்தாக வழங்க நல்ல பயன் தரும்.

8. கந்தி மெழுகு

சுத்தித்த கந்தகத்தை வெள்ளை வெங்காயச் சாறு விட்டு 5 நாள் அரைத்துப் பிறகு இஞ்சிச்சாறு விட்டு 5 நாள் அரைத்து மெழுகு பதமானவுடன் குப்பியில் அடைக்கவும். வேண்டும் போது 2 முதல் 3 குன்றியளவு உருட்டிக் கொடுக்க வெகுமூத்திரம் போன்ற மேக நீர்களும், சொறி, சிரங்கு, குட்டம், மூலம் முதலியனவும் நீங்கும்.

9. கௌசிகர் குழம்பு

இதன் செய்முறை மற்றும் சேரும் சரக்குகள் முதலியன வாத நோய் மருத்துவத்தில் கூறப்பட்டுள்ளது. நீரிழிவு நோயில் காணும் பிளவை என்னும் தொடர் நோய்க்குக் கௌசிகர் குழம்பினைப் புகையாகக் கொள்ள அவை உள்வாங்கும் எனக் கூறப்படுகிறது.

10. நன்னாரி மணப்பாகு

12 1/2 பலம் நன்னாரி வேர்ப் பட்டையை இடித்து 1 1/2 படி வெந்நீரில் 6 மணி நேரம் ஊறவைத்தபின் காய்ச்சி 3/4 படியாக வற்றவைத்து வடிகட்டி அதில் 12 1/2 பலம் சர்க்கரையைக் கரைத்துக் காய்ச்சி மணப்பாகு பக்குவத்தில் எடுத்து புட்டியில் அடக்கஞ் செய்யவும்.

1/2 பலம் மணப்பாகுடன் 1 பலம் தண்ணீர் கலந்து சாப்பிட்டு வரப் பிரமேகம், அதில் உண்டாகும் நாவறட்சி, தாகம், மேகக் காங்கை, நீர்க்கடுப்பு முதலியன நீங்கும்.

11. மேக நாதத் தைலம்

வாத நோய் மருத்துவத்தில் இதன் செய்முறை மற்றும் சேரும் சரக்குகள் கூறப்பட்டுள்ளன. நீரிழிவு நோய்க்கும் இம் மருந்தை வழங்கலாம். முட்டைக் கரண்டியளவு 2 வேளை கற்கத்துடன் வழங்க வேண்டும். பத்தியம் தேவை. 5-நாள் மருந்து உண்டு பின்னர் பசுமோர் கூட்டலாம். 15 நாள் சென்றபின் எண்ணெயிட்டு முழுகலாம்.

12. குங்கிலிய வெண்ணெய்

சுத்தி செய்த குங்கிலியம் 1 பலம், வன்னியிலைச் சாறு 1 ஆழாக்கு, பசுநெய்1 ஆழாக்கு-இவைகளைக் கலந்து சட்டியிலிட்டு எரித்துச் சிறிதாறிய பின்னர் நீர்நிறைந்த ஓர் வாயகன்ற மட்பானையில் கொட்டி மத்திட்டுக் கடையக் கட்டி கட்டியாக வெண்ணெய் திரளும். இதை ஒரு பாத்திரத்திலிட்டு நீரைக் கொட்டி ஒவ்வொரு நாளும் பழைய நீரை நீக்கிப் புது நீர் சேர்த்து வரவேண்டும்.

இதில் நாளொன்றுக்கு இருமுறையாக கொட்டைப் பாக்களவு கொடுக்கப் பிரமேகம், கீல்பிடிப்பு முதலிய நோய்கள் நீங்கும்.

13. வெள்ளை மெழுகு

மஞ்சள் மெழுகை உருக்கி இளம் சூடாக இருக்கும்பொழுது வெள்ளைப் பாடாணப் பொடியைச் சேர்த்துக் கிண்டி, வேண்டிய அளவு எடுத்து வில்லை தட்டி

அனலில் காட்டி அரையாப்பு போன்ற கட்டிகளில் போடத் தீரும். அதாவது அழுந்தி விடும்.

மெழுகு 1 எடை, தேங்காய் நெய் 1/2 எடை, வெள்ளைப் பாடாணம் 1/10 எடை- இவ்வளவில் கூட்டி மேற்சொன்ன விதிப்படி செய்து கொள்ளவும். தடித்த துணித் தண்டில் வேண்டிய அளவு தடவி கட்டிகள், பிளவைகள், ஆறாத விரணங்கள் ஆகியவற்றின் மீது போடலாம். நீரிழிவில் காணும் இராசப்பிளவை, பக்கப் பிளவை போன்றவற்றில் இது நல்ல பலன் தரும்.

14 பச்சை எருவை

வெள்ளைப் பாடாணம் 4 பலம், அரிதாரம் 4 பலம், சுண்ணாம்பு 8 பலம், குங்கிலியம் 16 பலம். இவைகளை நல்லெண்ணெய் விட்டு மைபோல் அரைத்துப் பிறகு நீர் விட்டு அரைத்து, நீரை வெளிப்படுத்தி, மீண்டும் இவ்விதம் 9 முறை செய்யவும்.

இதனைப் பிளவை, ஊன் வளரும் கட்டி, புண் முதலியவற்றுக்குப் போடலாம்.

III

"குணபாடம்-மூலிகை" என்னும் நூலின்படி நீரிழிவு நோய்க்குப் பயன்படும் மூலிகைகள் பற்றிய விபரம் வருமாறு:

1. அத்தி: அத்திப்பாலை, வெண்ணெய் அல்லது சீனியுடன் கலந்து கொடுக்க நீரிழிவும், பெரும்பாடு, இரத்தபேதி, வெள்ளை, தாதுக்குறைவு முதலியனவும் நீங்கும். நீரிழிவில் பிறந்த பிளவைக்கு இப்பாலைப் பற்றிட்டு வர நன்மைதரும். அத்திப் பழத்தைக் காய வைத்துச் சூரணித்து உட்கொள்ள சிறுநீரில் உள்ள இனிப்புமறையும்.

2. அசோகு: அசோகு மரப்பட்டை அல்லது அதன் சாற்றினைத் தக்க அளவில் கொடுக்க நீரிழிவு நோய் குறையும்.

3. அமுக்கரா: அமுக்கரா கிழங்கு அல்லது இலையை அரைத்து மேகக் கட்டிகளுக்குப் பூசலாம். அமுக்கரா கிழங்கைப் பாலில் வேடுகட்டி வேக வைத்து எடுத்து உலர்த்தி, இடித்து எடுத்த சூரணத்தைப் பசுவின்பால் கலந்து சாப்பிட்டு வர நீரிழிவு நோயில் காணப்படும் நரம்புத் தளர்ச்சி, உடல் பலவீனம் ஆகியன நீங்கும்.

4. ஆல்: ஆலம்பட்டையை இடித்து 10 மடங்கு நீர்விட்டு நன்றாக ஊறவைத்து உள்ளுக்குக் கொடுத்துவர நீரிழிவு நீங்கும். ஆலம் பால், விழுது, பழம், விதை, பூ, இலை ஆகியவற்றுக்கும் நீரிழிவைப் போக்கும் குணம் உண்டு. ஆலிலையை வதக்கி மேகக்கட்டிகளுக்கு வைத்துக் கட்டலாம். இதனால் கட்டி உடைந்து சீழ் நீங்கும்.

5. ஆவாரை

- ஆவாரைப் பஞ்சாங்கம் எனப்படும் ஆவாரையின் இலை, பூ, காய், பட்டை, வேர் என்னும் ஐந்து உறுப்புகளால் நீரிழிவுநோய் நீங்கும்.
- ஆவாரைப்பிசினை 4 கிராம் முதல் 10 கிராம் எடை வரை நீரில் கலந்து குடித்து வர நீரிழிவு, சிறுநீர் எரிச்சல் ஆகியன நீங்கும்.
- வேருடன் கூடிய முழுச்செடியைக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க நீரிழிவு, ஆண்குறி எரிச்சல் இவை நீங்கும். இக்குடிநீரில் பனங்கற்கண்டும் பசுவின் பாலும் சேர்த்துத் தக்க அளவில் வால்மிளகு, ஏலக்காய் சேர்த்து மணப்பாகு செய்து, உரிய அளவில் நீருடன் கலந்து சாப்பிட்டு வரச் சிறுநீர் அளவில் மட்டுப்படும். அதில் நிறைந்த இனிப்பு குறையும். உடல் வன்மையடையும்.
- ஆவாரை, கொன்றை, நாவல், கடலழிஞ்சில், முத்தக்காசு, கோஷ்டம், மருதம்பட்டை இவற்றை ஒரே அளவில் கூட்டி அதற்குத் தகுந்த நீர் விட்டு எட்டில் ஒன்றாக வற்றச் செய்து குடிக்க நீரிழிவு நோய் நீங்கும்.
- ஆவாரைத் துளிர், கல்மதம், கொன்றைவேர் ஆகிய மூன்றையும் புளித்த மோரில் கலக்கிக் கொடுக்க நீரிழிவு நோய் நீங்கும்.
- ஆவாரை, சீந்தில், தில்லைச் செடி இவைகளின் வேர், இலை, தண்டு, பூ முதலியவற்றை முறையே 3,2,1 என்ற எடையாகக் கொண்டு, இளவறுப்பாக வறுத்து ஒன்றிரண்டாக இடித்துப் பொடியாக்கி அரைப்பிடிக்கு அரைப்படி நீர்விட்டு 1/8 படியாகக் குடிநீர் செய்து, பால் கூட்டிக் காலை மாலை கொடுக்க நீரிழிவு நீங்கும். நீரில் சர்க்கரை குறையும்.

6. கடுக்காய்: தோலைக் குடிநீர் செய்து கொடுக்க அதிமூத்திரம், கண்நோய் குணப்படும்.

கடுக்காய் வித்து, கரியபோளம், நாபிக் கிழங்கு, அபின், கொடிவேலி,

எருக்கன் வேர், வாளம்-இவைகளைச் சமபாகம் எடுத்து எருக்கம் பாலில் அல்லது எருக்கம் பழுப்புச் சாற்றில் அரைத்துத் தடவப் பிளவை நீங்கும்.

7. கணப்பூண்டு: பச்சை இலையை அரைத்து மேகக் கட்டிகளின் மீது வைத்துக் கட்ட, கட்டி கரையும்.

8. கருங்காலி: கருங்காலி மரப்பட்டை 1 பங்கு, நீர் 8 பங்கு சேர்த்துக் காய்ச்சி 8-இல் 1 ஆகக் குறுக்கிக் கொள்ளவும். அல்லது கருங்காலிக் கட்டை அல்லது பட்டையுடன் கடுக்காய், நெல்லிக்காய் தான்றிக்காய் சேர்த்து மேற்கண்டவாறு குடிநீர் செய்யவும். இக்குடிநீர் நீரிழிவு நோயில் நல்ல பலனைத் தரும்.

கருங்காலிப் பிசின் 1 கிராம் அல்லது 2 கிராம் அளவில் நீரில் கரைத்துக் கொடுக்க மேக நீரிழிவு நீங்கும்.

மரத்தின் வேரைச் சிறு துண்டுகளாக்கிக் குடிநீர் செய்து கொடுத்தாலும் நீரிழிவு நோய், குருதிக் கழிச்சல் முதலியன நீங்கும்.

9. வெண்கருங்காலி: வெண்கருங்காலி மரத்தின் வேரைக் குடிநீர் செய்து கொடுக்க, கள்ளைப் போலிழியும். மேக நீரிழிவு நீங்கும்.

10. கறிவேம்பு: கறிவேம்பு இலையை நிழலில் உலர்த்தி, அத்துடன் மிளகு, உப்பு, சீரகம், சுக்கு இவைகளைப் பொடியாக்கிக் கலந்து சாதத்தில் சேர்த்து, கொஞ்சம் நெய்விட்டு உண்ணப் பிரமேகம், வயிற்றில் உள்ள மந்தம், மலதோடம், மலக்கட்டு முதலியன நீங்கும்.

11. காசிரத்னம்: இக்கொடியில் உள்ள இலையைச் சிதைத்துக் கட்ட நீரிழிவு நோயில் காணும் கட்டி அல்லது பிளவை பழுத்து உடையும்.

12. காஞ்சொறி: சிறுகாஞ்சொறி, பெருங்காஞ்சொறி, கறுங்காஞ்சொறி ஆகிய மூன்று வகை வேர்களில் ஒன்றை 8 முதல் 17 கிராம் எடுத்து ஆழாக்கு நீரிலிட்டு, அரையாழாக்காக எரித்துச் சுண்டியபின் வடிகட்டிக் கொடுத்து வர நீரிழிவு, நீர்வேட்கை, வளிப்பெருக்கு முதலியன நீங்கும்.

13. கீழாநெல்லி: கீழாநெல்லியை அரைத்து நல்ல பசுவின் தயிரில் கலந்து நாளும் கற்ப முறைப்படி உண்ண மதுமேகம், மேகவெட்டை, காமாலை முதலியன நீங்கும். பல பிணிகளினால் நொந்து உடல் மெலிந்து வெளுத்திருக்குங் கால் இதை நல்கப் பெரும் பலம் உண்டாகும்.

14. குங்கிலியம்: குங்கிலிய வெண்ணெய் செய்து நாளொன்றுக்கு இருமுறையாக கொட்டைப் பாக்களவு கொடுக்கப் பிரமேகம், மேக விரணம் ஆகியன நீங்கும்.

குங்கிலியத்தைப் பொடித்து 1 கிராம் வீதம் 120 மில்லி பாலில் கலக்கி நாளும் காலையில் சாப்பிட்டு வர உடல் வலுக்கும். பிரமேகம், வெள்ளை முதலியன நீங்கும்.

15. குங்குமப்பூ: குங்குமப்பூ 1 பங்கை 80 பங்கு நீரில் ஊறப்போட்டு வடிகட்டி வேளை ஒன்றுக்கு 30 மிலி முதல் 60 மிலி வரை வழங்க மேகநீர், நீர்வேட்கை முதலான பல நோய்கள் நீங்கும்.

16. குடசப்பாலை: பட்டையை முறைப்படி குடிநீரிட்டு 15 முதல் 30 மிலி வரை தினம் 3 வேளை கொடுத்து வர நீரிழிவு, கழிச்சல் நீங்கும். மிகுந்த வளி குறையும்.

17 குந்திரிக்கம்: குந்திரிக்கம் அல்லது பறங்கிச் சாம்பிராணி, நல்லெண்ணெய், வெள்ளை மெழுகு வகைக்கு 3 கிராம் எடுத்துச் சிறுதீயிட்டு உருக்கி வடிகட்டிக் கொண்டு நீரிழிவுநோயில் தோன்றும் பிளவைக்கு மேலுக்குத் தடவலாம்.

18. குருவேர்: குருவேர் அல்லது வெட்டிவேரினால் மேகக் கட்டிகள் நீங்கும் எனக் கூறப்படுகிறது. வெட்டிவேரினைப் பொடி செய்த தூள் 195 முதல் 600 மிகி வரை வழங்கலாம். அல்லது வெட்டிவேரை ஊறல் குடிநீராகச் செய்து 30 முதல் 60 மிலி வரை வழங்கலாம்.

19. குறட்டை: இதன் இலையையும் தும்மட்டி வேரையும் சம எடை சேர்த்து அரைத்துப் பிளவைக்குப் பற்றிடலாம்.

20. கேழ்வரகு, 21. கோதுமை: நீரிழிவு நோயாளருக்கு இவைகளைக் கொண்டு கஞ்சி, ரொட்டி, சாதம் முதலிய உணவுப் பண்டங்கள் செய்து வழங்கப்படுகிறது.

22. கோவை: கோவைக் கிழங்கின் சாற்றை ஓர் உச்சிக்கரண்டி முதல் 3 உச்சிக்கரண்டி வரை கொடுக்க நீரிழிவு நீங்கும்.

கிழங்கின் சாற்றை நீரிழிவு நோயில் வழங்கும் பெரிய மருந்துகளுக்குத் துணையாகவும் வழங்கலாம்.

23. சீந்தில் : சீந்தில் கொடியிலிருந்து எடுக்கப்படும் சத்து, சீந்தில் சர்க்கரை எனப்படும். நன்றாக இடித்த சீந்தில் கொடியைக் குளிர்ந்த நீரிலிட்டு மறுநாள் கடைந்து திப்பியைக் கசக்கிப் பிழிந்து நீக்கி வெயிலில் 2 அல்லது 3 மணிநேரம் வைக்க நீர் தெளியும். அந்த நீரை இறுத்துவிட்டு, வேறுநீர் விட்டுக் கலக்கி மேற்கண்டபடியே நீரை இறுத்துச் சுண்டவிட்டு மறுபடியும் மேற்படியாகவே செய்து நீரை இறுத்துவிடின் அடியில் படிந்திருக்கும் மா போன்ற பொருளே சீந்தில்

சர்க்கரையாகும். இதை உலர்த்தி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இது மிகவும் கசப்பாக இருக்கும்.

சீந்தில் சர்க்கரை நீரிழிவு நோயில் வழங்கப்படும் அப்பிரகப்பற்பம், அப்பிரகச் செந்தூரம் போன்ற மருந்துகளில் துணை மருந்தாக வழங்கப்படுகிறது. சீந்தில் பொடி, சீந்தில் சர்க்கரைப்பொடி, அமுத சர்க்கரை இலேகியம் போன்ற மருந்துகளாகச் செய்து தனியாகவும் வழங்கப்படுகிறது.

24. பொற்சீந்தில்: இதன் கிழங்கினால் நீரிழிவு, இளைப்புநோய், குருதியழல் நோய் இவை நீங்கும்.

25. தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு: கிழங்கைப் பொடி செய்து வேளைக்கு 1 முதல் 2 கிராம் எடை தினம் 2 வேளை கொள்ளலாம். இதனால் நீரிழிவு நோய், நாட்பட்ட சுரம், என்புருக்கி நோய், வெட்டை, உட்சூடு, முதலியன நீங்கும்.

26. தேற்றான்: தேற்றான் விதை, கடுக்காய், ஆவாரை, விளாம்பிசின் இவை நான்கையும் ஓரெடையாக எடுத்துப் பசுவின்மோரில் கலந்து ஒரு நாளைக்கு ஆறுமுறை பருகிவர நீரிழிவு நீங்கும்.

27. தொட்டான் சிணுங்கி: இதன் இலையையும் வேரையும் உலர்த்திப் பொடித்துப் பாலில் 4 முதல் 8 கிராம் எடை சேர்த்துக் கொடுக்க நீரிழிவு நீங்கும்.

28. நன்னாரி: நன்னாரி வேரை உணவு முறையாக சமையல் செய்துண்ண பித்த மேகம் நீங்கும். நன்னாரியின் வேர், இலை, கொடி, காய், பூ இவைகளை நெய்யுடனே வதக்கி வறுத்துக்கொண்டு சிறுபுளி, மிளகு, லவணம் இட்டுத் துவையல், வடகம் முதலியவைகளாய்ப் பாகம் செய்து 1 மண்டலம் வரைக்கும் பத்தியத்துடன் உட்கொள்ள, பித்த மேக நீரிழிவு நீங்கும். அழல் குற்றத்தால் வந்த வெள்ளை, அக்குள் நாற்றம், வியர்வை நாற்றம் முதலியன நீங்கும்.

27. நாவல்: நாவல் பட்டையை எவ்விதத்திலேனும் குடிநீர் செய்து சாப்பிட நீரிழிவு நீங்கும்.

நாவல்பழ மேல் தோலை எந்த முறையாகவேனும் உட்கொள்ள, நீர்ப்பெருக்கு, நீர்வேட்கை முதலியன தீரும்.

நாவல் வேர் ஊறிய நீரானது கழிச்சல், நீரிழிவு நோய்களை நீக்கும்.

நாவல் கொட்டையைத் தூள் செய்து வேளைக்கு 2 முதல் 4 கிராம் எடை கொடுக்க நீரிழிவு நீங்கும்.

நாவல்பழச் சாற்றைப் பிழிந்து ஒரு புட்டியில் ஒரு திங்கள் வரையில் மூடிவைத்திருந்து அதன்பின் எடுத்துக் கொடுக்க நீரிழிவில் உண்டாகும் நீர்வேட்கை நீங்கும்.

28. நெய்தல் கிழங்கு: இப்பூண்டின் விதைகளை உலர்த்திக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க நீரிழிவில் காணும் நீர்வேட்கை தணியும்.

29. பறங்கிப்பட்டை: இதைப் பொடி செய்தாவது,குடி நீரிட்டாவது கொடுத்துவர நீரிழிவு நோய், பிளவை, பற்பல வளி நோய்கள், கடிவிடம், சிரங்கு, குறை நோய் முதலியன நீங்கும்.

30. பிளவைக் கொல்லி: இதன் இலையை நீர்விடாமல் அரைத்துப் பிளவைகளின் மீது பூசிவர அவைகள் ஆறும்.

31. மருது: மருதம்பட்டையை இடித்துச் சாறு எடுத்தோ அல்லது குடிநீர் செய்தோ கொடுக்க நீரிழிவு நீங்கும். ஆவாரையுடன் சேர்த்து நீரிழிவு நோய்க்கு குடிநீர் செய்து வழங்கலாம்.

32. வாகை: இதன் பிசினை 1 முதல் 2 கிராம் வரை கொடுத்து வர மேகக் கட்டி நீங்கும்.

33. விளா: விளாம் பிசினைத் தூய்மை செய்து பொடித்து மாத்திரை முதலியன செய்து சாப்பிட நீரிழிவு, வெள்ளை, நீடித்த கழிச்சல், பெரும்பாடு முதலியன நீங்கும்.

விளா வேர், ஆவாரை வேர், பூலா வேர், இலவங்கம், காட்டுமல்லி வேர் இவற்றை ஒரே அளவில் எடுத்து எருமை மோரில் வேகவைத்துத் தயிரில் கலந்து அருந்த மிகுந்த நீரிழிவு நீங்கும்.

34. வேல்: கறுவேலம்பட்டை ஒரு பங்கு எடுத்து 14 பாகம் தண்ணீரில் ஊறவிட்டு ஊறல் குடிநீராகச் செய்து அதில் 30 முதல் 45 மிலி வீதம் கொடுத்து வர நீரிழிவு நீங்கும்.

கறுவேலம் பிசின் சூரணத்தை மதுமேகம், அதிமூத்திரம் முதலான நோய்களில் துணை மருந்தாகக் கொள்ளலாம்.

IV

"குணபாடம்-தாது சீவ வகுப்பு" என்னும் நூலில் கூறப்பட்டுள்ள நீரிழிவு நோய் சிகிச்சை முறைகள் வருமாறு:

1. அப்பிரகப் பற்பம்

ஒரு பலம் சுத்தி செய்த அப்பிரகப் பொடிக்கு 6,5,4,3 பங்கு முறையே கொத்தவரைச் சாறு, நீலோற்பலச் சாறு, கட்டுக் கொடி இலைச் சாறு, பசு மூங்கில் கிழங்குச் சாறு ஆகியவற்றைச் சேர்த்து, முறையே 6,5,4,3 நாட்கள் அரைத்து. முறையே 5,4,3,2 நாட்கள் வில்லையை உலர்த்தி, முறையே 40,36,30,27 வறட்டிகளின் புடமிட்டு எடுக்க வேண்டும்.

அளவு: கடலையின் கால் கூறு அளவில் மருந்து உண்பது உத்தமம். ஈச்சங்கள்ளில் அனுபானித்துக் கொடுக்க நீரிழிவு நோய் நீங்கும். இதனை 1 மண்டலம் வரை உண்ணலாம். புளி, புகை, பெண்போகம், கடுகு, மதுபானம், அகத்திக் கீரை இவைகளை நீக்கிச் சாப்பிட வேண்டும்.

2. அப்பிரகச் செந்தூரம்

ஒரு பலம் சுத்தி செய்த அப்பிரகப் பொடிக்கு முறையே 4,7 பங்கு அளவிலான கொம்புப்பாகலிலைச் சாறு, பழச்சாறு இவற்றால் முறையே 4,7, நாட்கள் அரைத்து முறையே 3,6 நாட்கள் வில்லை செய்து வறட்டியில் தனித்தனியே புடமிட்டு எடுக்கச் செந்தூரமாகும்.

அளவு கடலையின் கால் கூறு அளவில் 1 மண்டலம் உண்ண மேக நீரையழித்து, சரீரத்தை அழிவிலிருந்து காக்கும்.

3. அப்பிரகச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

சுத்தி செய்த அப்பிரக நவநீதம் 1பலம் எடுத்து ஒரு பீங்கான் கோப்பையில் சேர்த்து, நவநீதம் நன்றாக ஊறும்படி 3 நாள் வரைக்கும் காட்டு சாமந்திச் சாறு விட்டு வரவும் நான்காம் நாள் முதல் இச்சாறு விட்டு மெழுகு போல் அரைத்து, இலேசாகச் சிறிய வில்லைகள் செய்து, நிழலில் 3 நாட்கள் உலர்த்திப் பின் வெயிலில் நன்றாகக் காயவைத்துச் சில்லிட்டுச் சீலை செய்து உலர்த்தி, 50 எருவில் புடமிடவும்.

இவ்வாறு 7 புடமிட்டெடுக்கச் செந்தூரமாகும். இச் செந்தூரம் மேகநீருக்கும் அதிமூத்திர நோய்க்கும் நல்ல பலன் தரும்.

4. அப்பிரகச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

சுத்தி செய்த அப்பிரக நவநீதம் 10 பங்குக்குச் சுத்தி செய்த கந்தகம் 1 பங்கு சேர்த்து, எலுமிச்சம்பழச் சாறு விட்டு மைபோல் அரைத்து, மிக்க இலேசான காசளவில் சிறு வில்லைகள் செய்து வெயிலில் நன்றாக உலர்த்திப் பிறகு புடமிட்டெடுத்து, தேறிய எடைக்குப் பத்தில் ஒரு பங்கு சுத்தி செய்த கந்தகம் கூட்டிக் கரிசாலைச் சாற்றில் முன்கூறியதுபோன்றே அரைத்துப் புடமிட்டெடுக்கவும். பின் முன்போலவே தேறிய எடைக்குப் பத்தில் 1 பங்கு கந்தி சேர்த்து சிறு செருப்படைச் சாற்றில் அரைத்து ஒரு புடம் போடவும். பின் முருங்கைப்பூ ரசத்தில் அவ்வாறே அரைத்து ஒரு புடமும் பொடுதலைச் சாற்றில் அவ்வாறே ஒருபுடமும் , வைக்கச் செந்தூரமாகும்.

அளவு: 1/4 முதல் 1 பணவெடை வரை உட்கொள்ள நீரிழிவு நோய் நீங்கும்.

5. சொர்ணாப்பிரகச் செந்தூரம்

அப்பிரகச் செந்தூரம்	1/2 பலம்
பவழப்பற்பம்	1/2 பலம்
குந்தனத் தங்கத்தகடு	1/4 பலம்
இரசப் பதங்கம்	1/2 பலம்
அயக்காந்தச் செந்தூரம்	1/2 பலம்
கருவங்கச் செந்தூரம்	1/8 பலம்

இச்சரக்குகளைக் கல்வத்திலிட்டுக் கற்றாழைச் சாறு விட்டுத் தங்கத்தின் தளுக்கு நீங்குமட்டும் அரைத்து வில்லை செய்து உலர்த்திச் சில்லிட்டு 3 மண்சீலை செய்துலர்த்தி, 20 வறட்டியில் புடமிட்டு ஆறியபின் எடுக்கவும்.

பின் வில்லை எடைக்கு அரை எடை சுத்தி செய்த கந்தியும், கந்தியின் எடைக்குப் பாதி எடை இலிங்கமும் சேர்த்துக் கல்வத்திலிட்டுக் கற்றாழைச் சாற்றால் நன்றாக அரைத்து வில்லை செய்துலர்த்தி முன்போல 20 வறட்டியில் புடமிடவும். இவ்வாறு மேலும் 7 புடமிட நல்ல செந்தூரம் ஆகும். தக்க அளவில் சீந்திலாதி லேகியத்தில் இதை அனுபானித்துக் கொடுக்க நீரிழிவு 20-க்கும் சிறந்த பலன் கிடைக்கும்.

6. திரிலோகச் செந்தூரம்

சுத்தி செய்த அயம், காந்தம், அப்பிரகம் வகைக்குப் பலம் ஒன்று; கந்தகம் பலம் 3, இரசம் பலம் 1/2. இவைகளைக் கல்வத்திலிட்டுப் பழச் சாற்றால் அரைத்து, பூநீறு கழஞ்சு 3 கூட்டியரைத்துப் பிறகு பொற்றலைக் கையான், சிறுசெருப்படை, குமரி இவைகளின் சாற்றால் வகைக்கு 4 சாமம் அரைத்து வில்லை செய்து காய வைத்து 100 எருவில் புடம் போட்டு, இலிங்கம் 1/2 பலம் கூட்டி குமரிச் சாற்றால் 4 சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டிக் காய வைத்து 30 வறட்டியில் புடம் போடச் செந்தூரமாகும்.

இதனைச் சஞ்சீவி சூரணத்தில் பணவெடை அளவில் வைத்து நெய்யில் மத்தித்து உட்கொள்ள மேகநீர் 20-ம் நீங்கும். தேகம் குளிரும்.

7. கருவங்கப் பற்பம்

ஒரு பலம் சுத்தி செய்த வங்கப் பொடிக்குப் பசரையிலைச் சாறு, ஆகாயத்தாமரைச் சாறு, செப்பு வன்னியிலைச் சாறு, பசுமஞ்சள் சாறு, நெருஞ்சில் சமூலச்சாறு, கருணையிலைச் சாறு இவற்றில் தனித்தனியே முறையே, 6,5,4, 3,2,1 ஆகிய அளவில் சாறுகளைச் சேர்த்து அதே நாளளவில் அரைத்து முறையே 6,5,4,3,2,1 ஆகிய நாளளவில் வில்லை உலர்த்தி, முறையே 45,36,26,18,16,9 ஆகிய எண்ணிக்கையுள்ள வறட்டியில் புடமிட்டெடுக்கப் பற்பம் கிடைக்கும். இதனைத் துவரையின் கால் கூறு அளவில் வெந்நீரில் உட்கொண்டு வர நீரிழிவு நோய் நீங்கும்.

8. தங்கச் செந்தூரம்

தங்கம் வராகன் எடை 1க்கு உருக்குமுகத்தில் இரசம் வராகன் எடை 2 கூட்டி வெட்டையாக்கி, உப்பிலாங்கொடிச் சாறு விட்டு 6 சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டி உலர்த்திச் சில்லிட்டுச் சீலை செய்து புடமிட்டெடுக்கவும். 1/2 முதல் 1 உளுந்தெடை வரை கொடுத்துவர நீரிழிவு, சயம், காசம் ஆகியவை நீங்கும்.

9. வெள்ளிச் செந்தூரம்

ஒரு பலம் சுத்தி செய்த வெள்ளிப் பொடியில் பாதிரிச் சாறு, தண்ணீர் விட்டான் கிழங்குச் சாறு, சித்திரமூலச்சாறு இவைகளைத் தனித்தனியாக விட்டு, முறைப்படி அரைத்து வில்லை செய்து உலர்த்திக் கவசித்துப் புடமிட்டெடுக்கச் செந்தூரமாகும்.

இதனைத் தக்க அளவில் வாதுமை நெய்யில் வழங்க வெகுமூத்திரம் நீங்கும்.

10. இரசப்பற்பம்

சுத்தி செய்த இரசம் 8 பலம் எடுத்துச் சோற்றுப்பும் செங்கல் தூளும் ஒரு பாண்டத்திலிட்டு அதில் இரசத்தை விட்டு மேல் சட்டி கொண்டு மூடி மண்சீலை செய்து உலர்த்தி நெருப்பில் வைத்து எரிக்க வேண்டும். இரசம் பதங்கமாகி மேல் சட்டியின் உட்புறத்தில் ஏறி நிற்கும். அப்பதங்கத்தின் எடைக்குச் சரியெடையாக சங்கத்திராவகம் விட்டு அரைத்து, அரைத்த கல்வத்துடன் வெயிலில் வைக்கவும். இதன் மூலம் கிடைப்பது திங்களையொத்த வெள்ளை நிற இரசப்பற்பமாகும்.

அரைக்காசெடையாக இருவேளை ஏழு நாட்கள் தண்ணீரில் கொடுக்க மேகநீர் நோய்கள், பிளவைகள் நீங்கும். இரண நோய்களுக்கும் இது உகந்ததாகக் கூறப்படுகிறது.

11. ஜெய வீரரண சிங்கிக் கயிறு

புது ஓட்டிலிட்டு அடுப்பேற்றி நீர் சுண்டும் படி எரித்து எடுத்த எண்ணெய், வெங்காரம் வராகன் எடை 10, வீரம் வராகன் எடை 1, உளுந்தின் மா வராகன் எடை 2. இவற்றைக் கல்வத்திலிட்டு மழை நீர் விட்டரைத்து மெழுகு பதத்தில் மாத்திரையாக்கி நிழலில் உலர்த்திக் கொள்ளவும். நாளானால் மாத்திரையின் வெண்மை நிறம் பழுப்பாகும். அதனால் தவறில்லை. இதை ஒரு வருடம் பழகியபிறகே கையாள வேண்டும்.

இம் மாத்திரையை நீரில் இழைத்துப் பொட்டு போலத் தடவி வர பக்கப்பிளவை, இராசப்பிளவை, உச்சிப்பிளவை, இலிங்கப் புற்று, மேக விரணங்கள், கண்டமாலை, ஆசன கிரந்தி முதலியன நீங்கும்.

13. கந்தக மெழுகு

சுத்தி செய்த கந்தகத்திற்கு வெள்ளை வெங்காயச்சாறு விட்டு 5 நாளரைத்துப் பிறகு இஞ்சிச்சாறு விட்டு ஐந்து நாளரைத்து மெழுகு பதம் ஆனவுடன் குப்பியிலடைக்கவும்.

2 முதல் 3 குன்றியளவில் வழங்க வெகு மூத்திரம், மேகநீர் நோய்கள், சொறி, சிரங்கு, குட்டம் முதலியன நீங்கும்.

14. பஞ்சபாடாணச் செந்தூரம்

சாதிலிங்கம், மனோசிலை, காந்தம், அரிதாரம், கெந்தி, இரசக்கற்பூரம், வெள்ளைப் பாடாணம் இவை வகைக்குப் பலம் 1 எடுத்துச் சுத்தி செய்து குப்பை மேனி, வெற்றிலை, பருத்தி, வெள்ளறுகு, துளசி, வேலிப்பருத்தி, பொடுதலை இவைகளின் சாற்றால் வகைக்கு 4 சாமம் அரைத்து வில்லை செய்து நிழலில் உலர்த்தி அதற்கு வெற்றிலையால் கவசம் செய்து ஒரு சட்டியில் வைத்து மேல்சட்டி கொண்டு மூடி சீலைமண் செய்து நன்றாகக் காய வைத்து அடுப்பேற்றித் தீபம் போல 4 சாமம் எரித்து, ஆறவைத்துப் பிரித்துப் பார்க்க மேல் சட்டியில் செந்தூரம் பற்றியிருக்கும்.

இதில் பணவெடை எடுத்துத் தேன், இஞ்சிச்சாறு இவற்றில் அனுபானித்துக் கொடுக்கப் பிளவை, புற்று, மேகம் முதலான பல்வேறு நோய்களும் நீங்கும்.

14. கறியுப்புப் பற்பம்

ஒரு பலம் சோற்றுப்பைக் காணான் சமூலச் சாறு, தண்ணீர் விட்டான் கிழங்குச் சாறு, அத்திப்பால், கொட்டியிலைச் சாறு இவற்றால் முறையே 4,3,2,1 அளவாக விட்டு, முறையே 4,6,10,12 நாட்கள் அரைத்து, முறையே 3,5,9,11 நாட்கள் வில்லையைகக் காய வைத்து, முறையே 32,27,18,16 வறட்டியில் புடமிடப் பற்பமாகும். ஒவ்வொறு சாறு விட்டும் தனித்தனியே அரைத்துப் புடமிடவேண்டும்.

இப்பற்பத்தைத் துவரையின் கால்பங்கு அளவில், கொன்றைப் பிசின் கூட்டின நல்ல தண்ணீரில் கொள்ள மதுமேகம், நீர்ப் பெருக்கு முதலியன தீரும்.

15. பவழப்பற்பம்

கற்பூரச்சிலாசத்து சேர்த்துச் செய்யப்பட்ட பவழப்பற்பத்தை வெண்ணெயில் கலந்துண்ண மதுமேகம், என்புருக்கி நோய்கள் நீங்கும்.

16. புட்பராகப் பற்பம்

எருக்கம்பால், குமரிச்சாறு இரண்டையும் தனித்தனியே இரண்டுபலம் எடுத்துக் குழைத்து அதில் புட்பராகம் 8 குன்றிமணியளவில் புதைத்துக் காயவைத்துக் காவிமண்ணினால் மூன்று சீலை செய்து உலர்த்தி, 70 வறட்டியில் ஒன்று அல்லது இரண்டு புடமிடப் பற்பமாகும்.

ஒரு அரிசியெடை அளவில் கொடுக்கலாம். கவுஸ்பான் 1 வராகன் எடையை மூன்று பலம் நீரிலிட்டு நான்கில் ஒன்றாகக் காய்ச்சி வடிகட்டிய குடிநீரை 6 வராகன்

எடை எடுத்து, 3 வராகன் எடை தேன் கலந்து அதில் பற்பத்தை வைத்துக் கொடுக்க பிரமேகம், இருமல், சுரம், புண் முதலியன நீங்கும். இருதயம் பலப்படும்.

17. முத்துப் பற்பம்

ஒரு பலம் சுத்தி செய்த முத்துப் பொடிக்கு வெள்ளைச் சாறுவேளை சமூலச்சாறு, எருக்கஞ்சமூலச் சாறு, அத்தியிலைச் சாறு, மருதம்பட்டைச் சாறு- ஆகிய சாறு ஒவ்வொன்றிலும் 5 பலம் அளவில் விட்டு, 5 நாள் அரைத்து, 4 நாள் வில்லை உலர்த்திப் பின் முறையே 9,8,7,6 வறட்டியில் புடமிட்டெடுக்கப் பற்பமாகும். ஒவ்வொரு சாற்றிலும் தனித்தனியே அரைத்துப் புடமிடவேண்டும்.

அவரைக் கொட்டையில் 6-இல் ஒரு கூறு அளவில் உண்பது நல்லது. இதனைப் பசுநெய்யில் அனுபானித்துக் கொடுக்க நீரிழிவு போன்ற நோய்கள் தீரும்.

18. கோமூத்திரச் சிலாசத்து

'கோமூத்திரச் சிலாசத்தால் குறுகியே போம் மூத்திரம், என்பதற்கிணங்க நெல்லெடை எடுத்து நெய்யில் கலந்து கொடுக்க அதிமூத்திரம் குறுகித் தன்னிலையடையும்.

கோமூத்திரச் சிலாசத்துடன் அப்பிரகப்பற்பம் சேர்த்து மதுமேகத்திற்குக் கொடுக்கலாம். மதுமேகநோயில் காணும் அதிமூத்திரம், தாகம், கரபாதசன்னி முதலியன நீங்கும்.

19. கோரோசனை மாத்திரை

கோரோசனை, குங்குமப்பூ, பச்சைக் கற்பூரம், கற்பூரம், ஏலம், கிராம்பு, கோஷ்டம், சாதிக்காய், அக்கிரகாரம்-வகைக்கு 3 கழஞ்சு எடுத்துப் பொடித்து சந்தனத்தூள் குடிநீரால் நான்கு சாமமும் சண்பகப்பூக் குடிநீரால் 2 சாமமும் குங்குமப்பூக் குடிநீரால் இரண்டு சாமமும் அரைத்துக் குன்றியளவு மாத்திரை செய்து உலர்த்திக் கொண்டு, பாலில் கொடுக்கலாம். நீரிழிவு நோயில் இம்மாத்திரையை அப்பிரகப்பற்பத்துடன் கலந்து கொடுக்க நல்ல பலன் உண்டாகும்.

20. தந்தங்களின் பற்பம்

ஒரு பலம் சுத்தி செய்த பல்லின் பொடிக்குத் தூதுளைச் சமூலச் சாறு 4 பலம் எடுத்து 4 நாள் அரைத்து 3 நாள் வில்லை உலர்த்தி, 1 நாள் மட்டும் கவசம் உலர்த்தி 40 வறட்டியில் புடமிடவேண்டும். இதேபோல் மேலும் மூன்று முறை

செய்ய வேண்டும். இரண்டாம், மூன்றாம், நான்காம் தடவைகளில் புடமிடும்போது வறட்டியினளவு முறையே 35,30,25 என்னும் எண்ணிக்கையில் இருக்க வேண்டும்.

கடலையளவு பற்பத்தைப் பனங்கள்ளில் குழைத்து வழங்கலாம். நீரிழிவு நோய் நீங்கப் பெண் குதிரைப் பல்லின் பற்பத்தை வழங்குவது நலம்.

V

"ஆத்மரட்சாமிர்த வைத்திய சார சங்கிரகம்" என்னும் நூலில் கூறப்பட்டுள்ள மதுமேக நோய் சிகிச்சை முறைகள் வருமாறு:

1. திரிகடுகு, கறுஞ்சீரகம், நற்சீரகம், ஏலம், அதிமதுரம் கோஷ்டம், சண்பகப்பூ, இலவங்கப்பட்டை, தாளிசப்பத்திரி, சிறுநாகப்பூ, கோரோசனை, கூகைநீறு, கல்நார், தாமரை வளையம், இலவங்கபத்திரி, சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, கிராம்பு வகைக்கு பலம் 5.

வாய்விடங்கம், திரிபலை, குரோசாணி ஓமம் வகைக்குப் பலம் 1.

இவைகளை இடித்துச் சூரணித்து. சலித்து, அதில் சீந்தில் சர்க்கரை, சீனி, முந்திரிப்பழம், பேரீச்சம்பழம் இவைகளை ஒன்றாகச் சேர்த்து இடித்துக் கொண்டு திரிகடிப் பிரமாணத்தில் வங்கப்பற்பம் ஒரு பணவெடை வைத்து 1 மண்டலம் கொள்ள பிரமேகம் தீரும்.

2. பசுமஞ்சள்சாறு குறுணியில் 50 பலம் சீனியைக் கரைத்துப் பாகு செய்து அதில் நெல்லிமுள்ளி, மல்லி, மரமஞ்சள், வெங்காரம், அதிமதுரம், கோஷ்டம், இலவங்கம், ஏலம், சதகுப்பை, இருவேலிவேர், கோரைக்கிழங்கு, தான்றிக்காய், சீரகம், கறுஞ்சீரகம் வகைக்குப் பலம் 2 சூரணித்துத் தூவிக் கிண்டி ஒரு கலசத்தில் போட்டு ஒரு மண்டலம் நெல்லினுள்ளே புதைத்தெடுத்து வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு பாக்களவு கெந்தக பற்பம் வைத்து 20 நாள் உண்ணப் பிரமேகம் தீரும்.

3. ஒரு படி புங்கம்பூவில் ஒரு படி ஆவின் நெய்யைச் சிறுகச்சிறுக விட்டுக் கிண்டித் திரிகடியளவில் கருவங்கச் செந்தூரம் 1 பணவெடை வைத்து. ஒரு மண்டலம் கொள்ளப் பிரமேகங்கள் தீரும்.

4. அரிதாரம், மனோசிலை, வெள்ளைக் குங்கிலியம், விளாம்பிசின், தேற்றான் விதை, இரசம்-இவைகளைச் சமமாய்ப் பொடித்துத் துணியில் கிழிகட்டி 3 நாள் வரையில் பச்சரிசிக் கழுநீரில் ஊறவைத்துலர்த்தி, காடி விட்டரைத்து குன்றிபோல் உருட்டி உலர்த்திக் கொண்டு நாளொன்றுக்கு ஒரு உருண்டை வீதம் மோரிலாவது, தேனிலாவது ஒரு மண்டலம் கொள்ளச் சகல மேகந்தீரும்.

முருங்கையிலைச் சாற்றில் கொடுக்க மதுப்பிரமேகம் தீரும்.

- ❖ நீர்முள்ளி விரையும் மேற்படி உருண்டையும் சேர்த்தரைத்து நல்லெண்ணெயில் குழப்பிக் கொடுக்கச் சலமாயெடுக்கின்ற பிரமேகம் தீரும்.
- ❖ முள்ளிவிரையையும் மேற்படி உருண்டையையும் பொடித்துக் கறுங்குறுவை அரிசிமாக்களியில் போட்டுப் பிசைந்து கொடுக்க மூத்திரக் கிரிச்சரம் தீரும்.
- ❖ மேற்படி உருண்டையை ஆனையறுக்குச் சூரணத்தில் கொடுக்க மாவுக் கரைத்தது போலிறங்கும் பிரமேகம் தீரும்.
- ❖ பிண்ணாக்கையும் சிறுகீரையையும் வேகவைத்துத் தண்ணீர் வடித்து நல்லெண்ணெய் கலந்து அதில் மேற்படி உருண்டையக் கரைத்துக் கொடுத்து, நல்லெண்ணெய் புண்ணாக்கும் சேர்த்துண்ண மஞ்சள் நிறமாயும் சுண்ணாம்பும் போலிறங்கும் பிரமேகம் தீரும்.
- ❖ திரிபலை, முத்தக்காசு, மஞ்சள், தென்னம்பாளை, முருக்கிலை, கடலிராஞ்சிப் பட்டை வகைக்கு கழஞ்சு 1 பொடித்து, 2 படி நீரில் போட்டு, 1/4 படியாய் வற்ற வைத்து மேற்படி உருண்டையை அரைத்துக் கொடுக்கச் சுண்ணாம்பு நீர் போலவும், நுங்குபோலும் இறங்கும் பிரமேகம் தீரும்.
- ❖ கடுக்காய் கழஞ்சு 3, கடலிராஞ்சிப்பட்டை கழஞ்சு 2, நெல்லிமுள்ளி, கந்தகம், வெங்காரம் வகைக்குக் கழஞ்சு 1. இவைகளைப் பொடித்து 2 படி நீரில் போட்டுக் கால்படியாய் வற்றவைத்து அதில் ஒரு காசெடை தேன் கலந்து மேற்படி உருண்டையைக் கரைத்துக் கொடுக்கக் கடுப்பு, எரிவு, சீழ்மேகம் நீலநிறமாய் நீர் இறங்கும் தன்மை ஆகியன நீங்கும்.
- ❖ கறுங்குறுவையரிசியும் நீர்முள்ளியிலையும் சேர்த்துச் சிதைத்துக் கஞ்சி காய்ச்சி வடித்து அதில் மேற்படி உருண்டையை அரைத்துக் கொடுக்க மிகுந்து நீர் இறங்குவதும் அடைநீராயிறங்குவதும் மீன் கழுவின நீராய் இறங்குவதும் தீரும்.
- ❖ எள்ளுப் பிண்ணாக்கு, நெருஞ்சி வேர், முசுட்டை வேர் வகைக்கொரு பிடி வீதம் இடித்து ஒருபடி நீரில் போட்டு, கால்படியாய் வற்றவைத்து ஒரு துட்டெடை நல்லெண்ணெய் கலந்து அதில் மேற்படி உருண்டையை அரைத்துக் கொடுக்க நீர்ச்சிறுப்பு, கடுப்பு, எரிவு தீரும்.

பத்தியம்: நல்லெண்ணெய், நீர் மோர், பாசிப் பயறு, பொன்னாங்காணி, முயல், உடும்பு, ஆமை, காடை, ஊர்க்குருவி, வெள்ளாடு, புறா, தூதுளை சமூலம். சிறுவழுதலைப் பிஞ்சு இவைகளைப் பயன்படுத்தலாம்.

5. சுத்தி செய்த காரீயம் வராகன் எடை 10, இரசம் வராகனெடை 5 சாதிலிங்கம், காந்தம், மனோசிலை வகைக்கு வராகனெடை 5, எடுத்துப் புளித்த மோர் விட்டுச் சாந்துபோலாக்கிக் குன்றியளவு உருண்டை செய்து கொண்டு மோரில் கொடுக்கச் சகலபிரமேகமும் தீரும். இவ்வுருண்டையை முன் சொன்னவாறே பல்வித அனுபானங்களில் கொடுக்க அந்தந்த தன்மைத்தான வியாதிகள் நீங்கும்.

6. மரமஞ்சள், கறுவேலம் பிசின் வகைக்குப் பலம் அரைக்கால்; மஞ்சள், தேற்றான் விதை வகைக்குப் பலம் கால்; ஆவாரம் விதை பலம் 2 1/2. இவைகளைச் சூரணித்துத் திரிகடியளவு மோரில் கொள்ளத் தீரும்.

7. மருது, கொன்றை, நாவல்-இவற்றின் வேர்ப்பட்டை; அத்திப்பூ, அல்லிக்கிழங்கு, மூங்கிலரிசி, தான்றிக்காய், நெல்லிக்காய், விராஞ்சிப் பட்டை, காசுக்கட்டி-இவைகளைச் சமன் கூட்டி நல்லெண்ணெய், தேன் விட்டு வகைக்கொரு சாமம் அரைத்து, கடலையளவு உருட்டிக் கொண்டு எண்ணெயிலும் தேனிலும் வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு உருண்டைவீதம் 20 நாட்கள் உண்ணச் சலப்பிரமேகம், கடுப்பு தீரும்.

8. ஆவாரை விரை படி 1, காசுக்கட்டி பலம் 1, பூரம் பலம் 4 பொடித்துத் தேன் விட்டு ஒரு சாமமரைத்துக் கடலையளவு உருட்டியுலர்த்தி, வேளையொன்றுக்கு ஒரு உருண்டை வீதம் எண்ணெயில் ஊறவைத்துத் தேனில் மத்தித்து 5 நாட்கள் உட்கொள்ளச் சகல மேகம், கடுப்பு தீரும்.

9. அத்தி, மருது இவற்றின் பட்டையால் கறுவங்கத்தைக் கிண்டி வறுத்துப் பொடித்த பின் அதற்குச் சமன் இரசம் 1 பலம் நிறுத்துக் கல்வத்திலிட்டுத் திரிபலை, ஆவாரை, கடலிராஞ்சிப்பட்டை வகைக்குப் பலம் 1 கூட்டிப் பொடித்து நல்லெண்ணெய் விட்டு அரைத்துக் கழற்சிக் காயளவு உருட்டியுலர்த்தி நல்லெண்ணெயில் ஊறவைத்துக் கொண்டு, மேற்படி எண்ணெயில் மத்தித்து வேளைக்கொரு உருண்டை வீதம் சாப்பிட்டு உடனே நன்னாரி வேர், ஆவாரைப் பிஞ்சு சமன் கூட்டிக் குறுணி நீர் விட்டுக் குடிநீர் செய்து சாப்பிட்டு வர சலமேகம், சீழ் இரத்தம் முதலான மேகங்களும் தீரும்.

கோஷ்டம், அதிமதுரம், மரமஞ்சள், சன்னலவங்கம், திரிபலை, சீரகம், சீந்தில், மஞ்சள், முத்தக்காசு, நன்னாரி வேர், சிறுதேக்கு, விலாமிச்சுவேர்

தூதுளம்வேர், கடலிராஞ்சிப்பட்டை, கொன்றைப் பட்டை, ஆவாரம்பட்டை, நாவல்பட்டை, அத்திப் பட்டை, பூவரசம்பட்டை, மருதம்பட்டை, அரசம்பட்டை, இலந்தைப்பட்டை, சிற்றாமுட்டி, நெருஞ்சில் சமன் கூட்டி இடித்துக் குடிநீர் செய்து அதில் சிறுகத் தேன் விட்டு மேற்படி உருண்டையை உரைத்துக் கொடுக்க நீரிழிவு தீரும்.

10. அவரைச் சாற்றில் மஞ்சள் தூளைப் போட்டுக் கொடுக்க சகல பிரமேகமும் தீரும்.

11. துத்தி, ஆல், அரசு, அத்தி, கறுவேல், ஆவாரை இவைகளின் விதைகளையும், செங்கிலுப்பைப் பட்டையையும் ஓர் நிறையாய்ச் சூரணித்து, அதிவிடயம், கல்மதம், கிராம்பு, சாதிக்காய், திப்பிலி, காயம் இவற்றைச் சமனாய்ப் பொடித்து முன் பொடியுடன் கலந்து உட்கொள்ள வாதப்பிரமேகம் தீரும்.

12. விலாமிச்சு, மருதம்பட்டை, வெள்ளிலோத்திரம், அத்திப்பட்டை, சந்தனம்- இவைகளைச் சேர்த்துக் குடிநீர் செய்து உட்கொள்ள பித்தப்பிரமேகம் தீரும்.

13. வேப்பம்பட்டை, ஆமலகத்தோடு, பேய்ப்புடல், சீந்தில்-இவைகளைச் சம அளவெடுத்துக் குடிநீர் செய்து தேன் விட்டு உட்கொள்ளப் பித்தப் பிரமேகம் தீரும்.

14. வெள்ளிலோத்திரம், அகில் கட்டை, அத்திப்பட்டை, இருவேலி- இவைகளைக் குடிநீரிட்டுத் தேன் விட்டு உட்கொள்ளப் பித்தப் பிரமேகம் தீரும்.

15. தேவதாரம், திரிபலை, முத்தக்காசு, மரமஞ்சள் இவைகளைக் குடிநீர் செய்து தேன்விட்டு உட்கொள்ள பித்தப் பிரமேகம் தீரும்.

16. திரிபலை, வெட்பாலைப் பட்டை , மரமஞ்சள் இவைகளைக் குடிநீர் செய்து தேன் விட்டு உட்கொள்ளக் கபப்பிரமேகம் தீரும்.

17. வெள்ளிலோத்திரம், விளாவரிசி, சீதேவி, பொன்முசுட்டை, முத்தக்காசு, கடுக்காய், செந்தொட்டி, கருங்காலிப்பட்டை இவைகளைக் குடிநீர் செய்து தேன் விட்டு உட்கொள்ளச் சகலப்பிரமேகமும் தீரும்.

18. பங்கம்பாளை, மரமஞ்சள், மருதம்பட்டை இவைகளைக் குடிநீர் செய்து உட்கொள்ளச் சகல பிரமேகமும் தீரும்.

19. ஆவாரை வேர்ப்பட்டை, வேம்பு, மருது, கருங்காலி, வேங்கை, கடலிராஞ்சி இவைகளின் பட்டை, முருங்கை வித்து, திரிபலை, முத்தக்காசு, பொன்முசுட்டை, தேற்றான் கொட்டை இவைகளை உடனுக்குடனே குடிநீர் செய்து தேன் விட்டு உட்கொள்ளத் தீரும்.

20. அப்பிரகச் செந்தூரம், அயகாந்தச் செந்தூரம், பவழப் பற்பம், இரசப்பற்பம்-வகைக்கு 1 வராகன் எடை. தக்கோலம்-வராகன் எடை 2 1/2. கருவங்கச் செந்தூரம் -வராகன் எடை 1 1/4 .

இவற்றைக் குமரிச் சாற்றாலாட்டிப் புடம்போட்டு அதற்குப் பாதி கெந்தி, அதற்குப்பாதி இலிங்கம் சேர்த்து மேற்படி சாற்றினால் அரைத்து 7 புடம்போட்டு எடுக்கச் செந்தூரம் ஆகும். நிறம் குறைவாக இருந்தால் 1 கழஞ்சு இலிங்கம் சேர்த்தரைத்துப் புடம் போட்டு வைத்துக் கொண்டு, இலேகியங்களிலாவது, வெண்ணெயிலாவது பணவெடை வீதம் வைத்துண்ண மேகம், மேகச்சூலை முதலியனவும் தீரும்.

21. சாதிக்காய், கிராம்பு, வசுவாசி, சாதிலிங்கம், கல்நார், கெருடப்பச்சை, குரோசாணி ஓமம், காந்தம், அக்கரகாரம், காசுக்கட்டி வகைக்கு கழஞ்சு-1. ஊமத்தை விதை கழஞ்சு 1/2. இவைகளுக்குச் சரிஎடை அபின். இவையெல்லாம் சேர்ந்த எடைக்கு ஆவாரை விரையை இளவறுப்பாக வறுத்துப் பொடித்து எருமை மோரில் அரைத்துச் சுண்டைக்காயளவு உருண்டை செய்து உலர்த்திக் கொண்டு, எருமை மோரில் இரண்டு வேளையும் 1மண்டலம் கொள்ளத் தீரும்.

22. கடலிராஞ்சி, பூவரசு, செம்பணாத்தி, ஒதி, வெள்வேல், கறுவேல், ஆவாரை, செங்கிளுவை, அத்தி இவைகளின் பட்டை வகைக்குப் பலம் 10 இடித்து, 4 மரக்கால் தண்ணீரில் போட்டு 8 நாள் ஊறவைத்து ஒருபடியாக வற்றவைத்துக் காந்தம், அப்பிரகச் செந்தூரம், கிட்டம் அரப்பொடி, மஞ்சள், தேற்றான் விதை, கடுக்காய், நெல்லிமுள்ளி, விளாம்பிசின், காரீயமும், இரசமும் சேர்த்து உருக்கிப் பொடித்த பொடி, வேலம்பிசின்-இவற்றை ஓர் நிறை எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டு மேற்படி கியாழத்தால் அரைத்துப் பத்து வராகனெடை எடையுள்ள உருண்டைகளாக செய்துச் கொண்டு வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு உருண்டையையும், இருபது வராகனெடை ஆவாரை அரிசியையும் பொடித்துத் தேனில் மத்தித்து 20 நாட்கள் உண்ணத் தீரும்.

23. மரமஞ்சள், கறுவேலம்பிசின் வகைக்குப் பலம் அரைக்கால்; மஞ்சள், தேற்றான் விதை வகைக்குப் பலம் 1/4; ஆவாரையரிசி பலம் 2 1/2 சூரணித்துத் திரிகடிப் பிரமாணம் தேனில் 20 நாள் உட்கொள்ளத் தீரும்.

24. மரமஞ்சள், சுக்கு, கடுகு, வகைக்கு பலம் 1/8, கறுவேலம்பிசின் பலம் 1/4, ஆவாரையரிசி பலம் 2 1/2. இவைகளை ஆவாரை வேர்க் கியாழத்தால் அரைத்து மோரில் 20 நாட்கள் உட்கொள்ளவேண்டும்.

25. ஆவாரம் கொழுந்து, கல்மதம், கொன்றைவேர் இவைகளைச் சமஎடை எடுத்துப் புளித்த மோர் விட்டு எலுமிச்சங்காயளவு அரைத்து மோரில் கலக்கி, காலை மாலை 20 நாட்கள் கொள்ளத் தீரும்.

26. காரீயம் கழஞ்சு 10, இரசம் கழஞ்சு 4. இரண்டையும் ஒன்றாகத் தொந்தித்துக் கல்வத்திலிட்டுக் கந்தகம் கழஞ்சு 12, சாதிலிங்கம் கழஞ்சு 4- இவற்றை மோர் விட்டரைத்து உளுந்துப் பிரமாணம் உருண்டை செய்து, வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு உருண்டை வீதம் மோரில் 1 மண்டலம் கொள்ளத் தீரும்.

27. சாதிக்காய், காந்தம், சாதிப்பத்திரி, அபின், கோரோசனை, காசுக்கட்டி இவைகளை ஓர் நிறையாய் எடுத்துப் பொடித்துத் தேனில் 1 மண்டலம் கொள்ளத் தீரும்.

28. மருளூமத்தம் விரை, கறுஞ்சீரகம், நற்சீரகம், காந்தம், ஓமம், குரோசாணி ஓமம், திரிசாதம், இலிங்கம், திப்பிலி, பால்கருடக்கல் வகைக்குக் கழஞ்சு 1; அபின் கழஞ்சு 4. இவைகளைத் தேன் விட்டரைத்துச் சிமிளில் வைத்துக் கொண்டு வேளை ஒன்றுக்குக் கால் கழஞ்சு வீதம் சாப்பிட்டு வரத் தீரும்.

29. ஆவாரம் கொழுந்து, ஆவாரம்பூ அரிசி, கீழ்க்காய் நெல்லி, சித்திரப்பாலாடை, ஆரையிலை இவைளைச் சமமாய்ச் சிதைத்து 1 படி எருமை மோரில் போட்டு 1/2 படியாய் வற்ற வைத்து, அதிமதுரத்தை அரைத்து ஒரு எலுமிச்சங்காயளவு கலந்து, கல்மதம், நெல்லிப்பருப்பு வகைக்குப் பலம் கால், தேற்றான்விதை பலம் 4-இவைகளை மேற்படி மோரில் அரைத்துக் கொண்டு, எலுமிச்சங்காயளவு மேற்படி மோரில் கலந்து கொடுக்கவும். இவ்வாறு 20 நாள் உண்ணத் தீரும்.

30. சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, கிராம்பு, அபின், காந்தம், சாதிலிங்கம், ஆவாரம் விதை, மருளூமத்தம் விரை, பொரித்த பொரிகாரம்-இவைகளை ஓர் நிறையாய்ப் பொடித்து, வேளை ஒன்றுக்கு 1 கழஞ்சு வீதம் தேனில் கொடுக்கத் தீரும்.

31.	விரை போக்கிய கடுக்காய்	பலம் 4
	விரை போக்கிய தான்றிக்காய்	பலம் 4
	கடலிராஞ்சிப் பட்டை	பலம் 4
	நெல்லிப் பருப்பு ஓடுபோக்கி	பலம் 2 1/2
	தேற்றான் விதை	பலம் 1 1/2
	செங்கிளுவைப்பட்டை	பலம் 2

ஆவாரம் வேர்ப்பட்டை	பலம் 21/2
சீந்தில் தண்டு மேல்	
தோல் நீக்கி	பலம் 2 1/2
முசுட்டைத் தண்டு	பலம் 3

இவற்றைப் பொடித்து 10 படி நீரில் போட்டு 2 படியாய் வற்றவைத்து வேளை ஒன்றுக்குக் கால் படி வீதம் ஒரு துட்டெடை தேன் விட்டு உணவிற்குப் பின் உட்கொள்ளத் தீரும்.

32. ஆவாரங் கொழுந்து, சித்திரப் பாலாடை, சிறுபுள்ளடி இவைகளை இடித்துப் பிட்டவித்து அரைத்து எலுமிச்சங்காயளவு 3 நாள் 6 பொழுது சாப்பிட்டு வரத் தீரும்.

33. விடத்தலை, விளா, கட்டுக்கொடி இவைகளின் கொளுந்து; ஆவாரம்பட்டை வகைக்கொரு பிடி-இவைகளை எருமை மோர் வார்த்தரைத்து இரண்டுநாள் இருநேரம் சாப்பிடத் தீரும்.

34. ஏங்கலரிசி, சாமையரிசி, வரகரிசி, அமளையரிசி வகைக்குப் படி ஒன்று பொரித்து இயந்திரத்திலிட்டு அரைத்துக் கொண்டு வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு படி மா வீதம், 1/4 படி கோவைத் தண்டுச் சாற்றில் 11 நாள் உண்ணத் தீரும்.

35. ஆவாரை வேர்ப்பட்டை பலம் 4, கடலிராஞ்சிப் பட்டை பலம் 1, கறுங்காலிப்பட்டை பலம் 1/4 . இவைகளைச் சிதைத்துச் சட்டியிலிட்டு ஒரு படி பால் விட்டு வேடுகட்டி அதன் மத்தியில் 2 வராகன் எடை அபின் வைத்து மேல் சட்டி மூடி தீயெரித்துப் பால் வற்றினபின்பு சட்டியில் உள்ள பட்டையையும், அபினையும் உலர்த்திக் கொண்டு அவைகளுடன் குங்குமப்பூ, கோரோசனை, கஸ்தூரி, கிராம்பு, சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, பச்சைக் கற்பூரம் வகைக்கு வராகன் எடை 1, ஏலரிசி வராகன் எடை 3, இவைகளைத் தனித்தனியே பொடித்து வடிகட்டித் திரிகடியளவு தேனிலாவது நெய்யிலாவது கொள்ளத் தீரும்.

36. ஆவாரைப் பஞ்சாங்கம், நிலப்பனைக் கிழங்கு, நீர்ப்பூலா, முத்தக்காசு, வில்வவேர், தேற்றான் விரை, பொன் முசுட்டை, துடரி, நீர்ச்சுண்டி கறுஞ்சூரை, சுண்டைவேர், இலந்தைவேர், மாதுளம் வேர், பேரீச்சு, முந்திரிப்பழம், நெற்பொரி, சீனாக் கற்கண்டு, பொன்னாங்காணிவேர் வகைக்கு கழஞ்சு 1 இடித்து, 2 படி நீரில் போட்டு எட்டிலொன்றாக வற்றவைத்து உட்கொள்ள மேக நோயினருக்குத் தோன்றும் நீர் வேட்கை தீரும்.

37. சீந்தில் தண்டும் நெற்பொரியும் கியாழம் செய்து உண்ண நீர்வேட்கை தீரும்.

38. மரமஞ்சளைத் தட்டி, சட்டியில் போட்டு, கறுகவறுத்து மோர் விட்டு கியாழம் செய்து கொடுக்கத் தீரும்.

39. சிறுகட்டுக்கொடியிலைச் சாறு, பேய் முசுட்டையிலைச் சாறு வகைக்குப் படி 1/2. ஒன்றாகக் கலந்து ஒரு சட்டியிலிட்டு வைத்திருக்கக் கட்டியாய் உறைந்திருக்கும். அதனை வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு எலுமிச்சங்காயளவு சாப்பிட்டு வரத் தாகம் தீரும். சிறுநீர் அதிகரித்துப் போவதையும் கட்டுப்படுத்தும்.

40. கிடாமாட்டு நீரும் நல்லெண்ணெயும் சமன் கலந்து மத்திக்க வெண்ணெய் போலாகும். அதை வேளை 1 க்குக் கொட்டைப் பாக்களவு சாப்பிட தாகம், காந்தல் தீரும்.

41. மேகாதி வடகம் 10 பலம், வெள்ளுள்ளி 25 பலம் எடுத்துப் பசுவின்பாலில் போட்டுத் தீபம் போல் எரித்து வேகவைத்து, 5 பலம் பசுநெய் விட்டுக் கிண்டி மெழுகு பதத்தில் இறக்கிச் சீனி பலம் 2 1/2, கோதுமை மாவு பலம் 5 தூவிக் கிண்டி வேளை ஒன்றிற்குக் கொட்டைப் பாக்களவு கொள்ள வெகுமூத்திரமாயிறங்கும் மேக நீரெல்லாம் தீரும்.

42. திரிபலை, பருத்திக் கொட்டைப் பருப்பு, புளியம் விதைத்தோல், வெள்வேலாம் பிசின், வெண் குன்றிப் பருப்பு, மஞ்சள் காந்தப் பற்பம், அப்பிரகச் செந்தூரம் வகைக்கு வராகன் எடை 1. இவைகளின் மொத்த எடைக்குச் சமன் ஆவாரம் வித்தின் பருப்பு கூட்டிப் பொடித்து அத்திப்பால் விட்டு, முக்கழஞ்சி எடை உருண்டை செய்து வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு உருண்டை வீதம் எருமை மோரில் கொள்ள மேகநீர் 20-ம் தீரும்.

VI

"மேக நிவாரணி போதினி என்னும் நீரிழிவு நோய் மருத்துவம்" என்ற நூலில் கூறப்பட்டுள்ள நீரிழிவு நோய் சிகிச்சை முறைகள் வருமாறு:

1. ஆவாரையாதிக் குடிநீர்

ஆவாரம்பட்டை, சரக்கொன்றைப் பட்டை, நாவற்பட்டை, கடலழிஞ்சில்பட்டை, கோஷ்டம், மருதம்பட்டை-இவை வகைக்கு 1 வராகன் எடை.

இவற்றை நைய இடித்துச் சிதைத்து, 1 படி தண்ணீரில் போட்டு எட்டிலொன்றாகக் காய்ச்சி வடிகட்டிக் குடித்து வரவேண்டும். காலை மாலை 2 வேளையாக 20 நாள் குடித்து வர நீரிழிவு நோய் தீரும்.

2. அத்தியாதிக் குடிநீர்

அத்தி மரப்பட்டை, கடலழிஞ்சில் பட்டை, நாவல் மரப்பட்டை, ஆவாரம்பட்டை, சரக்கொன்றைப் பட்டை இவை வகைக்கு வராகன் எடை 3. இவற்றை நன்கு சிதைத்து 1/2 படி நீரில் போட்டு 8-இல் 1 பாகமாகச் சுண்டக் காய்ச்சி வடிகட்டி 1/2 ஆழாக்கு வீதம் குடித்து வரலாம். இவ்வாறு காலை மாலை 2 வேளை 10 நாள் குடிக்க நீரிழிவு நோய் தீரும்.

3. அழிஞ்சியாதிக் குடிநீர்

கடலழிஞ்சில் பட்டை, ஆவாரம் வேர்ப்பட்டை - இவை வகைக்குப் பலம் 10; நெல்லிமுள்ளி, தான்றியின் தோல், பறங்கிப்பட்டை-இவை வகைக்குப் பலம் 1, தேற்றான் விதை சீவல் பலம் 1/2. இவை யாவற்றையும் நன்கு சிதைத்து ஒரு புது மண்பாண்டத்தில் போட்டு அதில் 5 படி தண்ணீர் வார்த்து நாலில் ஒரு பாகமாகச் சுண்டியபின்னர் 1/2 ஆழாக்குக் குடிநீர் வடிகட்டிக் குடித்து வரவும். இவ்விதம் ஒரு நாளில் நான்கைந்து முறை குடிக்கலாம். நீரிழிவு, அரோசகம் (உணவில் வெறுப்பு) தீரும்.

4. மருதம் பட்டைக் குடிநீர்

மருதம்பட்டை, மஞ்சள், கடுக்காய்த்தோல், தான்றிக்காய்த் தோல், நெல்லி வற்றல், விலாமிச்சம் வேர், நாவற்பட்டை, தேற்றான் விதை, கோரைக் கிழங்கு, கறுவேலம் பட்டை, பொன் முசுட்டை வேர், கடலழிஞ்சில்பட்டை, சிறுகீரை வேர், சந்தனத்தூள், பொன்னாங்காணிவேர். இவைகள் வகைக்குப் பலம் 1 எடுத்து ஒன்றாக உரலில் இடித்து ஒரு புதுமண் பாத்திரத்திலிட்டு 3 படி தண்ணீர் ஊற்றி நாலில் ஒரு பங்காகக் காய்ச்சிய குடிநீரில் வேளைக்கு 1/2 ஆழாக்கு வீதம் வடிகட்டி, 1 வராகன் எடை தேன் விட்டுக் கலந்து குடித்துவர நீரிழிவு நோய் தீரும்.

5. வில்வாதிக் குடிநீர்

வில்வவேர்ப்பட்டை, நெய்ச்சட்டிவேர், தேற்றான் கொட்டைச் சீவல், நற்சீரகம், வெந்தயம், கொத்துமல்லி விதை, கடலழிஞ்சில் பட்டை- வகைக்கு வராகன் எடை 2.

இவற்றைச் சிதைத்து ஒரு புது மட்பாத்திரத்திலிட்டு அதில் 2 ஆழாக்கு நீர் ஊற்றி 4-இல் 1 பாகமாகச் சுண்டவைத்து வடிகட்டி, அரை ஆழாக்குக் குடிநீர் சாப்பிடவும். இவ்வாறு காலை மாலை 2 வேளை சாப்பிட்டுவர, நீரிழிவு நோய் நீங்கும்.

6. வில்வாதிக் குடிநீர் (வேறு முறை)

வில்வ வேர்ப்பட்டை, உலர்ந்த வாழையிலை, விலாமிச்சம் வேர், சந்தனத்தூள், உலர்ந்த ஆலிலை, நெற்பொரி இவை வகைக்கு 2 1/2 வராகன் எடை. இவற்றைக் கால்படி தண்ணீரில் பாகப்படிக் குடிநீர் செய்து 4-இல் 1 பாகமாகச் சுண்ட வைத்து வேளைக்கு 1/2 ஆழாக்கு வீதம் குடித்து வர, நீரிழிவினால் உண்டாகும் தாகம் தீரும்.

7. குமிழாதிக் குடிநீர்

நிலக்குமிழ் வேர்ப்பட்டை பலம் 1/2, மேல் தோல் சீவிய சுக்கு பலம் 1/4 பனைவெல்லம் பலம் 1 1/4. இவற்றைச் சிதைத்து 4 படி தண்ணீரில் போட்டு 4-இல் 1 பாகமாகச் சுண்டக் காய்ச்சி அருந்தி வர, மேக ரோகத்தில் ஏற்படும் சோபம், சுரம், மாந்தம் ஆகியன தீரும்.

8. திரிபலாதிக் குடிநீர்

திரிபலா (கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய் இவற்றின் தோல்), ஆவாரம்பட்டை, கடலழிஞ்சில் பட்டை இவை வகைக்கு வராகனெடை 2.இவற்றைச் சிதைத்து 2 படி நீரில் போட்டு எட்டில் ஒரு பாகமாகக் காய்ச்சிக் குடித்துவரலாம். காலை மாலை 2 வேளையாக இருவாரம் குடித்துவர, நீரிழிவு நோய் தீரும்.

9. வேப்பன் பிசின் சூரணம்

வெகு நாள் சென்ற வேப்பமரத்தின் பிசினைக் காயவைத்து இடித்த தூள், வறுத்த சாமை, அரிசி மா. இவை இரண்டையும் சாமாகக் கலந்து வெருகடியளவு சூரணம் உட்கொள்ளலாம். காலை மாலை 2 வேளை 1 மண்டலம் உண்ண நீரிழிவு நோய் நீங்கும்.

10. வேலம் பூவாதிச் சூரணம்

உலர்ந்த கறுவேலம்பூ, வறுத்த உழுந்து, உலர்ந்த குன்றிமணி இலை. தனித்தனியே இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்த சூரணம் சம எடை எடுத்துக் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும். பேயன் வாழைப்பழம், சீனிச் சர்க்கரை, பசுவெண்ணெய் இம்மூன்றும் சமமாகக் கலந்து, 1 வராகனெடை மேல் கண்ட சூரணத்தைக் குழைத்துச் சாப்பிட நீரிழிவு தீரும்.

11. கோவைத் தண்டு சூரணம்

கோவைத் தண்டைச் சிறு துண்டுகளாகத் துண்டித்துக் கறுங்குறுவை நெல்லுடன் கலந்து ஒன்றாக வேக வைத்து, துண்டுகளைத் தனியே பொறுக்கி வெயிலில் நன்கு உலர்த்தி இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து, அதை வராகன் எடை அளவில் தேனில் அனுபானித்துச் சாப்பிடலாம்.

12. கொன்றையிலைச் சூரணம்

சரக்கொன்றையிலையை நிழலில் உலர்த்தி இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து வைத்துக் கொண்டு, வெருகடிப் பிரமாணம் தேனில் கலந்து சாப்பிடலாம். நீரிழிவு, கழிச்சல் முதலியன நீங்கும்.

13. பெருமரவித்துச் சூரணம்

பெருமரத்தின் கொட்டைகளை இடித்துத் தூள் செய்து வஸ்திரகாயம் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். இச்சூரணம் வரகான் எடை அளவில் சிறுகீரைச் சாற்றில் கலந்து உண்ண நீரிழிவு நோய் நீங்கும்.

14. ஆவாரம் பூவாதிச் சூரணம்

ஆவாரம்பூவின் மத்தியில் இருக்கும் பூப்பிஞ்சுகளை நிழலில் உலர்த்தி இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்த சூரணம் பலம் 10, நெல்லி வற்றல் சூரணம் பலம் 5, இலவங்கம், சாதிக்காய் இவற்றைத் தனித்தனியே இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்த சூரணம் வகைக்குப் பலம் 1/4. இவற்றை ஒன்றாகக் கலந்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

ஆழாக்கு எருமை மோரில் மேற்படி சூரணத்தைக் கலந்து குடித்துவர நீரிழிவு நீங்கும்.

15. ஆவாரையாதி மருந்துகள்

❖ ஆவாரம்பட்டை, உலர்த்தின கொட்டிக்கிழங்கு, இவற்றைத் தனித்தனியே இடித்துச் செய்த சூரணம் பங்கு 2, வரகரிசி பங்கு 2, தினையரிசி, சம்பா பச்சரிசி, சம்பா புழுங்கலரிசி இவை வகை 1க்கு பங்கு1. இவை யாவற்றையும் தனித்தனியே மணம் வறும் வரையில் ஒன்றாய்ச் சேர்த்து இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். வெருகடிப் பிரமாணத்தில் காலை மாலை 2 வேளையாக, 10 நாட்கள் உட்கொள்ள நீரிழிவு தீரும்.

- ஆவாரம் விதையைப் புளித்த மோரில் ஒரு நாள் ஊறவைத்து மறுநாள் அம்மியில் மைபோல் அரைத்து 1 1/2 ஆழாக்கு மோரில் கரைத்துக் . காலை மாலை 2 வேளையாக 8 நாள் அருந்தலாம். உப்பு, புளி பத்தியம்.
- ஆவாரம் செடியின் வேரைத் துண்டுகளாக நறுக்கி அம்மியில் வைத்து மைபோலரைத்த விழுது பலம் 1/2 அளவில் எடுத்து 1 ஆழாக்கு எருமைத் தயிரில் கலந்து குடித்து வரலாம். தினம் 1 வேளை காலையில் மாத்திரம் 6 நாட்கள் சாப்பிட நீரிழிவு நோய் நீங்கும் . உப்பு, புளி நீக்க வேண்டும்.
- பருத்தி விதைப் பருப்பு, பொன்னாவாரம் கொழுந்து இவை வகை 1க்குப் பலம் 1/2 இவற்றை மைபோல் அரைத்து ஆழாக்கு புளித்த மோரில் கலந்து தினம் காலையில் 1 வேளையாக, 8 நாட்கள் அருந்த நீரிழிவு நோய் நீங்கும்.
- ஆவாரம் கொழுந்து, நறுவிலிக் கொழுந்து, விடத்தேரின் கொழுந்து, கட்டுக் கொடிக் கொழுந்து, தேற்றான் சீவல், நீர்ச் சுண்டியிலை-இவை சம எடை எடுத்து அம்மியில் வைத்து மைபோலரைத்து எடுத்த விழுதில் 1 1/2 பலம் நிறுத்தெடுத்து, ஆழாக்கு எருமைத் தயிரில் கலந்து உண்ணவேண்டும். சமயோசிதம் போல் ஓரிரண்டு வேளையாகச் சாப்பிட்டு வர நோய் நீங்கும்.
- ஆவாரம் துளிர், சரக்கொன்றை வேர்ப்பட்டை, கல்மதம் இவை வகை ஒன்றுக்கு பலம் 1/4. இவற்றை அம்மியில் வைத்து அரைத்து ஆழாக்கு புளித்த மோரில் கலந்து சாப்பிட வேண்டும். இவ்விதம் தினம் 2 வேளை செய்து வர நீரிழிவு தீரும்.
- தேற்றான் சீவல், மஞ்சள், கடுக்காய்த் தோல், ஆவாரம்பட்டை, விளாம்பிசின். இவை வகைக்கு வராகன் எடை 1 1/4. இவற்றைப் பசுவின் மோர் வார்த்து மைபோலரைத்து ஆழாக்கு பசுமோரில் கலக்கிக் குடித்து வரலாம். நீரிழிவு நோய் நீங்கும்.
- பருத்திக் கொட்டை பலம் 5 எடுத்துத் தண்ணீரில் ஒரு இரவு ஊறவைத்துக் காலையில் நன்கு இடித்து அதில் ஒரு ஆழாக்கு பசுவின்பால் விட்டுப் பிசைந்து பிழிந்து வடிகட்டிப் பனை வெல்லமிட்டுக் கரைத்து, காலையில் 1 வேளையாகச் சாப்பிட்டுவர நீரிழிவு நோய் நீங்கும்.
- பாதிரி மரத்தினடிப் பட்டையை நிழலில் உலர்த்தி இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்த சூரணம், கறுங்குறுவை அரிசிமா. இவை வகைக்குச் சம எடை

சேர்த்து நீர் வார்த்துப் பிசைந்து ரொட்டி செய்து சாப்பிட்டு வர, எவ்வித நீரிழிவு நோயும் நீங்கும்.

- ஆவாரையிலை படி 1க்குக் கறுங்குறுவை அரிசிமா படி 1/4. இவ்விரண்டையும் சேர்த்து அம்மியில் வைத்து அரைத்து உப்பில்லாமல் வடையாகச் செய்து நல்லெண்ணெயில் சுட்டு வைத்துக் கொண்டு சீரண சக்திக்கேற்றவாறு தினத்தோறும் சாப்பிட்டு வர, நீரிழிவு நோய் நீங்கும். அன்றாடம் புதிதாகச் செய்வதே நலம்.
- ஆவாரம் பூ பலம் 1, ஆவாரம் கொழுந்து பலம் 1. இவ்விரண்டையும் கல்லம்மியில் அரைத்து எடுத்துக் கொள்ளவேண்டும். 1 பாண்டத்தில் கால்படி மோரை விட்டுப் பானை வாய்க்கு வேடு கட்டி முன் சித்தப்படுத்தினதை வைத்து நன்றாய் வெந்தபின் இறக்கி, அப்பிட்டையும், பானையில் மோர் திரிந்திருக்கும் கற்கத்தைச் சம அளவாக எடுத்து இவ்விரண்டையும் அம்மியில் வைத்தரைத்து அதில் ஒருபலம் எடுத்து, அதற்குள் நாகச் செந்தூரம் பணவெடை வைத்துச் சாப்பிடவும். இவ்வாறு 2 வேளை 3 நாள் சாப்பிட நீரிழிவு நீங்கும்.
- ஆவாரம் கொழுந்தை, ஒரு மட்பாண்டத்தில் 1/4 படி எருமைத் தயிர் வார்த்து அதன் வாய்க்கு வேடுகட்டி அதன்மேல் வைத்து மேற்சட்டி மூடி பக்குவமாய் வெந்தபின் எடுத்து, அவித்த பாண்டத்தில் எஞ்சியிருக்கும் மோரில் பிசைந்து சாப்பிடலாம். இவ்விதம் காலை மாலை இருவேளை செய்துவர நீரிழிவு நோய் நீங்கும்.
- விடத்தேரையிலை, விழுதியிலை இவை வகை 1க்கு 1/2 பங்கு; எள்ளுப்பிண்ணாக்குத் தூள் 1 பங்கு. இவற்றையரைத்து ஒரு மட்பாண்டத்தில் மோர் விட்டு வேடுகட்டி அதன்மேல் வைத்து மேல் சட்டி மூடிப் பிட்டாகச் செய்து கொள்ளவும். இதனைத் தேக பலம், நோய் பலத்திற்குத் தக்க அளவில் சாப்பிட்டு வர நீரிழிவு நீங்கும்.
- தாமரை வளையம், தொடரியிலைக் கொழுந்து, ஆவாரம் விதை இவை சம எடை எடுத்து நிழலில் உலர்த்தி வஸ்திரகாயம் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு மட்பாண்டத்தில் மோர் விட்டு வேடுகட்டி முன் சித்தப்படுத்தின சூரணத்தை மோர் தெளித்துப் பிசைந்து அதில் வைத்து மேற்சட்டி கொண்டு மூடி, பக்குவமாய்ப் பிட்டாய் செய்து சாப்பிடவும். காலை மாலை இரு வேளையாகச் சாப்பிட நீரிழிவு நோய் நீங்கும்.

16. மேகாதிக் குளிகை

உலர்த்தின இளந்தென்னம்பாளைப் பொடி, மஞ்சள், கடுக்காய்த் தோல், நெல்லிமுள்ளி, தான்றிக்காய்த் தோல் இவை வகைக்கு பலம் 8.

பருத்திக் கொட்டைப் பருப்பு, வெள்ளைக் குன்றிமணி பருப்பு, புளியங்கொட்டைத் தோல், தேற்றான் கொட்டை சீவல், கர்க்கடகசிங்கி வகைக்கு பலம் 2.

நிலப்பனைக் கிழங்கு, கறிமஞ்சள், மரமஞ்சள், கஸ்தூரி மஞ்சள், கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை, கறுவேலம் பிசின், வெள்வேலம் பிசின், விளாம்பிசின், கருங்காலி பிசின்-வகைக்கு வராகன் எடை 6 1/4. வேப்பம் பிசின் வராகன் எடை 1/8.

இவை எல்லாவற்றையும் ஒன்றாக இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து கொள்ளவும்.

சுத்தி செய்த நெல்லிக்காய் கந்தகம் பலம் 3 1/4

சுத்தி செய்த இரசம் பலம் 1

கிருஷ்ணா அப்பிரகச் செந்தூரம் பலம் 1 1/4

இரசத்தையும் கந்தகத்தையும் சேர்த்து, கறுத்து மை போலாகிற வரையில் அரைத்துப் பின்னர் மேற்படி அப்பிரகச் செந்தூரத்தைச் சேர்த்து அரைத்து முன் சித்தப்படுத்தின சூரணத்தையும் சிறுகச் சிறுகப் போட்டுச் சேர்த்தரைத்து நன்றாகக் கலந்த பின்னர் எடுத்து அம்மியில் வைத்து ஆவாரம் சாற்றால் 1 நாளும், மருதயிலைச் சாற்றால் 1 நாளும், இலந்தையிலைச் சாற்றால் 1 நாளும் அரைத்து இலந்தைக் காயளவு உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

வேளை 1க்கு 1 குளிகையாக தேனில் குழைத்துச் சாப்பிடலாம். தினம் காலை மாலை 2 வேளையாக உண்டுவர நீரிழிவு தீரும்.

17. ஏலாதி மாத்திரை

ஏலம், சீந்தில் கிழங்கு, தாமரை வளையம், இலவங்கம், தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு, ஆவாரம் வேர்ப்பட்டை, ஆவிரைக் கொழுந்து, பூ, பிஞ்சு, விதை, எட்டி வேர்ப்பட்டை, தேற்றான் கொட்டை சீவல்-இவற்றைத் தனித்தனியே இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்த தூள் சம எடை- எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து மோர்

விட்டு மை போலரைத்து உருண்டை செய்து நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும். பசுவின்பாலில் 1 மாத்திரையை இழைத்து அருந்தி வரலாம். தினம் காலை மாலை இரு வேளையாக அருந்தி வர நீரிழிவு நோய் நீங்கும்.

18. மகாலிங்க மாத்திரை

அயச் செந்தூரம், காரீயச் செந்தூரம் அல்லது பற்பம், வட்டத் துத்தி வேர்ச்சூரணம் -வகைக்குப் பலம் 4.

சுத்தி செய்த இலிங்கம், சுத்தி செய்த காந்தம் இவை வகைக்குப் பலம் 2.

வெள்ளிப் பற்பம், வசுவாசி இவை வகைக்குப் பலம்1.

ஊமத்தம் விதை, ஆவாரம் விதை, தேற்றான் கொட்டை சீவல், சதகுப்பை இவற்றைத் தனித்தனியே இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்த சூரணம் வகைக்குப் பலம் 10. ஆவாரம் கொழுந்து 1 பிடி.

செய்முறை: தூள் செய்ய வேண்டியவைகளைத் தூள் செய்து எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து சித்தப்படுத்திக் கொள்ளவும். ஒரு பானையில் 2 படி நெல் போட்டு அதில் 4 படி நீர்விட்டுப் பானை வாய்க்கு வேடு கட்டி அதன்மேல் முன் சித்தப்டுத்தியதை வைத்து வேறு சட்டியினால் மூடி நீர் சுண்டும் வரை எரித்து ஆறினபின் எடுத்து, கல்வத்தில் வைத்து எருமைத் தயிர் வார்த்து மைபோல் 4 சாமம் அரைத்து, தேற்றான் விதைப் பிரமாணம் மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்படுத்தும் முறை: ஆவாரம் விதைச் சூரணம் 3 விரல்கடை அளவு எடுத்து அதில் மேற்படி மாத்திரை ஒன்றைப் பொடித்துச் சேர்த்து, தேன் விட்டுக் குழைத்து உட்கொள்ள வேண்டும். தினம் காலை மாலை 2 வேளை உண்டு வர எல்லா வகை நீரிழிவு நோயும் நீங்கும்.

19. ஆவாரையாதி உருண்டை

ஆவாரை வேர்ப்பட்டைச் சூரணம் பலம் 2 1/2; ஆவாரையிலை, நெட்டியிலை, நீர்முள்ளியிலை, நெய்தல் கிழங்கிலை, பொன்முசுட்டையிலை- இவை வகைக்குப் பலம் 2 1/2. இவை எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகச் சேர்த்து மைபோலரைத்து ஒரு வராகன் எடை அளவுள்ள மாத்திரைகளாகச் செய்து நிழலில் உலர்த்திக் கொள்ள வேண்டும்.

வேளை 1க்கு 1 மாத்திரையாக காலை மாலை 2 வேளையும் தக்க அனுபானங்களில் உட்கொள்ள நீரிழிவு நோய் தீரும்.

20. வெள்வங்கப் பற்பம்

சுத்தி செய்த வெள்வங்கத்தைப் புளியிலை கனத்தில் தகடாகச் செய்து சிறு துண்டுகளாகக் கத்தரித்து 2 1/2 பலம் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

பருத்திக் கொட்டையை மைபோலிடித்து 1 1/2 சாண் நீள அகலம் கொண்ட ஒரு கோணித் துணியில் 1 அங்குல கனம் பரப்பி அதன் மேல் முன் சொன்ன வங்கத் துண்டுகளைப் பரப்பி, திரியாகச் சுருட்டிக் கட்டி ஒரு முழ ஆழமும் ஒரு முழ அகலமும் உள்ள ஒரு குழி தோண்டி அதில் பாதியளவு வரை வறட்டிகளை அடுக்கி அதன் மேல் திரியை வைத்து அதற்கு மேல் குழி நிறையும்படி வறட்டிகள் அடுக்கிப் புடமிடவும். புடம் ஆறியபின் சாக்கிரதையுடன் பொரிந்திருப்பதை எடுத்துக் கல்வத்தில் போட்டுப் பொடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து வைக்கவும். பொரியாமல் எஞ்சி நிற்பவைகளை முன்போலப் புடம் போடப் பொரிந்துபோம்.

அளவு: 1 குன்றி எடையளவு நீரிழிவு நோய்க் குடிநீர் ஒன்றில் அனுபானித்துக் கொடுக்க விரைவில் நோய் நீங்கும்.

21. இரசவங்கப் பற்பம்

சுத்தி செய்த வெள்வங்கம் பலம் 1, சுத்தி செய்த இரசம் பலம் 1.

இரசத்தை ஒரு சிறு கலயத்தில் விட்டு அதன் மேல் கொஞ்சம் விளக்கெண்ணெய் விட்டு அதன் மேல் வங்கத்தை உருக்கிச் சாய்த்து, ஆறியபின் துணியினால் துடைத்துச் சுத்தம் செய்து கொள்ளவும். எள்ளுப் பிண்ணாக்குத் தூள் பலம் 121/2, பூலாவிலை பலம் 121/2 இவ்விரண்டையும் சேர்த்து மைபோலரைத்து இரண்டு அடைகளாகத் தட்டி மேற்படி பில்லையை அல்லது தூளை அவற்றினுள் பொதிந்து 5 சீலைமண் செய்து முன்போல் முழப்புடம் போட்டு ஆறவிட்டு எடுக்கப் பற்பமாகும்.

விடத்தேரையிலைச் சூரணம் வராகன் எடை அளவுடன் மேல் கண்ட பற்பம் 2 குன்றி எடையைச் சேர்த்து உண்டு வர நீரிழிவு நோய் நீங்கும். 10 நாட்கள் இருவேளையாக உண்ணலாம். இச்சாபத்தியம் தேவை.

22. அப்பிரகச் செந்தூரம்

சட்டியைச் சிவக்கக் காயவைத்துத் தேவையான அப்பிரகத்தைப் போட்டு வறுத்துப் பசும் பாலில் போடவும். ஆறினபின் முன்போல் வறுத்து மறுபடியும் பாலில் போடவும். இவ்வாறு 5 தடவை செய்யவும்.

கோரைக் கிழங்கு 1 பங்குடன் தண்ணீர் 4 பங்கு சேர்த்துக் காய்ச்சி 1/2 பாகம் சுண்டியபின்னர் வடிகட்டிக் கொள்ளவும். இக் குடிநீரில் மேல் சொன்ன அப்பிரகத்தை 1 நாள் ஊறவைத்து எடுக்கவும்.

இவ்வாறு எடுத்த அப்பிரகத்துக்குச் சம எடை நெல் சேர்த்துக் கெட்டித் துணியில் மடித்து, காடித் தெளிவில் வைத்து இரண்டு கையினாலும் தேய்த்துக் கழுவினால் அப்பிரகம் எல்லாம் காடியில் இறங்கி நிற்கும். அதை வெயிலில் வைத்துத் தெளியத் தெளியக் காடியை வடித்து நீக்கி, அடியில் உள்ளதைக் காயவைத்து எடுத்துக் கொள்வதே அப்பிரக நவநீதமாகும்.

மேற்படி அப்பிரக நவநீதம் தேவையான அளவு கல்வத்திலிட்டு நீர்முள்ளி வேரும், ஆலங்கொழுந்தும் சமனாகச் சேர்த்து இடித்து எடுத்துச் சாற்றினை விட்டு 4 சாமம் அரைத்து வில்லை செய்து காயவைத்து ஓட்டில் வைத்து மூடி 3 சீலைமண் செய்து கனத்தபுடம் போடவும். இவ்விதம் 7 புடம் அல்லது நன்கு சிவக்கும் வரை புடம் போட நல்ல செந்தூரமாகும்.

ஆவாரம் விதைச் சூரணத்தை எருமைத் தயிர் விட்டுக் குழைத்து எடுத்து விழுதில் கொட்டைப் பாக்களவு எடுத்து அதில் மேற்படி செந்தூரம் 2 குன்றிமணி அளவில் உட்கொள்ள நீரிழிவு நோய் நீங்கும்.

23. அப்பிரகச் செந்தூரப் பாவனை

அப்பிரகச் செந்தூரம், இரசப்பற்பம் இவை சம எடை எடுத்து ஒரு பீங்கானில் போட்டு அது மூழ்கும்படி நெல்லிக்காய்ச் சாறு விட்டு உலர வைக்கவும். இவ்விதம் 7 தடவைகள் செய்து கொள்வதே பாவனை என்பதாம்.

இப்பாவனைப் பற்பத்தை 2 குன்றிமணி அளவில் எடுத்து அதனுடன் பெருமர வித்தின் சூரணம் ஒரு வராகனெடை சேர்த்து, சிறுகீரைச் சாற்றில் குழைத்துண்ண எல்லா வகை நீரிழிவும் நீங்கும்.

24. காரீயச் செந்தூரம்

வட்டத் துத்தி ஆணிவேரைக் காய வைத்துக் கரணையாக நறுக்கியது படி 4, சுத்தி செய்த காரீயம் பலம் 2.

சட்டியை நெருப்பில் காயவைத்து சிவந்தபின்பு மேற்படி ஈயத்தைப் போட்டு உருக்கு முகத்தில் மேற்படி வேரை ஒவ்வொன்றாகக் கொடுத்துக் கிளறி வேர் எரிந்து சாம்பலானபின்னர் மறு துண்டைக் கொடுக்கவும். இவ்விதம் வேர் முழுதும்

கிரசம் கொடுத்து வறுக்க வட்டத் துத்திப்பூ நிறமாகும். அது சமயம் எடுத்துக் கல்வத்தில் வைத்து அரைத்து வஸ்திரகாயம் செய்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

சரக்கொன்றைப்பூச் சாற்றில் அல்லது வட்டத்துத்தி வேர்ச் சூரணத்தில் 1 முதல் 2 குன்றி எடை செந்தூரத்தை அனுபானித்து நாளுக்கு 2 வேளையாக உண்டு வரவும். நீரிழிவு நோய் நீங்கும்.

25. பஞ்ச சர்க்கரை

i. சீந்தில் தண்டை மேல்புறணி நீக்கி மரவுரலில் வெண்ணெய் போல் இடித்து, அதற்கு 5 பங்கு நீர் விட்டுக் கரைத்து வடிகட்டிப் புதுமண் பாத்திரத்தில் விட்டு வெயிலில் வைத்துத், தெளியத் தெளிய, தெளிவை இறுத்து நீக்கி அடியில் நிற்கும் வண்டலை வெயிலில் உலர்த்தி எடுத்துக் கொள்வதே சீந்தில் சர்க்கரையாம்.

ii. மேற்கண்ட விதத்தில் மரவள்ளிக் கிழங்கைச் செய்து எடுத்ததே வள்ளிச் சர்க்கரையாம்.

iii. மேற்கண்ட முறைப்படி நிலப்பனைக் கிழங்கையும் செய்து கொள்வதே நிலப்பனை சர்க்கரையாம்.

iv.. நிலக்குமிழ் வேரை நீர் வார்த்து அரைத்து 6 பங்கு நீரில் கரைத்து வடிகட்டிப் புது மண்பாத்திரத்தில் விட்டு அதில் கொஞ்சம் எலுமிச்சம்பழம் சாறு விட்டு வைக்க முத்துப்போல் நீர் தெளியும். அந்த நீரை மேலாக இறுத்து நீக்கி, அடியில் படிந்திருக்கும் வண்டலைக் காய்ச்சிக் குழம்பு பதத்தில் இறக்கி வெயிலில் வைத்துலர்த்தி எடுத்துக் கொள்வதே நிலக்குமிழ் சர்க்கரையாகும்.

v. கோவைத் தண்டை மேற்புறணி நீக்கி முன்சொன்னவாறே செய்தெடுப்பது கோவைச் சர்க்கரையாகும்.

இவ்வைந்து வகை சர்க்கரைகளையும் சம எடையில் கலந்து எடுத்துக் கொள்வதே பஞ்ச சர்க்கரையாகும். 2 முதல் 21/2 வராகன் எடையளவில் உண்ணலாம். இதனை மேகாதிக் குளிகை, வங்கச் செந்தூரம் போன்ற பெரிய மருந்துகளுக்கு அனுபானமாகவும் கொள்ள நீரிழிவு நோய் விரைவில் நீங்கும்.

VII

"கண்ணுசாமியம் என்னும் வைத்திய சேகரம்" என்ற நூலில் கூறப்படும் சில நீரிழிவு நோய் சிகிச்சை முறைகள் வருமாறு:

1. மதுமேகக் குடிநீர்

ஆவாரைப்பஞ்சகம், கடலழிஞ்சில் பட்டை, மருதம்பட்டை, வெண்ணாவல் கொட்டை, அதன் பட்டை, தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு, பாதிரிவேர் இவைகள் வகைக்குப் பலம் 2; மரமஞ்சள், கல்நார் வகைக்குப் பலம் 1; குரோசாணி ஓமம் பலம் 1/4. இவற்றை நன்றாய் இடித்துச் சூரணம் செய்து வைத்துக் கொண்டு வேளைக்கு 3 வராகன் எடை, 1/4 படி நீரில் போட்டு 1/8 படியாகக் காய்ச்சிச் சிறிது சர்க்கரை போட்டு வேண்டுமாயின் கொஞ்சம் பசுவின்பால் விட்டுச் சாப்பிடலாம். இவ்வாறு தினம் இரு நேரம் 1 மண்டலம் சாப்பிட மதுமேகம், அதனால் உண்டாகும் கழலை, தாகம் முதலியன நீங்கும்.

2. நீரிழிவுச் சூரணம்

வெண்ணாவல் கொட்டையும் பொரித்த படிகாரமும் தனித்தனியே இடித்துச் சமன் எடையாக நன்றாகக் கலந்து வைத்துக் கொண்டு தினம் 2 வேளை 1 வராகன் எடையளவில் நீரில் கலந்து உட்கொள்ள, அதிக நீர் போதல் நிவர்த்தியாகும்.

3. இடியாவாரை இலேகியம்

நன்றாய்க் கழுவித் தேய்த்துப் பொட்டு போகப் புடைத்து இடித்தெடுத்த எள் படி ஒன்று, ஆவாரை வேர்ப்பட்டைச் சூரணம், வறுத்த கடலைமாவு வகைக்குப் படி 1/2; இவற்றுடன் 1 வீசை நாட்டுச் சர்க்கரையும், 1/4 படி நல்ல தேனையும் கூட்டிக் கொஞ்சமாய்ச் சேர்த்திடித்து இலேகிய பதமாய் செய்து கொள்ள வேண்டும். வேளைக்கு நெல்லிக்காயளவு அந்தி சந்தி இருவேளை உண்ண தாகம், அழலை அதிநீர் முதலிய குணங்களையுடைய மதுமேகம் தீரும். பெண்போகமும் இனிப்புப் பதார்த்தங்களும் ஆகாது.

4. கறுவங்கப் பற்பம்

ஒரு பலம் சுத்தி செய்த கறுவங்கத்தை ஈசல் இறகுபோல் தகடு அடித்து, சிறு துண்டுகளாக நறுக்கிக் கல்வத்திலிட்டு, அதனுடன் 1/2 பலம் கடல்நுரையைச் சேர்த்துக் குழந்தைகளின் சிறுநீரால் 7 நாள் அரைத்து வில்லை செய்து வெயிலில் உலர்த்தி, அகலில் வைத்து மேல் அகல் மூடி சீலை செய்து காயவைத்து 30

எருவில் புடமிடவும். புடம் குளிர்ந்த பின் வில்லையை மீண்டும் முன்போல் சிறுநீரில் அரைத்து 7 புடமிட மேகவர்ணத்தை ஒத்த பற்பமாகும்.

இதனில் தினம் 2 வேளை குன்றியளவு 7 நாள் சாப்பிடவும். தேவையாயின் 15 நாட்கள் இடைவெளிவிட்டு மீண்டும் ஒரு முறை 7 நாள் சாப்பிடவும்.

இதனால் மதுமேகம், கருமேகம், வெள்ளை முதலியன குணமாகும். புளி நீக்கி, இச்சாபத்தியம் அனுசரிக்க வேண்டும்.

5. அப்பிரக லவணம்

10 பலம் கிருஷ்ணா அப்பிரகத்தைப் பழுக்கக் காய்ச்சி, 10 முறை பசுவின் பாலில் தோய்த்து அகண்ட சட்டியில் போட்டுப் பனங்கள் சிறிது சிறிதாக விட்டு 8 சாமம் சுருக்குக் கொடுத்து வறுக்கவும். சமனெடை வெடியுப்பு சேர்த்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பனங்கள் விட்டு 4 சாமம் அரைத்து, இவை கொள்ளும்படியான ஒரு அடிகனத்த குடைவான இரும்புச் சட்டியில் போட்டு வாய்க்குப் பொருத்தமான இரும்புத் தகட்டால் மூடிச் சீலை செய்து 300 வறட்டியில் புடமிடவும்.

நன்கு ஆறியபின் மருந்தைச் சேதப் படாமல் எடுத்து மீண்டும் சம எடை வெடியுப்பு கூட்டி முன்போலரைத்து இரும்புச் சட்டியிலிட்டுச் சீலை செய்து 3 புடமிடவும். அப்பிரகத்தின் தளுக்கு மாறிவிடும். அங்ஙனம் ஆகாவிடின் வெடியுப்பு சேர்க்காமல் பனங்கள்ளினால் மருந்தை மீண்டும் அரைத்து முன்போல் இரண்டொரு புடம்போட்டுக் கொள்ள வேண்டும்.

இவ்வாறு பெற்ற பற்பத்துடன், நான்கு எடை பாலில் கரைத்துக் காய்ச்சி எடுத்த சோற்றுப்பைச் சேர்த்து அரைத்து ஆப்பச் சட்டியைப் போன்ற ஒன்றில் செலுத்தி பொருத்தமான மேல் மூடி ஒன்றால் மூடிச் சீலை செய்து காய வைத்து இரண்டு சாமம் எரித்துப் பின் அடிச்சட்டி மேலாகவும் மேல் சட்டி கீழாகவும் திருப்பி வைத்து 2 சாமம் எரித்து ஆறவிட்டு மருந்தை எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

வேண்டும்பொழுது 5 பலம் மருந்துக்குச் சம எடை வெள்ளைக் குங்கிலியம் சேர்த்தரைத்து முன்போல் சட்டியில் போட்டு மேல் சட்டி மூடிச் சீலை செய்து காய்ந்த பின் 3 சாமம் சிறு தீயில் எரித்துப் பின்னர் அப்படியே 30 வறட்டியில் புடமிடவும்.

பற்பம் எத்தகைய நிறமாக இருந்தாலும் நல்ல குணம் கொடுக்கும். வேளைக்குப் பணவெடை பற்பத்தைப் புளித்த மோரில் போட்டுக் கலக்கி, தினம் 2 வேளை கொள்ள நீரிழிவு, தாகம், அழலை, பலக் குறைவு முதலிய குணங்களையுடைய மதுமேகம் நிவர்த்தியாகும். நீரைச் சோதனை செய்து பார்க்க இனிப்பு நீங்கி உப்பும் ஏற்படும்.

6. அப்பிரகப் பற்பம்

இரண்டு பலம் வெள்ளை அப்பிரகத்தைச் சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி ஒரு குடுவையில் போட்டு சுண்ணாம்பும் சிறுநீரும் விட்டு அதனில் 3 நாள் ஊறப்போட்டு எடுக்கவும். பின்னர் சுத்த நீர் விட்டு அதனில் 3 நாள் ஊறப்போட்டு எடுக்கவும்.

பின்னர் சுத்த நீர்விட்டு அலம்பி, 5 பலம் எண்ணெய் வெங்காரத்தைப் பொடி செய்து ஒரு குடுவையில் படிப்படியாக வெங்காரப் பொடியையும் அப்பிரகத்தையும் போட்டமுத்தி உள் இடைவெளி இருக்க மூடிச் சீலை செய்து காயவைத்து 200 வறட்டியில் புடமிடவும். புடம் ஆறினபின் குடுவையிலிட்ட அப்பிரகமானது கறுப்பாக உருகி நிற்கும். இதனைப் பழச்சாறு விட்டு 3 நாளறைத்து வில்லை தட்டிக் காயவைத்து ஓட்டிலடுக்கிச் சீலை செய்து 40 வறட்டியில் புடமிடவும். இவ்வாறு 3 புடமிட வெள்ளைநிறப் பற்பமாகும். இதனில் பணவெடை எடுத்து நெய், வெண்ணெய் இவற்றில் தினம் 2 வேளை கொடுக்க மதுமேகம், வெகு முத்திரம் ஆகியவை குணமாகும்.

7. மேக சிந்தாமணி செந்தூரம்

காந்தம், பவழம், தங்கம், கெந்தி இவை வகைக்குக் கழஞ்சு 2; அப்பிரகச் செந்தூரம், சூதம் வகைக்குக் கழஞ்சு 5. இவைகளுள் முதலில் கல்வத்தில் சூதத்துடன் தங்கரேக்கினை இட்டு நன்றாய் அரைத்து நன்கு கலந்தபின் கெந்தியைச் சேர்த்து அரைக்கக் கறுப்பாக இருக்கும்.

பின்னர் மற்றவற்றை ஒன்றன்பின் ஒன்றாய்ச் சேர்த்துக் குமரிச்சாறு விட்டு 4 சாமம் அரைத்துக் கல்வத்தோடே காயவைத்துச் சேதமின்றிச் சுரண்டி குப்பியிலிட்டு வாயை பலப்பக்கல்லால் அடைத்துச் சீலை செய்துலர்த்தவும். ஒரு மட்கடத்தில் இரண்டு மூன்று விரல் அளவுக்கு மணல் கொட்டி அதன்மீது மருந்து அடைக்கப்பட்ட குப்பியை வைத்துக் கழுத்தளவு மணல் நிரப்பி அடுப்பின் மீது ஏற்றி 4 சாமம் முத்தீயாக எரிக்கவும். பின்னர் ஆறவிட்டுக் குப்பியை உடைத்து உள்ளிருக்கும் மருந்தைச் சேதமில்லாமல் எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டு மீண்டும் குமரிச் சாற்றால் 4 சாமம் நன்றாக அரைத்து வில்லை செய்து, காயவைத்து அகலில் அடுக்கி மேல் அகல் மூடிச் சீலை செய்து 10,12 எருவில் புடமிடவும். தங்கச் சாயல் இருப்பின் மீண்டும் இரண்டொரு புடமிடவும்.

இதனில் குன்றியளவு எடுத்து தினம் 2 வேளை நெய், வெண்ணெய் ஆகிய அனுபானங்களில் 10, 20 நாள் கொள்ள நீரிலுள்ள இனிப்பு, தேக அழலை, வெகு மூத்திரம், சக்தி குறைதல் முதலியன குணமாகும். போகம் கூடாது. நல்ல ஆகாரம் உட்கொள்ள வேண்டும்.

8. அப்பிரகச் செந்தூரம்

ஒரு படி பனங்கள்ளில் ஒரு சேர் கிருஷ்ணா அப்பிரகத்தை 5 நாள் ஊறப்போட்டு எடுத்துக் கன்னான் உலையில் நன்றாய் பழுக்கக் காய்ச்சி, புளித்த தயிரில் 3 நாள் ஊறப்போட்டுக் கழுவி எடுத்துக் கம்பளத்திலாவது, கோணியிலாவது முடிச்சு கட்டித் தயிர் விட்டுப் பிசைந்து அழுத்தித் தேய்க்க வழுவழுப்பாக உள்முடிந்த அப்பிரகம் வெளிப்பட்டுவிடும். இதனைச் சேதமாகாமல் குடைவான சட்டியில் போட்டுத் தயிரின் தெளிவு நீர் விட்டுக் கலக்கி ஒரு நாள் முழுவதும் அசையாமல் வைத்திருக்க, அப்பிரகத் தூள் எல்லாம் கீழிறங்கி நீர் தெளிந்து நிற்கும்.

இந்த நீரை அசையாமல் சாய்த்து, வெயிலில் வைக்க வெண்ணெய் போலிருக்கும். இதனையே அப்பிரக நவநீதம் என்பர்.

இதனை வெங்காயச்சாறு விட்டு 3 சாமம் நன்றாக அரைத்துச் சிறு வில்லைகளாகத் தட்டி வெயிலில் காயவைத்து, அகலில் பரப்பி மேலகல் மூடி மண்சீலை செய்து காய்ந்தபின்னர் 50 எருவில் புடமிடவும்.

மீண்டும் இதனைக் குமரிச்சாறு, ஆலம் விழுதுச்சாறு, பழச்சாறு, பொற்றலைக் கையான் சாறு முதலியவைகளால ஒவ்வொரு புடம் போட, தளுக்கில்லாமல் செந்தூரமாகும்.

ஒருவேளை தளுக்கு இருந்தால் மீண்டும் பொற்றலைக் கையான் சாற்றால் இரண்டொரு புடம் அதிகமாகப் போட்டுக் கொள்ள வேண்டியது அவசியம்.

இதனில் குன்றியளவு எடுத்து தினம் 2 வேளை தேக சுபாவத்திற்கு ஏற்றவாறு தக்க அனுபானங்களில் கொடுக்க அதிநீர், பலவீனம், தாகம் முதலியன 10 நாளில் தீரும். பெண்போகம், மது, லாகிரிப் பொருட்கள், இனிப்புப் பொருட்களை நீக்கவும். இச் செந்தூரத்தை மேகசிந்தாமணி செந்தூரத்தில் சேர்த்துச் செய்தால் மிகுந்த நன்மையைக் கொடுக்கும்.

9. அப்பிரகச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

கிருஷ்ணா அப்பிரகத்தைத் தேவையான அளவில் கொண்டுவந்து சிறு துண்டுகளாக நறுக்கிக் குறட்டினால் பிடித்துக் கொண்டு கன்னான் உலையில் நன்றாகக் காய்ச்சிப் பசுவின்பாலில் தோய்க்கவும்.

இங்ஙனம் எல்லாத் துண்டுகளையும் 2,3 முறை காய்ச்சித் தோய்த்து உலர்த்திக் கல்லுரலில் போட்டுக் கடப்பாரையால் இடித்துத் துகள் செய்து அதில் 5 பலமும், பொடி செய்த நவாச்சாரம் 5 பலமும் ஒரு குடுவையில் படிப்படியாகக் கலந்து போட்டு வாய்க்கு ஓடு மூடிச் சீலை செய்து 80 வறட்டியில் புடமிடவும். இதில் அப்பிரகமானது தங்கத்தின் சாயலாக, பதங்கம் போன்ற இலேசான பொருளாகவும் தோன்றும். நீர் விட்டு அலம்பி சாரத்தின் சத்து யாவும் விலகும்படி செய்து, பின் கல்வத்திலிட்டுச் சிறு தும்பையிலைச் சாற்றில் 4 சாமம் அரைத்து, சிறிய வில்லைகள் செய்து அகலில் பரப்பிக் காய்ந்தபின் மேலகல் மூடிச் சீலை செய்து 150 வறட்டியில் புடமிடவும். இப்படிப் பத்து புடமிடச் சிவப்பாகும்.

இவ்வாறே சிவப்பு நாயுருவி இலைச் சாற்றில் 10 புடமும், செவ்வகத்திப்பூச் சாற்றில் 10 புடமும் இட்டெடுக்க நல்ல செந்தூரமாகும்.

இதில் குன்றி எடையாக வாத தேகிக்குப் பசுநெய்யிலும், பித்த தேகிக்குத் தேனிலும் காலை மாலை 2 வேளை 16 நாள் கொடுக்கவும்.

மறுபடியும் 10 நாட்கள் மருந்தில்லாமல் விடுத்து மீண்டும் 16 நாட்கள் கொடுக்கலாம்.

இதனால் மதுமேகம், கண்டமாலை முதலியன நீங்கும். புளி, பால், சர்க்கரை, அரிசி மாவுப் பண்டங்கள் கூடாது. பிஞ்சு காய்கறிகள் சேர்க்கலாம்.

10. அயச் செந்தூரம்

புதிதாக இராவிய அயப்பொடி, சீந்தில் கொடி, கடுக்காய், தான்றிக்காய் இவற்றின் சூரணம் ஒவ்வொன்றும் ஒரு சேர் வீதம் ஒரு மட்கடத்தில் போட்டு ஒருபடி நாவல்பழச் சாறும் ஒரு படி நாவல்பட்டைச் சாறும் அல்லது அதன் கியாழம் விட்டுக் கலக்கி 2 மாதம் அசையாமல் நிழலில் வைக்க, அயப்பொடியானது உடன் சேர்க்கப்பட்டுள்ள துவர்ப்பான திரவத்துடன் உறவாடிக் கரைந்து பக்குவப்படும். பின்னர் ஈரம் வறள வெயிலில் உலர்த்தி ஒரு இரும்புச் சட்டியிலிட்டுச் செந்நிறமாகும் பொருட்டு வறுக்கவும். வறுக்கும் பதமானது அயப்பொடியுடன் சேர்க்கப்பட்டுள்ள சரக்குகள் எல்லாம் சாம்பலாகிக் காற்றுடன் சம்பந்தப்பட்டு வெளியாகவும், அயம் மாத்திரம் நின்றதாகவும் இருத்தல் வேண்டும்.

இத்தருணத்தில் மீண்டும் அதிகத் தீயிட்டு அயம் சிவந்திருக்கும் செவ்வி நோக்கி ஒரு சேர் ஆவின் நெய்யை விடப் பற்றி எரிந்து தானே தணியும்போது அயமானது மாதுளம்பூ நிறத்திற்கு ஒப்பாக சிவந்திருக்கும். அதனை ஆறவிட்டுப் பொடித்துப் பத்திரப்படுத்தவும்.

இதனை வேளைக்குப் பணவெடை வீதம் நெய், தேன் முதலியவைகளில் கொடுக்க மதுமேகம், காமாலை, பாண்டு, பெரும்பாடு முதலிய பல பிணிகள் நிவர்த்தி ஆவதுடன் தேகம் வலுக்கும். ஆயுள் விருத்தி உண்டாகும். புளி தள்ளி இச்சாபத்தியம் கொள்ளவும்.

VIII

கண்ணுசாமியின் "வைத்திய சிந்தாமணி" என்னும் நூலில் காணும் சில சிகிச்சை முறைகள் வருமாறு:

1. அப்பிரகச் செந்தூரம்

ஆவின் நீரும் வெள்ளாட்டு நீரும் ஒன்றாகக் கலந்து வாயகன்ற பாண்டத்திலிட்டு, அதில் கிருஷ்ணா அப்பிரகத்தைப் பழுக்கக் காய்ச்சித் தோய்த்து, பின்னர் கல்லுரலில் போட்டுக் கடப்பாறையால் இடித்து, நெல்லுடன் கலந்து அவித்த ஒரு முரட்டுத் துணியில் தளர்ச்சியாக முடிச்சு கட்டிக் காடி விட்டுப் பிசைந்து மறுநாள் தெளிவை இறுத்துப் பார்க்க அடியில் அப்பிரகம் உறைந்திருக்கும்.

இந்நவநீதத்தைக் கல்வத்திலிட்டு, இலை நடுவே சிவப்புக் கோடு விழுந்திருக்கும் நறுந்தாளிக் கீரையைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் போட்டு அரைக்கவும். இப்படி இரண்டு சாமம் அரைத்து இலேசான வில்லையாகத் தட்டி உலர்த்தி ஓட்டில் பரப்பி மேலோடு மூடிச் சீலைமண் செய்து கஜபுடம் இடவும். இம்மாதிரி பத்துப் புடங்கள் இடவேண்டும். ஒவ்வொரு முறையும் தளிரைச் சேர்த்து 2 சாமம் அரைக்க வேண்டும். அதன் பிறகு மாம்பட்டை, நாவல்பட்டை, ஓதியம்பட்டை இவை ஒவ்வொன்றின் சாற்றாலாயினும் கியாழத்தாலேனும் தனித்தனியே 4 சாமங்கள் வீதம் அரைத்து வில்லைகள் தட்டி முன் போலப் புடமிட்டு எடுக்க உயர்தரமான செந்தூரமாகும்.

வேளைக்குக் குன்றியெடை காலை மாலை நெய்யில் கொடுத்துவர மேகத்தாலான நீரிழிவுநோய் நீங்கும். மேலும் மதுமேகத்தால் உண்டாகும் மேகக்கட்டிகள் போன்ற துன்பங்களையும் குணப்படுத்தும். நீரிலுள்ள இனிப்பு வெகு சீக்கிரம் மாறிவிடும்.

இச் செந்தூரத்தைக் கொடுக்கும்போது நீரில் இனிப்பு அதிகமாக இருப்பின் நாவற்கொட்டை மாத்திரையையும், சிறுநீரின் அளவு மிஞ்சியிருப்பின் ஆவாரைக் குடிநீரையும் கொடுத்தல் நன்று.

2. நாவற்கொட்டை மாத்திரை

வேண்டிய அளவு நாவற்கொட்டையை எடுத்து இடித்துச் சூரணம் செய்து கல்வத்திலிட்டு, ஆடுதீண்டாப்பாளை இலைச் சாறு விட்டு 10 நாட்கள் அரைத்துக் குன்றியளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்திக் கொண்டு, வேளைக்கு 2 அல்லது 3 மாத்திரை வீதம் காலை மாலை சாப்பிட்டு வர, 15 நாளில் நீரிழிவு நோய் குணமாகும். அதே சமயம் தங்கச் செந்தூரம் அல்லது மேல் சொல்லப்பட்ட அப்பிரகச் செந்தூரத்தைக் காலை மாலை சாப்பிடுவது நல்லது. இதன் மூலம் நீரிலுள்ள இனிப்பைக் குறைத்து, மேகக் கட்டிகள் வராமல் தடுக்கலாம்.

3. ஆவாரைக் குடிநீர்

நாவற்கொட்டை, மருதம்பட்டை, கோரைக் கிழங்கு, கடுக்காய் , நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய், கட்டுக்கொடி, போஸ்தக்காய்த் தோல், கடலழிஞ்சில் பட்டை, ஆவாரைப்பூ, ஆவாரைப்பட்டை, ஆவாரைவேர்ப் பட்டை.

மேற்கண்ட 12 சரக்குகளும் வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து இடித்துச் சூரணித்து வைத்துக் கொண்டு, வேண்டும் போது 1 தோலா சூரணத்தைக் கால்படி நீரில் போட்டு அரைக்கால் படியாகச் சுண்டக் காய்ச்சி ஆறவிட்டு வடித்துச் சாப்பிடவும்.

இவ்வாறு தினம் 2 வேளையாக 10 நாட்கள் சாப்பிடவும். இதனால் மதுமேகம், அதனால் உண்டாகும் தாகம், நீர்ப்போக்கு, அழலை ஆகியவை நீங்கும். மேல் சொன்ன அப்பிரகச் செந்தூரத்துக்கு இக் குடிநீரைத் துணை மருந்தாகக் கொண்டால் மிகவும் நல்ல பலன் உண்டாகும்.

4. தங்கச் செந்தூரம்

ஒரு வராகன் எடை தங்கரேக்கைச் சிறு துண்டுகளாகக் கத்தரித்துக் கல்வத்திலிட்டு அதனுடன் 4,5 வராகன் எடை சுத்தி செய்த இரசத்தை விட்டு அரைக்கவும். தங்கமும் சூதமும் உறவான பின்னர் திருநீற்றுப் பச்சை என்னும் சப்ஜா இலையில் 10,12 போட்டு அரைக்க மெழுகாகும்.

பின்னர் வெள்ளைக் காக்கட்டான் வேர்ப்பட்டையும் இலையும் கூட்டி இடித்துப்பிழிந்த சாற்றால் இரண்டு சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டி உலர்த்தி ஓட்டிலிட்டு மேல் மூடியிட்டுச் சீலைமண் செய்து உலர்ந்தபின், 20 வறட்டியில் புடமிடவும்.

மீண்டும் அம்மருந்தைக் கல்வத்திலிட்டு வேறொன்றும் சேர்க்காமல் முன் கூறிய மூலிகைச் சாற்றால் 2 சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டிக் காயவைத்து, ஒட்டிலடுக்கிச் சீலைமண் செய்து உலர்த்தி, 20 வறட்டியில் புடமிடவும். இப்படி 4,5 புடங்களில் போட்டெடுக்க நல்ல செந்தூரமாகும்.

தங்கச் சாயல் நீங்கும் வரை புடம் போடவேண்டும். 4,5 புடங்களில் தங்கச்சாயல் நீங்கி செந்தூரம் முடிந்திருக்கும். மருந்தின் எடையும் சற்றுக் கூடுதலாக இருக்கும்.

வேளைக்கு 1 முதல் 2 அரிசி எடை காலை மாலை நெய், தேன் இவற்றில் கொடுக்க மதுமேகம் குணமாவதுடன் வெகு நாள் நோயினால் உண்டான தேகபலகீனமும் நீங்கும்.

IX

கண்ணுசாமியின் "சிகிச்சா இரத்தின தீபம்" நூலில் கூறிய முறைகள் வருமாறு.

1. இலிங்க மாத்திரை

இலிங்கம், நாபி இவை வகைக்குப் பலம் 1. சிவனார் வேம்பு பலம் 5. நல்லெண்ணெய் பலம் 5.

செய்முறை: நாபியை மட்டும் சுத்த நீர் விட்டு நெகிழ அரைத்து இலிங்கத்திற்குக் கவசமிட்டுப் பிறகு சிவனார் வேம்பு வேரைச் சுத்தநீர் விட்டு முன்போலவே அரைத்து மற்றொரு முறை கவசமிட்டு இரண்டுமணி நேரம் கடுவெயிலில் உலர்த்தி அதன்மேல் பட்டுத் துணியால் சுற்றி வைத்துக் கொள்க. ஒரு இரும்புக் கரண்டியில் நல்லெண்ணெய் விட்டு நெருப்பின் மேல் வைத்துச் சூடேற்றிய பின் சித்தப்படுத்திய இலிங்க உருண்டையை அதில் போட்டு எண்ணெய் எல்லாம் சுண்டச் சுண்ட புரட்டிக் கொண்டு வருக. மேல்கவசம் கருகின பதத்தில் உள்ளிருக்கும் இலிங்கத்தை வெளிப்படுத்திக் கல்வத்திலிட்டு அரிசி வெந்த கொதிநீர் விட்டு 1 சாமம் அரைத்து மெழுகுபதம் வரும்போது, மிளகுப் பிரமாணம் மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்க.

ஆவாரம் இலைச் சாறு அல்லது ஆவாரங் கொழுந்து அரைத்த விழுதுடன் சமன் பசுவெண்ணெயைப் புங்கங்காய் அளவு சேர்த்து வேளைகு ஒரு மாத்திரை

வீதம் தினம் காலை மாலை 7 முதல் 10 நாட்கள் சாப்பிட்டு வர வெகு மூத்திரம், மதுமேகம் முதலியன நீங்கும்.

இம்மாத்திரையை மதுமேக இலேகியத்துடன் உண்ண மிக்க நன்மை பயக்கும்.

2. மதுமேக இலேகியம்

இதனை எள்ளுப்பிண்ணாக்கு இலேகியம் என்றும் கூறுவர்.

எள்ளுப்பிண்ணாக்கு பலம் 1/2, ஆவாரம் பட்டை பலம் 1/2, பருத்தி விதைப் பருப்பு 4 தோலா, மாசிக்காய் 1 தோலா, சிறு நாகப்பூ 1 தோலா, பறங்கிப்பட்டை 2 தோலா, பசுவின்பால் சேர் 1/2, நல்லெண்ணெய் 6 தோலா, பழைய வெல்லம் 7 1/2 பலம்.

செய்முறை: மேற்கூறப்பட்ட சரக்குகளைச் சூரணித்துப் போதிய அளவு பால் விட்டரைத்து வைத்துக் கொள்க. பால் மிகுந்திருப்பின் அத்துடன் சிறிது நீர் கலந்து வெல்லத்தை அதில் கரைத்து வடிகட்டிக் காய்ச்சிப் பாகுபதத்தில், முன் அரைத்து வைத்திருக்கும் மருந்தைப் போட்டு நன்றாகக் கிளறி இலேகிய பதத்தில் நல்லெண்ணெய் விட்டுப் பிசைந்து பத்திரப்படுத்துக.

வேளைக்கு 1/2 தோலா வீதம் காலை மாலை சாப்பிட்டு வர வெகு மூத்திரம், மதுமேகம் ஆகியன நீங்கும். இலிங்க மாத்திரைக்கு இதனை அனுபானமாகக் கொள்ளலாம்.

X

"சித்த வைத்திய பதார்த்த குண விளக்கம்" என்னும் நூலில் கூறப்பட்டுள்ள சில முறைகள் வருமாறு:

1. கடலழிஞ்சல் சத்து

10 பலம் கலழிஞ்சில் பட்டையை நன்றாய் இடித்து ஒரு வாயகன்ற மட்பாத்திரத்தில் போட்டு, 2 படி நீர் விட்டு 1/4 படியாக வற்றக் காய்ச்சிப் பிசைந்து வடிகட்டி, மீண்டும் பாண்டத்தில் விட்டுக் குழம்பு பதமாகக் காய்ச்சிப் பீங்கான் தட்டுகளில் விட்டு வெயிலில் வைத்துலர்த்தி, இடித்துச் சூரணமாகச் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதுவே கடலழிஞ்சில் சத்து ஆகும்.

இதனை 5 முதல் 10 குன்றி எடை தினம் 2 வேளை சர்க்கரையுடன் கலந்தாவது அல்லது இனிப்புள்ள சர்ப்பத்துக்களில் கலந்தாவது கொடுக்க நீரிழிவு, மதுமேகம் குணமாகும்.

2. கடலழிஞ்சில் பட்டை இலேகியம்

1 வீசை கடலழிஞ்சில் பட்டையைப் பஞ்சு போல் இடித்து ஒரு பாண்டத்திலிட்டு 8 படி நீர் விட்டு 1 படியாக வற்றக்காய்ச்சிப் பிசைந்து வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.

1 படி பருத்திக் கொட்டையை ஒரு நாள் தண்ணீரில் ஊறவைது மறுநாள் உரலில் இடித்து, அப்பால் ஆட்டுக்கல் உரலில் போட்டு நீர் தெளித்துக் குளவியைக் கொண்டு ஆட்டி வழித்தெடுத்துச் சீலையில் வைத்துப் பிழிந்து பால் வாங்கவும். மீண்டும் திப்பியை உரலில் ஆட்டி முன்போல் பால் வாங்கவும். இப்படி 1 படி பால் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

பின் உலர்ந்த வன்னியிலை, அத்திப் பிஞ்சு, ஆவாரம்பட்டை, கசகசா, சுக்கு, வேப்பம் பட்டை, கிராம்பு, ஓமம், கொத்துமல்லி, சாதிக்காய், சிறுநாகப்பூ, ஏலம், சடாமாஞ்சில், திரிபலை, மரமஞ்சள்-வகைக்குப் பலம் ஒன்றாக இடித்துச் சூரணம் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பின் கடலழிஞ்சில் பட்டைக் கியாழத்தையும் பருத்திக் கொட்டைப் பாலையும் ஒரு பாத்திரத்திலிட்டு, 2 வீசை வெள்ளைச் சர்க்கரையைப் போட்டுக் கரைத்து அடுப்பிலேற்றிப் பாகுபதம் வரும் சமயம் முன் சூரணத்தைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் போட்டுக் கிளறி கீழ் இறக்கிப் போதிய அளவு நெய், தேன் விட்டுக் கிளறி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இந்த இலேகியத்தை அந்தி சந்தி கழற்சிக்காய் அளவு கொடுத்துவர மதுமேகம், நீரிழிவு முதலான நோய்கள் நீங்கும்.

3. கடல் தேங்காய்க் குடிநீர்

கடல் தேங்காயைச் சிதைத்து முறைப்படி குடிநீர் செய்து வேளைக்கு 1 முதல் 2 அவுன்சு வீதம் தினம் 3 வேளை கொடுத்து வர, நீரிலுள்ள இனிப்பு நீங்கும். வெகு மூத்திரம் குறையும்.

4. கர்ச்சூரக்காய்

இந்தக் காயைத் தினம் 2 வேளை, 2 அல்லது 3 தின்ற பின் பசுவின்பாலை அருந்திவரக் கபத்தை அறுக்கும், பசியை உண்டாக்கும், மதுநீரைப் போக்கும். தாது விருத்தி உண்டாகும்.

5. கிரந்தித் தகரம்

இதன் வேர்ப்பட்டையைக் கியாழமிட்டாவது அல்லது இதன் விதையைச் சூரணம் செய்து தக்க அளவில் தேனிலாவது நெய்யிலாவது கொடுக்க மதுமேகம் போகும்.

6. சரக்கொன்றைப்பூக் குடிநீர்

சரக்கொன்றைப்பூ 1/2 தோலா எடையை ஒரு மட்கலயத்தில் போட்டு 1/4 படி நீர் விட்டு 1/8 படியாக சுண்டக் காய்ச்சி வடிகட்டிக் கொடுக்க மதுமேகம் நீங்கும். குடலில் உள்ள கிருமிகள் சாகும்.

7. சீந்தில் கொடிக் குடிநீர்

சீந்தில் கொடி 1/2 பலம், நெற்பொரி 1/2 பலம். இவற்றை ஒரு கலயத்தில் போட்டு 1/2 படி நீர் விட்டு வீசம்படியாக சுண்டக் காய்ச்சி வடிகட்டி, வேளைக்கு 1 முதல் 11/2 அவுன்சு வீதம் தினம் 3 வேளை கொடுக்க மேகநீர், தாகம் நீங்கும்.

8. அமிர்தாதி இலேகியம்

சீந்தில் சர்க்கரை, பூமிச் சர்க்கரைக் கிழங்கு வகைக்கு பலம் 2 1/2; பறங்கிச்சக்கை பலம் 3; சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, திப்பிலி மூலம், சிற்றரத்தை, சிறுநாகப்பூ, மகரப்பூ, கடலிராஞ்சிப்பட்டை, கிராம்பு, கோஷ்டம், ஏலம், சிறு தேக்கு, அதிமதுரம், சந்தனத்தூள், சீரகம், சடாமாஞ்சில் வகைக்குப் பலம் 1/2; குங்குமப்பூ, கோரோசனை வகைக்குப் பலம் 1/4 ஆக இவற்றைக் கல்லுரலிலிட்டுக் கடப்பாரையால் நன்கு இடித்துச் சூரணம் செய்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

ஒரு பெரிய பாண்டத்தில் ஆவாரம் விதை, ஆவாரம் வேர் வகைக்குப் பலம் 5 வீதம் இடித்துப் போட்டு 10 படி செவ்விளநீர் விட்டு அடுப்பிலேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்து 1/8 பாகமாக வற்றக்காய்ச்சிக் கீழே இறக்கி வடிகட்டி அதில் ஒரு வீசை வெள்ளைச் சர்க்கரை போட்டுக் கரைத்து மற்றொரு பாண்டத்திலிட்டு மீண்டும் அடுப்பேற்றி எரிக்கவும். நல்ல பாகுபதம் வரும் சமயம் முன் சூரணங்களைக்

கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் போட்டுக் கிளறி கீழே இறக்கி ஆறவிட்டுப் போதிய அளவு நெய்யும் தேனும் விட்டுப் பிசைந்து ஜாடியில் வைக்கவும். வேளைக்குக் கொட்டைப் பாக்களவு தினம் காலை மாலை 2 வேளை 1/2 முதல் 1 மண்டலம் சாப்பிட்டுவர மதுமேகம், அதிமூத்திரம், அதிதாகம், மேக காங்கை முதலியன நீங்கும்.

9. பொடுதலைக் குடிநீர்

பொடுதலைத் துளிரைக் காம்பும் இலையுமாகப் பறித்து 1 பலம் எடைக்கு 1/4 படி நீர் விட்டு, சிறு தீயாக எரித்து வீசம்படியாக வற்றவைத்து வடித்து வேளைக்கு 1 அவுன்சு அளவாக காலை மாலை கொடுத்துவர, நீரில் இனிப்பு உள்ளவர்களுக்கு நீரைக் குறைத்து இனிப்பை மாற்றும்.

10. பெருங்குமிழ் மர வேர் அரைப்பு

பெருங்குமிழ் வேரை அரைத்துச் சுண்டைக் காயளவு பசும்பாலில் உட்கொள்ள மதுமேக எரிச்சல் நீங்கும்.

XI

"பதார்த்த குண விளக்கம் (தாதுவர்க்கம்)" என்னும் நூலில் கூறப்படும் சில முறைகள் வருமாறு:

1. அப்பிரகப் பற்பம்

ஐந்து பலம் அப்பிரக நவநீதத்தை ஒரு கல்வத்திலிட்டுக் குமிழம்பட்டைச் சாற்றினால் 4 சாமம் அரைத்துக் காலணா அளவுள்ள வில்லைகளாகத் தட்டி உலர்த்தி அகலில் அடுக்கிச் சீலை மண் செய்து உலர்த்திக் கஜபுடமிடவும். ஆறவிட்டு எடுத்துப் பின்னர் முன்போல் ஆலம்பாலில் அரைத்து 2 புடமும் எலுமிச்சம்பழச்சாற்றில் அரைத்து ஒருபுடமும் போட்டு எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தகுந்த அளவில், தக்க அனுபானங்களில் கொடுக்க மதுமேகம், கை காலெரிவு, மேக காங்கை முதலியன நீங்கும்.

2. காந்தச் செந்தூரம்

மூன்று பலம் காந்தத்தைக் கன்னான் உலையில் வைத்து ஊதி நெருப்பைப் போல் சிவந்த உடன் பசுவின் நீரில் தோய்க்கவும். இப்படி 7 முறை செய்ய நல்ல சுத்தியாகும்.

இதை இடித்துத் தூள் செய்து கல்வத்திலிட்டுத் தாழம் விழுதுச் சாறு விட்டு 4 சாமம் அரைத்து அரையணா கனமுள்ள வில்லைகளாகச் செய்துலர்த்தி அகலில் பரப்பி மேலகல் மூடிச் சீலைமண் செய்து முழுப்புடம் போட்டு ஆறவிட்டெடுக்கவும்.

இப்படியே அரைத்து அரைத்து வில்லைதட்டி 5 புடமிட்டுச் செந்தூரத்தை மீண்டும் முன்போல் எலுமிச்சம்பழச் சாறு விட்டு அரைத்து 3 புடம் இடவும். நல்ல செந்தூரம் கிடைக்கும்.

வேளைக்குக் குன்றி எடை தேனில் காலை மாலை கொடுத்துவரப் பாண்டு, சோபை, காமாலை, பெருவயிறு ஆகிய நோய்களுடன் மதுமேகத்தையும் தாது பலகீனத்தையும் குணப்படுத்தும்.

3. கறுவங்கச் செந்தூரம்

மூன்று பலம் சுத்தி செய்த கறுவங்கத்தை இருப்புக் கடாயில் போட்டு அடுப்பேற்றி எரித்து உருகின பதத்தில் பச்சை முருங்கைப்பட்டையைப் பஞ்சுபோல் இடித்து அதனுடன் 1 1/2 பலம் வெடியுப்புத் தூளைக் கூட்டிப் பிசறிக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் போட்டு, அயக்கரண்டி கொண்டு தேய்க்கவும். இவ்வாறு 4 முதல் 6 சாமங்கள் தேய்த்தெடுக்கப் பற்பமாகும்.

இதனைச் சீலையில் அரித்துத் திப்பியை நீக்கி அடியில் உள்ள பற்பத்தில் 2 பலம் அளவுக்குக் கல்வத்திலிட்டுச் சோற்றுக் கற்றாழையின் பால் விட்டு 2 சாமம் நன்றாக அரைத்துச் சிறுவில்லைகளாக தட்டி உலர்த்தித் அகலில் பரப்பி மேலகல் மூடிச் சீலைமண் செய்து காய்ந்தபின் முழுப்புடமிடவும். இப்படியாக 10 முறை சோற்றுக் கற்றாழையின் பால் விட்டு இரண்டிரண்டு சாமங்கள் அரைத்து வில்லை தட்டி முன்போலப் புடம் போடப் பத்து புடத்தில் நல்ல செந்தூரம் ஆகும்.

இச்செந்தூரத்தில் 4 அல்லது 5 குன்றி எடை எடுத்து ஒரு அயக்கரண்டியிலிட்டுச் சிறிது நல்லெண்ணெய் விட்டு, அடுப்பில் வைத்து எரிக்க எண்ணெய் தீப்பற்றி எரியும் ஆறவிட்டுக் கரண்டியில் பார்க்கச் செந்தூரமானது உருகி மணிகளாகியிருப்பின் உபயோகத்திற்கு தகுதியல்ல. மீண்டும் 2,3 புடங்கள் போட்டு எடுக்கவும்.

வேளைக்கு 2,3 அரிசி எடை வீதம் தினம் 2 வேளை நெய்யில் அல்லது தேனில் கொடுக்க மதுமேகம், ஆறாத விரணம், புரையோடிய புண்கள் முதலியன குணமாகும். 10 முதல் 15 நாட்கள் கொடுக்கலாம்.

4. கறுவங்கப் பற்பம்

சுத்தி செய்த 3 பலம் கறுவங்கத்தை ஒரு இரும்புக் கடாயில் போட்டு அடுப்பில் வைத்து எரித்து உருகினசமயம், 15 பலம் எடையுள்ள உலர்ந்த புற்றான் சோற்றைச் சிறிது சிறிதாகப் போட்டு 4 சாமம் அயக்கரண்டி கொண்டு ஒன்றாகத் தேய்த்துச் சத்தில்லாமல் எடுக்கப் பற்பமாகும். இதன் நிறம் பார்வைக்கு அரைத்து உலர்த்திய சந்தனவில்லையைப் போலிருக்கும். இதனைப் பத்திரப்படுத்தவும்.

1/4 முதல் 1/2 குன்றி எடையில் தகுந்த அனுபானங்களில் காலை மாலை கொடுத்துவர மதுமேகம் குணமாகும். இத்துடன் அப்பிரகச் செந்தூரம் கூட்டிக் கொடுத்துவர மிக்க நன்மை உண்டாகும்.

5. கோமூத்திரச் சிலாசத்து

இது வெயில் காலத்தில் மலைகளின் இடுக்குகளிலிருந்து உருகி வெளியாகும் சத்து. இதை எடுக்கும்போது மண் கலந்திருக்கும். ஆதலால் 10 பலம் கோமூத்திரச் சிலாசத்தை வெந்நீரில் நன்றாகக் கலக்கி ஒரு வாயகன்ற பீங்கான் கோப்பையில் இட்டு வெயிலில் வைத்து அப்போதைக்கப்போது மேல் கட்டுகின்ற ஆடையை வழித்து ஒருங்கு சேர்த்துக் காயவைத்துப் பத்திரப்படுத்துக. இதுவே உயர்ந்த ரகமானதாகும். அதிலுள்ள மண்மாவும் அடியில் நின்று விடும். இதைப்போலவே வெந்நீருக்குப் பதிலாக திரிபலைக் கியாழம் அல்லது வேப்பம் பட்டைக் குடிநீர் இவற்றிலொன்றில் கரைத்து வெயிலில் வைத்து மேல்கட்டுகின்ற அடையைச் சேகரிப்பதுண்டு.

இதில் வேளைக்கு 1/2 முதல் 3 குன்றி சிறிது நெய்யுடன் சேர்த்து அனலில் காட்டி மத்தித்து தினம் 2 வேளை சாப்பிடலாம்.

ஆரம்பத்தில் 1/2 குன்றியளவு கொடுத்து நோய் குணமாகாவிடில் போகப்போக அளவினை அதிகப்படுத்தி 3 குன்றியளவு வரை கொடுக்கலாம்.

இதனால் மதுமேகம், கல்லடைப்பு, ஈரல்நோய்கள், குன்மம், பெரும்பாடு முதலியன நீங்கும்.

6. மரகதப் பற்பம்

தேவையான அளவு மரகதம் கொண்டு வந்து ஒரு வச்சிர மூசையில் போட்டுக் கரி நெருப்பனலில் வைத்துச் சூடேறின சமயம் குதிரை மூத்திரத்தில் கொட்டவும். இப்படி 7 முறை செய்யச் சுத்தியாகும்.

இக்கற்களை ஈரமின்றித் துடைத்து இரும்பு உரலில் இட்டு இடித்துத் தூளாக்கிக் கல்வத்தில் இட்டு, கல்லுருவி இலைச் சாறு விட்டு 4 சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டிக் காய வைத்து அகலில் அடக்கிச் சீலை செய்து, 50 வறட்டியில் புடமிடவும். இவ்வாறு 4,5 புடமிட உயர்தரமான பற்பமாகும். இதைச் சிறிதளவு எடுத்து நீரிலிட மிதக்க வேண்டும். இன்றேல் மீண்டும் 2 புடங்கள் போட்டெடுக்கவும்.

1/2 முதல் 1 அரிசி எடை தக்க அனுபானத்தில், காலை மாலை கொடுக்க மதுமேகம் நீங்கும். மேலும் காக்கை வலி, பைத்தியம், பக்கச்சூலை, மார்பு நோய், இரத்த வாந்தி, ஈரல், குண்டிக்காய் பலவீனத்தால் வரும் நோய்கள் முதலியன நீங்கும்.

7. ஈசல் சூரணம்

ஈசலின் இறகுகளை நீக்கித் தீயாத பக்குவத்தில் வறுத்து இடித்து அதனுடன் சிறிது வறுத்திடித்த சீரகச் சூரணம் கூட்டி 1/2 தோலா வீதம் தினம் 2,3 வேளை உட்கொண்டு வர மதுமேகம், வெகுமூத்திரம், கிராணி, தேக வெப்பம் முதலியன நீங்கும்.

XII

"தேரையர் மகா கரிசல்" என்னும் நூலில் காணப்படும் சில முறைகள் வருமாறு:

1. பேரீச்சங்காய் கிருதம்

பேரீச்சம் பழத்தின் உள்ளிருக்கும் கொட்டையை நீக்கிப்பின் நுரையுடன் கூடிய புதிய ஆற்றுநீரால் கழுவி எடுத்துக் கொண்டு அதற்குச் சம எடையாகப் பேராமுட்டி, கொடிவேலி, பேய்ப்புடல், நன்னாரி, சிறுபீளை, கொன்றை, செண்பகம், பல்லிப்பூண்டு ஆகிய இவ்வேர்களைச் சேர்த்து முறைப்படி குடிநீர் செய்து, அக்குடிநீரில் திரிகடுகு, ஏலம், இலவங்கம் ஆகியவைகளைப் போட்டு 20 நாழிகை எரித்துப் பின் அதை இறுத்து அதில் கால்பாக அளவு பசுநெய்யைச் சேர்த்து வாயகன்றுள்ள பாத்திரத்தில் இட்டு எரிக்கவேண்டும். அவ்விதம் எரித்துக் கொண்டிருக்கும்பொழுது முரசு ஒலிப்பது போன்ற ஒலியுடன் கொதிக்கும். அது நெய்யின் கடுகு திரளும் சமயமாகும். அத்தருணத்தில் இறக்கி 30 நாள் தானியபுடமாக வைத்துப் பின் பேசாது எடுத்து இருபொழுது உட்கொள்ள மதுமேகம், எரிகுன்மம், உஷ்ணவாயு, மகோதரம், ஈரல் தொடர்பான நோய்கள்

ஆகியவற்றைப் போக்கடித்து, உடலுக்கு அழகையும், உயிருக்கு உறுதியையும் கொடுத்து, வீரியத்தைப் பெற்றிடும். பெண்களும் விரும்புமாறு போக இன்பத்தைக் கொடுக்கும். இத்தகைய ஆண்மையை நல்க வல்லது பேரீச்சங்காய் கிருதம்.

2. நீரிழிவுக் குடிநீர்

நீர்க்கடம்பு, சோற்றுக் கற்றாழை, மிளகு-மூன்றும் சேர்த்துச் சம அளவில் ஒரு பானையில் இட்டு நீர் விட்டுக் காய்ச்சி எட்டில் ஒன்றாய்ச் சுருக்கிக் குடிநீராகச் செய்து அருந்தி வர நீரிழிவு நோய் குணமாகும்.

இதே போன்று நீர்க்கடம்பு, சோற்றுக் கற்றாழை, சுக்கு, திப்பிலி ஆகியவற்றால் குடிநீர் செய்து அருந்திவர நீர்க்கட்டு நோய் நீங்கும் என்பதையும் அறியலாம்.

3. தாளிசச் சூரணம்

தாளிசப்பத்திரி, தான்றி, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, மாதுளை, பெரிய தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு, தென்னை, அறுகு, ஆத்தி, தாழை, தேவதாரு, வில்வம், விளா, தாமரை, கத்தரி, தழுதாழை, வசந்த மல்லிகை, பனை, மந்தாரை ஆகியவற்றின் வேர்கள், தேன், வெள்ளை சர்க்கரை.

தாளிசப்பத்திரிவேர் இரண்டு பங்கும் ஏனைய வேர்கள் எல்லாம் ஒரு பங்கும். கொண்டு, இவ்வெல்லா வேர்களையும் உரலிலிட்டு இடித்து எடுத்த பொடியுடன் தாமரைக் குளக் கரையில் உள்ள தாழையின் தேன் கலந்து மேற்படிச் சூரணத்தை 7 தினங்கள் பூமிக்குள் புதைத்து வைத்து எடுக்க வேண்டும். பின் சர்க்கரையை மைபோல் இடித்துப் பொடியாக்கிச் சூரணத்தில் கலந்து 1 பட்சம் வெயிலில் காயவைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தக்க அளவில், தக்க அனுபானத்துடன் வழங்க அதிதாக நோய் நீங்கும். நாக்கிற்கு ருசியைக் கொடுக்கும். கால்பிடிப்பு, தாள்பிடிப்பு, புற இசிவு, விக்கல்நோய் முதலியனவும் தீரும்.

4. சேராங்கொட்டை இலேகியம்

சுத்தி செய்த சேராங்கொட்டை 2 பங்கினைப் பனங்கள் 4 பங்கு, பசுவின் தயிர் 4 பங்கு ஆகியவை சேர்ந்த கலவையில் 9 நாட்கள் ஊறவைத்தபின்பு சூரிய ஒளியில் அதனை 9 நாள் உலர்த்தி, உரலில் இட்டு நன்றாகத் தூள் செய்து, அதனுடன் சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, இலவங்கம், சோற்றுப்பு இவற்றைச் சேர்த்து இடிக்கவும். குளத்திலுள்ள சேற்றைப் போல் ஆகும் வரை இச்சரக்குகளைச்

சேர்த்து இடிக்க வேண்டும். பின் எல்லா சரக்குகளும் சேர்ந்த எடைக்குச் சமன் அல்லது ஒன்றரை பங்கு வெல்லத்தைச் சேர்க்க வேண்டும். பின் பெருஞ்சீரகம், சிறிய சீரகம் ஆகியவற்றைச் சேரும்படி இடித்துத் தீயில் வைத்துச் சேதமாகாதவாறு இலேகியமாகச் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு மாத காலம் இந்த இலேகியத்தைப் பழக வைத்தபின் உண்ணவேண்டும்.

பத்தியத்துடன் 2 வேளை (காலை, மாலை) உண்ணலாம்.

வெளியே தெரியாமல் உள்ளிருந்தே கொல்லும் இனிப்பு நீர் நோயும், மேகப்புண்களும், குட்டம், தொற்று நோய்கள், வளிசன்னி முதலிய நோய்களும் நீங்கும். தேகத்திற்கு அழகு உண்டாகும். இளங்காளையைப் போல் பலம் உண்டாகும். அதிகப் பசி உண்டாகும். சேமக்கலத்தை அடித்தால் உண்டாகின்ற சப்தம் போல் குரல் ஒலி உண்டாகும். ஆதிசேடனைப் போன்று புணர்ச்சியில் இன்பம் உண்டாகும். செவ்வேளைப் போன்று முகத்தில் களை உண்டாகும். மன்மதனைப் போல் அழகு உண்டாகும்.

5. கோடாசலக் குளிகை

கோரோசனை, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய், கோஷ்டம், அரிதாரம், பவழம், கோவை, நிலப்பனை, இலந்தை, தும்பை, பிச்சிப்பூ, கஞ்சா இவற்றின் வேர்களைச் சம அளவு எடுத்துச் சாணிநீர் விட்டு ஊறி உலர்ந்தபின், முறை தவறாமல் அரைத்தும், கோங்கு இரசத்தில் இரண்டு நாளும், கோபுரந்தாங்கி இலைச் சாற்றில் இரண்டு நாளும், அழிஞ்சில் இரசத்தில் இரண்டு நாளும், பன்றியின் மூத்திரத்தில் இரண்டு நாளும், கோழி முட்டைக் கருவினால் இரண்டு நாளும், குயில் முட்டைக் கருவினால் இரண்டு நாளும், அரைத்து, மாத்திரையாக உருட்டி நல்ல வெயிலில் காயவைத்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

பலவித அனுபானங்களில் வழங்க, பல்வகை நோய்களை நீக்கும். செங்காந்தள் சாற்றில் இதை உண்ண நீரிழிவு நோய் நீங்கும். விளாம்பழச் சாற்றில் அருந்தினால் இராசப்பிளவை தீரும். தேனில் உட்கொள்ள மகோதர நோய் நீங்கும்.

6. கீழாநெல்லிக் கிருதம்

மூன்று பங்கு கீழாநெல்லி வேரை வெட்டியெடுத்துக் கொண்டு மூங்கில்வேர், சிறுகீரை வேர், பனைமரவேர், வேங்கை மரவேர், கிழக்கு திசை நோக்கிச் செல்லும் கொமண் வேர், கீடவேர் ஆகிய இவ்வேர்களை ஒவ்வொரு பங்கு வீதம்

வெட்டியெடுத்துக் கொண்டு இவைகளையும் கீழாநெல்லி வேரையும் வெயிலில் உலர்த்தி ஒரு பானையிலிட்டு, எட்டு பங்கு பாலை ஊற்றி அதற்குச் சமமாக நீரையும் விட்டு முறைப்படிக் காய்ச்சி வடித்த குடிநீரில் அத்தி, முப்பலை, கீரை வித்து, ஏலம், ஆல், சர்க்கரை, நெய் ஆகியவற்றைச் சேர்த்து அடிபிடிக்காமல் பதமாகக் காய்ச்சி எடுக்க வேண்டும்.

அளவுப்படி கொள்ள வளி நோய்கள் பலவும் நீங்கும். கீழ்நோக்குக் கால் கேடடைந்து வரும் நோய்களில் நீரிழிவு நோயும் ஒன்று என்பதால் கீழ்நோக்கு வாயுவின் கேட்டைப் போக்கும் இம்மருந்து நீரிழிவு நோயையும் போக்கும் எனலாம். உடலை மெலியச் செய்யும் நோய்களையும் அரற்றலைக்கொடுக்கும் நோய்களையும் போக்கும்.

7. காந்தப் பற்பம்

காந்தத்தின் தூள் 1 பங்கிற்கு 2 பங்கு கலப்பைக் கிழங்குச் சாறு, சித்திரமூலச் சாறு, மூன்றாவதாக மறுபடியும் கலப்பைக் கிழங்கின் சாறு விட்டு உலர உலர ஒவ்வொரு சாறுக்கு 1 நாள் வீதம் 3 நாட்கள் நன்றாக அரைத்து இலைபோன்ற தட்டையான ஒரே வில்லையாகச் செய்து சட்டியிலிட்டு மேல் சட்டி மூடி நுண்ணிய மண் கொண்டு சீலைமண் செய்து அடுப்பில் ஏற்றி மரச்சுள்ளி கொண்டு மூன்று நாள் எரிக்க வேண்டும். பின் ஆற விட்டெடுத்து அதை மறுபடியும் முன்போலவே குப்பைமேனியிலைச் சாறு, கொள்ளுக்காய் வேளைச் சாறு ஆகியவை கொண்டு அரைத்து உலர்த்தி எரிக்கவும். இதே போன்று மறுபடியும் நொச்சிச் சாற்றிலும் ஒரு முறை செய்து எடுக்கக் காவிநிறமான பற்பம் உண்டாகும்.

இப்பற்பத்தை 1 குன்றி முதல் 2 குன்றி வரை கறுப்புப் பசுவின் நெய்யில் உண்ண மதுமேகம் நீங்கும். பலவித அனுபானங்களில் வேறுபல நோய்களும் நீங்கும்.

பிளவைக்கான மருத்துவ முறை

இந்நோயில் நீரிழிவு நோய்க்கான உள் மருத்துவம் செய்வதோடு புற மருந்துகளையும் கையாளுதல் வேண்டும். தேவைப்படின் அறுவை மருத்துவமும் செய்யலாம்.

நீரிழிவு நோயுடையார் சொறிந்து புண்படினும், அடிபட்டுப் புண்படினும் அவைகள் உடனே எளிதில் உலர்ந்து போகக்கூடிய வழிகளை நாடுதல் வேண்டும். சிறு பருக்கள் அல்லது கொப்புளங்கள் காணினும் உடனே மருத்துவம் செய்தல் நல்லது. புண் அல்லது அடிபட்ட இடம் பெரிதாகாவண்ணம் அமிர்த வெண்ணெய்,

பச்சை எருவை, புங்கு எண்ணெய் முதலியவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றைப்பூசி உலர்த்தல் வேண்டும். பருக்கள் தோன்றின் அவைகளுக்கு வெந்நீர், வறுத்த தவிடு முதலியவற்றால் ஒற்றடமிட்டுப் போக்க வேண்டும்.

அதற்கு அடங்காமல் பெருகுமாயின் சீத்தா இலை, அந்திமந்தி இலை, எருக்கிலை இவைகளுள் ஏதேனும் ஒன்றை எண்ணெய் பூசி அனலில் வெதுப்பி, சூட்டுடன் கட்டிக்கு வைத்துக் கட்டப் போகும்.

இதற்கும் அடங்காமல் சீழ்கோர்த்துப் பெருகுமாயின் பிராயம்பட்டைப்பால், அத்திப்பால் இவைகளைக் கட்டியின் மேல் பற்றிடலாம்.

தேன் மெழுகு 1 பலம், வெள்ளைப் பாடாணம் 1 வராகன் எடை கொண்டு, தேன் மெழுகை உருக்கி வெள்ளைப் பாடாணத்தைப் பொடித்துத் தூவிக் கிண்டி, அதை மெல்லியதாய்த் தட்டி கட்டியின் மீது வைத்துக் கட்ட, கட்டி பழுத்து உடையும். கட்டி பழுத்து உடைந்த பின் வெந்நீர் விட்டுக் கழுவி சீழை வெளிப்படுத்திய பின் துணியை மத்தன் எண்ணெயில் துவைத்துப் புண் குழியிலிட்டுக் கட்டி வைக்கவும். இவ்வாறு புண் உலரும் வரை கழுவிக் கொண்டு மருந்திட்டு வரவும்.

மத்தன் எண்ணெய்க்குப் பதிலாக ஆடுதீண்டாப்பாளை எண்ணெய், புங்கு எண்ணெய், விரண சஞ்சீவி எண்ணெய் போன்றவைகளையும் வழங்கலாம்.

கட்டி பழுத்து உடைந்ததும் சிலவேளை எளிதில் உலராமல் சிலையோடிப் புண்போலப் புடம் வைப்பதுண்டு. அப்போது வீரம், பூரம், இலிங்கம் முதலியவைகளால் செய்யப்பட்ட களிம்பு வகைகளைத் திரியில் ஊட்டி புரையோடும் வழியில் செலுத்தி புண்ணை உலர்த்தலாம். அல்லது அறுவை செய்து புண்ணை ஆற்றலாம். சீழ் பெருகாதவாறு உள்ளுக்குப் பூரப்பற்பம் கொடுத்தல் நன்று.

நீர்ப்போக்கையும் அதில் உள்ள சர்க்கரையையும் குறைத்தற்கான மருந்தும் கொடுத்து வருதல் வேண்டும்.

நீரிழிவு நோயில் யோகாசனப் பயிற்சி

நீரிழிவு நோயில் தக்க மருத்துவம் செய்வதோடல்லாமல், சரியான யோகப்பயிற்சிகள் செய்வது மூலமாகவும் விரைவில் நோயைக் கட்டுப்பாட்டில் கொண்டுவர இயலும். பொதுவாக தேவைக்கதிகமாக உண்டு சரியான உடலுழைப்பு இல்லாமல் சோம்பியிருத்தலே இந்நோய் வருவதற்கான காரணம் எனக் கூறப்படுவதால் உடலை ஆரோக்கியமாக வைத்துக் கொள்ளவும், உடலில்

உள்ள முக்கிய உள்ளுறுப்புகளின் செயல்பாட்டைத் தூண்டுவிக்கும் முறையிலும் அமையக் கூடிய சில யோகாசன முறைகளைச் செய்து வருவது அவசியம். கீழ்க் கூறப்பட்டுள்ள ஆசன முறைகள் நீரிழிவு நோயைக் கட்டுப்பாட்டில் வைக்கவும், குணப்படுத்தவும் பெரிதும் உதவும் என்று யோக நூல்கள் கூறுகின்றன. அவை:.

1. சிரசாசனம்
2. சர்வாங்காசனம்
3. மகா முத்திரா
4. ஜானு சிரசாசனம்
5. பட்சிமோத்தாசனம்
6. வீராசனம்
7. ஆகர்ண தனுராசனம்
8. சலபாசனம்
9. தனுராசனம்
10. பரிபூரண நாவாசனம்
11. அர்த்த நாவாசனம்
12. ஜடர பரிவர்த்தனாசனம்
13. உட்டானாசனம்
14. மரீச்சியாசனம்
15. அர்த்த மத்ஸ்யேந்திராசனம்
16. பாசாசனம்
17. பரிபூரண மத்ஸ்யேந்திராசனம்
18. ஊர்த்துவ தனுராசனம்
19. துவிபாத விபரீத தண்டாசனம்
20. மயூராசனம்
21. ஹம்சாசனம்
22. புஜங்காசனம்
23. உத்தியானா
24. நௌலி

25. நாடி சோதன பிராணாயாமம்

26. சவாசனம்.

நீரிழிவு நோயில் அனுசரிக்க வேண்டிய உணவு முறைகள்

உடல் கட்டுகள் ஏழும் வன்மை பெருகுமாறு உணவை அளவிட்டுக் கொடுத்தல் வேண்டும். அன்றியும் சிறுநீரைப் பெருக்கக்கூடிய உணவுப்பொருட்களைத் தவிர்த்து நீரை அளவுடன் போகச் செய்யும் பொருட்களைக் கொள்ளுதல் நன்று.

செரிப்புத் தன்மை நல்ல நிலையில் இருக்கும் பொழுது கோதுமை, சம்பாகோதுமை, கேழ்வரகு இவைகளாலான சோறு அல்லது மாப் பண்டங்களும், கறிவகையில் ஆட்டுக்கறி, காடை, கவுதாரி முதலியவைகளும், காய்கறிகளில் கத்தரிப்பிஞ்சு, அவரைப்பிஞ்சு, முருங்கைப்பிஞ்சு, நெய், பால், தயிர், மோர் போன்றவைகளும் கொள்ளலாம்.

சிறுநீர் எரிச்சல் உள்ள போது வெண்டைக் காய், பீர்க்கங்காய், புடலங்காய் இவை போன்றனவும் நீர் அளவு கடந்து, எரு(மலம்) கடினப்பட்டபோது தாளிக்கீரை, அறுகீரை, முருங்கைக்கீரை, முருங்கைப்பூ, ஆவாரம்பூ போன்றனவும் கொள்ளலாம்.

உடல் மிகவும் மெலிந்த நிலையில் பெருங் கழிச்சல் உண்டாகும். அப்பொழுது இருமுறை வடித்த அரிசியின் கஞ்சி, வால்கோதுமையை அரைத்து நீரில் வடித்துக் காய்ச்சிய கஞ்சி, அவ்வாறே செய்த வாதுமைப் பருப்புக் கஞ்சி இவைகளில் சிறிது பால் கூட்டிக் கொடுத்தல் நலம்.

4

வெள்ளை நோய்

முன்னுரை

வளித்தாது கேடடைவதால் வரும் பல நோய்களில் வெள்ளை நோய் எனப்படும் மேகநோயும் ஒன்றாகும். இதனைச் "சதகநாடியின்" வளி நாடிப் பாடலில் கூறியிருப்பதன் மூலம் நன்கு உணர முடியும்.

நீர்க்கிரிச்சரங்கள் என்று கூறப்படும் நீரினைச் சுருக்கல் நோய்களும், தந்துமேகம் எனப்படும் வெள்ளை நோயும் வளித்தாது கேடடைவதால் உண்டாகின்றன என்பதை அறிய முடிகிறது. வெள்ளை நோய் என்பது பிரமிய நோய் என்றும் வெட்டை நோய் என்றும் மேக நோய் என்றும் அழைக்கப்படும். மது மேகம் என்பதும், பிரமேகம் என்பதும் இதனின்று வேறுபட்டது என்பதையும் அவை நீரிழிவு நோயைக் குறிப்பன என்பதையும் அறிவது அவசியம்.

நோய் இயல்பு

வெள்ளை நோய் சிறுநீர் இறங்குவதற்கு முன்போ அல்லது பின்போ வெண்ணிறத்துடன் சீழ் போல் இறங்குவதும், நீர்ப்புழையில் எரிச்சலையும் கடுப்பையும் உண்டாக்குதலுமான இயல்பை உடைய நோய் ஆகும். இந்நோயுற்றோரிடம் கலவி செய்த சிலநாட்களில் குறியில் நமை, நீர்ப்புழையில் எரிச்சல் ஆகிய குறிகளைக் காட்டி, நீர் இறங்கும்போது சீழ் கலந்தாற்போல் இறங்கி நூல் தொங்குவது போலும் வெண்டைக் காய் கழுவிய நீர் போலும் வெளியாகும்.

நோய் வரும் வழி

- அளவு கடந்த கலவியாலும், இந்நோயுற்றோருடன் கூடுதலாலும் இந்நோய் உண்டாகும். மேலும் யோகத்தில் நிலைத்து, மூலக்கனலை எழுப்பும் போதும் இந்நோய் பிறக்கும் என்பர் சிலர்.
- எளியோரை இகழ்ச்சி சொல்லல், பெரியோரை ஏவல் கொள்ளல், பொன்னை சோரம் செய்தல், மற்றவரின் பொருளை அபகரித்தல், தற்பெருமை பேசித் திரிதல், நம்பினவர்களை ஏமாற்றி அவர்களுக்கு நஷ்டம் ஏற்படுத்துதல், எப்போதும் பெண்களை மோகித்திருத்தல் ஆகியனவும் இந்நோய் உண்டாவதற்கான காரணங்களாக நூல்கள் உரைக்கின்றன.
- மிகுந்த பெண்போகத்துடன் இருந்து அத்துடன் பட்டினி கிடத்தல், தன்னால் முடியாத அளவுக்குச் சூட்டினைத் தாங்கிக் கொண்டிருத்தல், காரமான உணவை மிகுதியும் உண்ணுதல், அத்துடன் அதிக உப்பு, துவர்ப்பு இவற்றையும் உணவில் சேர்த்தல், பலவிதமான கேளிக்கைகளில் ஈடுபடல் போன்றவையும் இந்நோயை உண்டுபண்ணும் காரணங்களாகும்.
- இந்நோயானது முதுகெலும்பு, நாபி ஆகியவற்றைச் சுற்றி எழும்பி குதத்திற்கும் குய்யத்திற்கும் நடுவில் உள்ள மூலாதாரத்தைப் பாதிப்படையச் செய்து நோயை உண்டுபண்ணும். நாடிகளிலும் எலும்புகளிலும் சூழ்ந்து சுக்கில சுரோணிதத்தில் கலந்து நோயை ஏற்படுத்தும். அடிவயிறு இழுத்து வலியைத் தோற்றுவிப்பது பிரமியத்தின் இயல்பாம்.

நோய் வகை

'உரைத்திட்டேன் மேகமென்ற ரோகந்தானே உத்தமனே இருபத்தொன்றாகுங் கண்டாய்' என்று பிரமியரோக நிதானம் என்ற தலைப்பில் "யூகி சிந்தாமணி 800" என்னும் நூலில் கூறப்பட்டுள்ளபடி இந்நோய் 21 வகையாக பிரிக்கப்பட்டுள்ளதை உணரலாம்.

இதே நூலில் இதற்கு அடுத்து வரும் அத்தியாயத்தில் மேகரோக நிதானம் என்ற தலைப்பில் மதுமேக நோய் வகைகளை 20 எனப் பிரித்துக் கூறியுள்ளார். எனவே மேகம் என்ற சொல் இருவேறிடங்களில் இரண்டு வித நோய்களைக் குறிக்கும் சொல்லாக உள்ளதை அறியவேண்டும். இடம் பார்த்துப் பொருள்

கொள்வது இங்கு அவசியமாகிறது. பொதுவாக வழக்கத்தில் மேக நோய் என்பது தகாத புணர்ச்சியால் வரும் வெள்ளை வெட்டை நோயைக் குறிக்கும் சொல்லாகவே பயன்படுகிறது. மதுமேகம் என்பதே நீரிழிவு நோயைக் குறிப்பதாக உள்ளது என்பதை அறிய வேண்டும்.

மேக நோய்களின் பெயர்கள்:

1. வாதப் பிரமியம் என்னும் வளி வெள்ளை
2. பித்தப் பிரமியம் என்னும் அழல் வெள்ளை
3. கபப் பிரமியம் என்னும் ஐய வெள்ளை
4. வாதப் பித்தப் பிரமியம் என்னும் வளியழல் வெள்ளை
5. பித்தக் கபப் பிரமியம் என்னும் அழல் ஐய வெள்ளை
6. தொந்தப் பிரமியம் என்றும் முக்குற்ற வெள்ளை
7. கட்டிப் பிரமியம் என்னும் கட்டி வெள்ளை
8. சலப் பிரமியம் என்னும் நீர் வெள்ளை
9. நாறு தந்திப் பிரமியம் என்னும் தந்த வெள்ளை
10. சீதப் பிரமியம் என்னும் சீழ் வெள்ளை
11. ஒழுக்குப் பிரமியம் என்னும் ஒழுக்கு வெள்ளை
12. அரித்திராப் பிரமியம் என்னும் மஞ்சள் வெள்ளை
13. கிரிச்சரப் பிரமியம் என்னும் எரிச்சல் வெள்ளை
14. கரப்பான் பிரமியம் என்னும் கரப்பான் வெள்ளை
15. கல் பிரமியம் என்னும் கல் வெள்ளை
16. தந்து பிரமியம் என்னும் நூல் வெள்ளை
17. நீச்சுப் பிரமியம் என்னும் நீச்சு வெள்ளை
18. வலிப் பிரமியம் என்னும் மலின வெள்ளை
19. மதுப் பிரமியம் என்னும் இனிப்பு வெள்ளை
20. விரணப் பிரமியம் என்னும் புண் வெள்ளை
21. இரத்தப் பிரமியம் என்னும் குருதி வெள்ளை

என்பனவாகும். இனி இவற்றின் குறிகுணங்களைத் தனித்தனியே காணலாம்.

1. **வாதப் பிரமியம்**

- ❖ ஆண்குறியின் அடித்தண்டில் வலிக்கும்.
- ❖ சிறுநீர், பசுவின் சிறுநீரைப் போலிறங்கும்.
- ❖ சிறுநீர் கட்டியாய் சீழ் கலந்து காணும்.
- ❖ விதையில் கனத்து வலியுண்டாகும்.
- ❖ அடிவயிறு, பக்கங்களில் பாரமாகத் தோன்றி, வலியும் உண்டாகும்.
- ❖ வயிற்றில் இசிவுடன் கூடிய வலி காணும்.
- ❖ உடல் வற்றிக் காணும்.

2. **பித்தப் பிரமியம்**

- ❖ உடல் மிகவும் வற்றித் தியக்கம் (சோர்வு) உண்டாகும்.
- ❖ மூட்டுகளிலும் கை, கால்களிலும் வலி உண்டாகும்.
- ❖ உடல் கறுத்து எரிச்சலுடன் காணும்.
- ❖ குதம், குய்யங்களில் கடுப்பு காணும்.
- ❖ சிறுநீர் இழியும்போது, நீர்ப்புழை கடுத்துத் தாங்க முடியாத எரிச்சலை உண்டாக்கிச் சீழ் கலந்தும், மஞ்சளித்தும் நீர் வெளியாகும்.
- ❖ கை, கால் மிகுதியும் ஓய்ச்சலாய் காணும்
- ❖ ஆண்குறி வீங்கி நோகும்.

3. **கபப் பிரமியம்**

- ❖ ஆண்குறியில் வலியுடன் கடுப்பு கணும்.
- ❖ சிறுநீர் இறங்கும்பொழுது வெண்மையும் சீழும் கலந்திருக்கும்.
- ❖ மேனி வெளுத்துக் காணும்.
- ❖ கண்களைச் சோதித்துப் பார்க்க இரத்தமின்றி வெளுத்திருப்பதைக் காணலாம்.
- ❖ நீர்ச் சுருக்கு உண்டாகும்
- ❖ அடிக்கடி ஏற்படும் நீர்ச் சுருக்குடன் நீர்ப்புழையில் எரிச்சல் ஏற்பட்டு, சிறிது சிறிதாக நீர் வெளியாகும்.
- ❖ உடலில் அனல் மிகுந்து காணும்.

4. வாதப் பித்தப் பிரமியம்

- ❖ உடல் முழுதும் வலி காணும்.
- ❖ ஆண்குறியின் அடிப்புறத்தில் சலாகையை (ஊசி) வைத்ததுபோல் அடிக்கடி வருத்தம் உண்டுபண்ணும்
- ❖ சிறுநீரில் மாக்கரைத்தது போல் கரைந்து விழும்.
- ❖ வயிற்றில் கட்டி தோன்றி, மலமானது வெளியாகாமல் இறுகிக் கொள்ளும்.
- ❖ நீர் விரைந்து வெளியாகாமல் சுருக்கென்ற குத்தலுடன் வெளியாகும்.

5. பித்தக் கபப் பிரமியம்

- ❖ வாய் மிகவும் கசப்பாக இருக்கும்.
- ❖ அடிவயிறு பொருமி, ஊதி இழுத்தது போல் வலிக்கும்.
- ❖ ஆண்குறியில் சுருக்கு மிகுதியுமுண்டாகும்.
- ❖ மஞ்சள் நிறத்தோடு கூடிய சீழுடன் நீர் இறங்கும்.
- ❖ கீல்கள் தோறும் வலி காணும்.
- ❖ பகலில் அதிகமான தூக்கம் உண்டாகும்.
- ❖ பசியின்மை காணப்படும்.
- ❖ உடல் முழுதும் ஊதிக் காணும்.

6. தொந்தப் பிரமியம்

- ❖ உடம்பில் தினவு உண்டாகி, உடல் முழுதும் புழுக்கள் ஊர்வதுபோன்ற உணர்வு உண்டாகும்.
- ❖ அடிவயிற்றில் சுரப்புண்டாகி, அடிக்கடி நீர் கடுத்து இறங்கும். அத்துடன் வெள்ளை காணும் .
- ❖ சிறுநீரைத் தெளிய வைக்கின் அடியில் தூசு படிந்ததுபோல் காணப்படும்.

7. கட்டிப் பிரமியம்

- ❖ உடலில் வெள்ளை நோய் நாட்பட்டு நிலைத்திருப்பின் அது ஊறி கட்டிகளை உண்டாக்கி, உடலை வற்றச்செய்து வன்மையைக் குறைக்கும்.

- ❖ ஆண்குறியிலும் நீர்ப்புழையிலும் தினவையும் எரிச்சலையும் உண்டாக்கும்.
- ❖ ஆண்குறியில் பருக்கள் போல் தோன்றிப் பின் கட்டியாக மாறி சீழ் வடியும்.
- ❖ ஆண்குறியின் கீழ்ப் பகுதியில் கட்டி தோன்றி உடைந்து, நீர்ப்புழையுடன் சேர்த்துத் துளை உண்டாக்கி, அத்துளை வழியாக விதையின் மேல் நீர் கசியும்.

8. *சலப் பிரமியம்*

- ❖ ஆண்குறியில் வலியும், நீர்ப்புழையின்று வெள்ளையாக நீர் கசிதலும் காணும்.
- ❖ அடிவயிற்றில் பிடுங்கலுடன் வலி காணும்.
- ❖ மலத்தில் சீதம் கலந்து போகும்.
- ❖ அரையாப்புக் கட்டி தொடையிடுக்குகளில் உண்டாகும்.
- ❖ உடம்பு முழுதும் வலி உண்டாகும்.

9. *நாறு தந்திப் பிரமியம்*

- ❖ அடிவயிறு புண்போல் நொந்து காணும்.
- ❖ ஆண்குறியின் அடித்தண்டு விறுவிறுத்துப் பூரிக்கும்.
- ❖ நீர் இறங்குவதற்கு முன்னதாக ஆண்குறியின் துளைப் பகுதியிலிருந்து கம்பி போல் ஒரே தொடர்ச்சியாக வெள்ளை தொங்கி வீழும்.
- ❖ எப்பொழுதும் வெள்ளை கசிந்து கொண்டேயிருந்து, துணியில் நனைந்து காணும்.
- ❖ கை, கால் எரிச்சல் காணும்.

10. *சீதப்பிரமியம்*

- ❖ சீழ்போல் வெள்ளை விழும்.
- ❖ அரையாப்புக் கட்டி, பவுத்திரம் முதலியன தோன்றும்.
- ❖ நாபிப் பகுதி எல்லாம் புண்ணாகும்.
- ❖ கணுக்கால் மூட்டில் தாங்க முடியாத வலி உண்டாகும்.
- ❖ அடிக்கடி சிறுநீர் கடுத்து இறங்கும்.

- சுரம் தோன்றி அதிகரித்துக் குளிரும் உண்டாகும்.
- மிகுந்த துன்பம் உண்டாகி மயக்கமும் உண்டாகும்.
- உடல் முழுதும் நொந்து காணும்.

11. ஒழுக்குப் பிரமியம்

- இந்நோயில் சீழும், குருதியும் கலந்த நீர் போல் வெள்ளை எந்நேரமும் ஒழுகிக் கொண்டே இருக்கும்.
- உடல் முழுமையும் சிறுபருக்கள் போல் கட்டி உண்டாகி, முளைகள் தோன்றி உடைந்து புண்ணாகிக் காணும்.
- உடல் முழுதும் குடைந்து நோகும்.
- வயிற்றில் தீப்போல அனலை உண்டு பண்ணி, மிகுதியாய்ப் புசிக்கச் செய்து, படுக்கையில் கிடக்கச் செய்யும்.

12. அரித்திராப் பிரமியம்

- மஞ்சள் நிறத்தில் வெள்ளை இழியும்.
- நீர்ப்புழையில் நெருப்பு போன்ற எரிச்சலுடன் கடுத்து நீர் இறங்கும்.
- முகம் மஞ்சள் நிறம் அடையும்.
- நாக் கைத்துக் காணும்.
- உடல் திடுக்கிடும்.

13. கிரிச்சரப் பிரமியம்

- மஞ்சள் நிறமாக நீர் இறங்கும்.
- நீர்ப்புழை மிகக் கடுத்து நீர் இறங்கும்.
- அடிக்கடி சிறுநீர் வராமல் கட்டிக் கொள்ளும்.
- உறக்கமில்லாமல் துன்புறுத்தும்.
- உணவு உண்ண விருப்பமிராது.
- மனம் மிகவும் சஞ்சலப்பட்டுக் காணும்.
- உடல் முழுதும் உளைச்சல் காணும்.

14. கரப்பான் பிரமியம்

- வயிறு உளைந்து நொந்து சீதத்துடன் கழிச்சல் காணும்.
- சிறுநீர் மிகுந்த சூட்டுடன் இழியும்.
- உடல் முழுதும் வெப்பத்துடன் சொறி உண்டாகி, கரப்பான் நோய் போல் காணும்.
- ஆண்குறி புண்போல் நொந்து குத்திச் சிறுநீர் இறங்குகையில் பொடிப்பொடியான சிறுகற்கள் சுண்ணப்பொடி போல் நீரில் கலந்து வெளியாகும்.
- மலமும் நீரும் கட்டுப்படும்.
- கை கால் ஓய்ந்து காணும்.

15. கல் பிரமியம்

- ஆண்குறியின் நீர்ப்புழையினின்றும் கள்ளைப் போல் வெள்ளை கசியும்.
- உடம்பில் கற்றாழை நாற்றம் வீசும்.
- சாந்து அரைக்கப் பயன்படுத்தும் கறுநிறக் கல்போல் கறுநிறத்தில் கல் சிறுநீரில் வெளியாகும்.
- அவை வெளியாகும்போது நீர்ப்புழையில் சிக்குமாயின் அதனால் வயிறு விம்மும்.
- உந்தி முதல் விரை வரை விறுவிறுத்து உப்புசமாகி நோகும்.
- பசி இல்லாதிருக்கும்.
- உடல் பளிங்கு நிறமாகிப் பாரமாகும்.

16. தந்து பிரமியம்

- இந்நோயில் சிறுநீர் இறங்கும்போது சிலந்தியின் நூல்போல் மெலிதாக வெள்ளை கலந்து விழும்; இரத்தமும் கலந்து காணும்.
- ஆண்குறி விம்மும்போது வலியுடன் காணும்.
- சிறுநீரைத் தெளிய வைத்துப் பார்க்கும்பொழுது அடியில் சீழ் தங்கியிருக்கும்.
- விலாப்பக்கங்களில் நோகும்.
- சிறுநீர்த் துளித்துளியாய் விழும்.

17. நீச்சுப் பிரமியம்

- சிறுநீர் இறுகிக் கள்ளைப் போல் இறங்கும்.
- அது வெளுத்துச் சீழுடன் காணும்.
- ஆண்குறி உச்சமாகும் சமயம் அடித்தண்டு வீங்கி இறுக்கிப் பிடித்தாற்போலும் விறுவிறுப்போடும் மிகுதியாய் வலிக்கும்.
- நரம்புகள் சுருங்கித் தோன்றும்.
- அடிவயிற்றில் குத்தல் உண்டாகும்.

18. வலிப் பிரமியம்

- ஆண்குறியின் அடி நரம்பு, குதம், குய்யம் ஆகியவற்றில் அடிக்கடி குத்தலுடன் வலி உண்டாகும்.
- உடல் முழுதும் கனன்று காணும்.
- மயக்கம் உண்டாகும்.
- நாக் கைத்துக் காணும்.
- புறங்கால் பக்கம் திமிர் உண்டாகும்.
- குறி வீங்கி நீர் இறங்கும்போது, அதில் இற்றுப்போன சதைத் துணுக்குகளும் வெள்ளையும் சேர்ந்து இழியும்.
- சிறுநீரைத் தெளிய வைத்துப் பார்க்க அடியில் தூசு படிந்தாற்போலக் காணும்.

19. மதுப் பிரமியம்

- இந்நோயில் குறி மிகவும் நொந்து, நீர் வண்டலாய் தேன் போல் இறங்கும்.
- சிறுநீரில் எறும்பு மொய்க்கும்.
- சிறுநீரில் இறைச்சி கழுவிய நீர் போல் சற்றுச் சிவந்து, கொழுப்பும் சதையும் கலந்தது போல் காணும். இது உள்ளுக்குள்ளே விரணமாகி இருப்பதை உணர்த்தும்.
- உடல் முழுதும் நாற்றம் உண்டாகும்.
- நா வறண்டு சுவை அறியாது, நாக்கு உணர்ச்சியற்றதுபோல் காணப்படும்.
- மயக்கம் உண்டாக்கும்.

20. விரணப் பிரமியம்

- உடல் முழுதும் புண் உண்டாகி மிகவும் துன்பத்தைக் கொடுக்கும்.
- மயக்கம் உண்டாகும்.
- ஆண்குறி பருத்து வீங்கி, சீழும் இரத்தமும் கலந்து சிறுநீர் இறங்கும்.
- முட்டுகள் தோறும் கரடு கட்டியது போல் வீங்கி நொந்து, நீட்டவும் . மடக்கவும் முடியாமல் இருக்கும்.
- உடல் வெதும்பி விறுவிறுத்துக் காணும்.

21. இரத்தப் பிரமியம்

- உடல் தியக்கத்துடன் கிறுகிறுப்பும் காணும்.
- உடல் முழுதும் பஞ்சு போன்று தளர்வுற்றுக் காணும்.
- மிக்க வலியுடனும், கடுப்புடனும் சிறுநீர் இறங்கும்.
- முயல் இரத்தம் போல் சிறுநீரில் கலந்து இரத்தம் இழியும்.
- முகம் மிகவும் கலங்கிக் காணும்.
- சிறுநீர் மிகச் சுருங்கி சிவப்பாய் இறங்கும்.
- அடிக்கடி சிறுநீர் கழியும்.
- பிசாசு போல் மனம் அலையும்.

நோயின் பொதுக்குறிகுணங்கள்

- குறியின் நுனி சிவந்து, நமைத்து, கடுத்து வீங்கி, சிறுநீர் இறங்குகையில் நூல்போல வெளுத்த சீழ் நீருக்கு முன் இழியும்.
- சீழ் சில நாட்களில் கடினப்பட்டுத் தாங்க முடியாத எரிச்சலை உண்டாக்கும்.
- நாள் செல்லச் செல்ல சீழ் கடினப்படுவதுடன் அதிக அளவிலும் மஞ்சள் நிறத்துடனும் இழியும்.
- மேலும் இச்சமயங்களில் இடுப்பு, முதுகு, தொடை, முதலியன நோகும்.
- உடல் முழுதும் வலி காண்பதுடன் மூட்டுகள் தோறும் வலி உண்டாகும்.
- சில வேளைகளில் சுரமும் உண்டாகும்.
- வெப்ப மிகுதியால் மலம் வெளிப்படுவதிலும் தடை உண்டாகும்.
- பசியும் இராது.

- ❖ நாளாக நாளாக நீர்ப்புழை நெருப்புப் போல் எரிந்து, புண்பட்டுக் குருதி மிகுதியாய் இழியும்.
- ❖ அப்பொழுது நீர் இறங்க முடியாமல் உயிர் போவது போன்று வலிக்கும்.
- ❖ இந்நிலையிலும் தக்க மருத்துவம் செய்யாவிடின் நோய் உடலில் ஊறி சீழ்வறண்டு, நீர்ப்புழை பெரிதும் புண்பட்டு, நீர் அடிக்கடி தாங்க முடியாதவாறு இறங்கும். அல்லது நீரைக் கழிப்பதற்காக உட்காரினும் எளிதில் நீர் இறங்காமல் அடைத்தல், குத்தல் போலும் வலித்தல், பளுவாக இருத்தல் போன்ற உணர்ச்சியும், விரையில் வீக்கமும், தாங்க முடியாத வலியும் உண்டாகும்.
- ❖ போகப்போக சதையடைப்பை உண்டாக்கி நீர் கட்டும்.
- ❖ இது நிலைத்துவிடின் சீழ் மிகுந்து சதையை அழுகச் செய்து, நீர்ப்புழையைத் துளைத்து, தண்டின் அடியிலேனும் முனையிலேனும் பகந்திரம் போலுண்டாய், அவ்வழியே நீர் இறங்கும்.
- ❖ நாட்கள் செல்லச் செல்லக் குறியின் முனையை அடைத்து நீரும் விந்துவும் பகந்திரத் துளை வழியிலேயே இழியும்.
- ❖ இந்நோயின் காரணமாக உடல் முழுதும் கட்டி தோன்றி உடைந்து கிரந்தி என்னும் மேகப்புண்களை ஏற்படுத்தும். இவை எளிதில் ஆறாத புண்களாக மேலும் மேலும் கிளைக்கும்.
- ❖ அரையில் கட்டிகள் தோன்றி அரையாப்பு எனப்படும் கட்டிகளை ஏற்படுத்தி, தாங்கொணாத் துன்பத்தை ஏற்படுத்தும்.
- ❖ இந்நோயின் தன்மையால் கால், கைகளில் உள்ள பெரிய மூட்டுகள் நீர்க்கோர்த்து வீங்கிச் சிவந்து மிக்க வலியை உண்டு பண்ணும். நரித்தலை போன்று இவ்வீக்கம் காணப்படுமாதலால் இதனை நரித்தலை வாதம் என்பர்.
- ❖ உரிய நேரத்தில் குணப்படுத்தவில்லையெனில் இந்நோய் தமரகத்தைப் பாதிக்கச் செய்து, தமரகவாயு என்னும் நோயை ஏற்படுத்தி, உயிரைப் போக்கும்.
- ❖ மூளையையும் இந்நோய் பாதித்து அதன் காரணமாக பக்கவாதம், நடுக்குவாதம் போன்ற நோய்களை ஏற்படுத்தும்.
- ❖ கண் நரம்புகளைப் பாதித்துப் பார்வைக் குறைவை ஏற்படுத்தும்.

- பெண்களிலும் ஆண்களிலும் இந்நோய் மலட்டுத் தன்மையை ஏற்படுத்தும்.
- இந்நோயுள்ளவர் கருத்தரிப்பின் அது குழந்தையையும் பல்வேறு விதங்களில் பாதித்துப் பிறவிக் கோளாறுகள் ஏற்படும்.

மருத்துவம் செய்யும் முறை

இந்நோயில் தன்னிலையில் மாறுபாடு அடைந்த வளித்தாதுவையும் கீழ் நோக்குக் காலையும் தன்னிலை அடையச் செய்வதற்குத் தேவையான கழிச்சல் மருந்துகளை வழங்க வேண்டும்.

வளித்தாதுவுடன் அழல் தாதுவும் இந்நோயில் கேடடைந்து உடலில் மிகுதியான சூட்டுடன் எரிச்சலும் வலியும் காணப்படுவதால் அதைத் தணிப்பதற்குக் குளிர்ச்சியை உண்டுபண்ணும் மூலிகை மற்றும் தாதுப்பொருட்களாலான மருந்துகளையும் உணவுகளையும் வழங்குவது அவசியம்.

அத்துடன் மேக நோய்க்கு நேர் மருந்துகள் எனக் கூறப்படும் இரசம், கந்தகம் ஆகியவற்றால் செய்யப்பட்ட மருந்துகளையும், சேராங்கொட்டை, பறங்கிப் பட்டை முதலிய மூலிகைப் பொருட்களாலான மருந்துகளையும் வழங்கி நோயை நீக்க வேண்டும். நோயின் வன்மைக்குத் தக்கவாறு மருந்தின் வன்மையை உயர்த்தி வழங்குதல் வேண்டும்.

நோயின் தீவிரத் தன்மை குறைந்து குணமடையும் தருவாயில் உடல் தாதுக்களை வன்மைப்படுத்தும் தங்கம், வெள்ளி, முத்து, பவழம் ஆகியவற்றால் செய்யப்பட்ட மருந்துகளையும், வெண்பூசணி இலேகியம் போன்ற குளிர்ச்சி பொருந்திய வன்மையைக் கொடுக்கும் இலேகியங்களையும், நெய் வகைகளையும் வழங்குதல் வேண்டும்.

இத்துடன் இந் நோயில் கிளை நோய்களாக உண்டாகும் கிரந்தி, அரையாப்பு போன்றவற்றிற்குத் தக்க வெளிப்பிரயோக மருத்துவமும் செய்ய வேண்டும்.

இந்நோயின் காரணமாக கீல்கள் பாதிக்கப்பட்டு மேகச்சூலை போன்ற நோய்கள் ஏற்பட்டிருப்பின் மேக நோய் மருத்துவத்துடன் மூட்டுவாத நோய்க்கான மருத்துவமும் செய்ய வேண்டும்.

தமரகவாயு ஏற்பட்டிருப்பின் தமரகத்தை வன்மைப்படுத்தும் பல மருந்துகளையும் இத்துடன் சேர்த்து வழங்கவேண்டும்.

இந்நோய் உடலில் ஊறி இருக்கும் நிலையில் மூளையையும் நரம்புகளையும் பாதிப்படையச் செய்யும் என்பதால் மேகநோயை முற்றிலும் நீக்கம்

செய்யும் அளவுக்கு மருத்துவம் செய்வதோடு மற்ற உடல் தாதுக்களின் வன்மைக் குறைவையும் நீக்குவதற்கு வேண்டிய மருத்துவத்தையும் இணைந்து செய்தால் பிற உறுப்புகளைப் பாதிக்கும் நோய்கள் ஏற்படாமல் தடுக்கலாம்.

இந்நோயில் கேடடைந்த வளித்தாதுவைத் தன்னிலைப் படுத்த வழங்கப்படும் கழிச்சல் மருந்துகளைப் பற்றி இனிக் காண்போம்:

குடிநீர்

கண்டங்கத்தரிவேர், பறங்கிச்சக்கை, வெள்ளறுகு, நெருஞ்சில், சுரைக்கொடி, பூவரசம்பட்டை, ஏலம், புங்கம் வேர்ப்பட்டை-இவற்றை வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து ஒருபடி நீர்விட்டு எட்டில் ஒன்றாகக் காய்ச்சிக் குடிநீராக்கியதில் காலை மாலை இருவேளைகளிலும் கொள்ள கழிச்சலையும் நீரையும் பெருக்கி வளித்தாதுவைத் தன்னிலைஅடையச் செய்யும்.

பேய்க் கரும்பு, வெட்டிவேர், விலாமிச்சம் வேர், தேற்றான் கொட்டை, நெருஞ்சில், பூவரசம்பட்டை, வல்லாரைக் கீரை, சிவதை வேர், வால் மிளகு, குரோசாணி ஓமம், சோம்பு, சதகுப்பை-இவை வகைக்கு 1 பலமாய்க் கொண்டு, முறைப்படி குடிநீர் செய்து அதைக் காலை மாலைகளில் கொள்ளலாம்.

எண்ணெய்

மேகநாதத்தைலம், இரசத்தைலம், தண்ணீர் விட்டான் நெய், இவைகளில் ஏதேனும் ஒன்றை அளவறிந்து வழங்கலாம்.

I

நோய்க்கான மருந்துகள் பற்றிய விபரம் பல்வேறு நூல்களில் கூறப்பட்டுள்ளன. அவற்றைக் காண்போம். முதலில் "சித்த வைத்தியத் திரட்டு" என்னும் நூலில் கூறப்படும் மருத்துவ முறைகள் வருமாறு:

மாத்திரை

1. கோடாசூரி மாத்திரை: சிறு பயறளவு உள்ள மாத்திரைகளை நாளொன்றுக்கு 2 வேளையாக அறுகன் வேர்க் குடிநீரில் கொடுக்க வெள்ளை, வெட்டை ஆகியன நீங்கும். குமட்டிக்காய்ச் சாற்றில் கொடுக்கக் கிரந்தி நீங்கும். திரிகடுகுச் சாற்றில் கொடுக்கக் கிரந்திசூலை நீங்கும்.

2. இலவங்காதி மாத்திரை: குன்றியளவு மாத்திரை செய்து உடல் நிலைக்குத் தக்கவாறு அளவு படுத்திக் கொடுக்க, பேதியை உண்டாக்கி நோய் வன்மையைக் குறைக்கும்.

3. மேகநாதக் குளிகை: வெள்ளை, வெட்டை நோய்களில் மலம் கழிவதற்கு இம்மாத்திரையை வழங்கலாம். குன்றியளவு மாத்திரை செய்து ஒன்று அல்லது இரண்டு மாத்திரையை ஒரு நேரம் மட்டும் வழங்கி, பேதியாகும்படி செய்யலாம். இதனால் கேடடைந்த தாது தன்னிலை அடைய வாய்ப்பு ஏற்படும்.

பற்பம்

1. அயப் பற்பம்: ஒரு பலம் அயத்தைக் கல்வத்திலிட்டு நாளொன்றுக்கு 6 பங்கு குறுக்கத்திப்பூச்சாறு விட்டு 3 நாட்கள் அரைத்து, 4-ஆம் நாள் வில்லை செய்து உலர்த்தி, 5-ஆம் நாள் போதுமான புளியிலையை அரைத்து இரண்டு பாகமாக்கி ஒரு பாகத்தை மூசை செய்து அதில் வில்லையை வைத்து மற்றொரு பாகத்தால் வில்லையை மூடிச் சீலைசெய்து 6- நாள் உலர்த்தி, 7-ஆம் நாள் 108 வறட்டியில் புடம்போட்டு 1 நாள் ஆறவிட்டு மறுநாள் பிரித்து எடுத்தால் வெண்மையான பற்பமாகும்.

தேனும், சர்க்கரையும் இதற்கு ஏற்ற அனுபானமாகும். 2 குன்றியளவில் வழங்க மேக நோய்கள், மேகப்புண்கள், கிரந்தி, விப்புருதி ஆகியன தீரும்.

2. வெள்வங்கப் பற்பம்: வெற்பேந்தி எண்ணெயால் முடிக்கப்பட்ட வெள்வங்கப் பற்பம் மேகவெட்டை நோய்களுக்கு வேளைக்கு ஒரு குன்றியளவாக சர்க்கரை, நெய், குளிர்ந்தநீர், சீரகம், பசும்பால், மஞ்சள் ஆகிய இவற்றில் ஏதேனுமொன்றில் அனுபானித்து ஒரு மாதம் வரை வழங்கலாம். புளி, கடுகு, அகத்திக் கீரை, பெண்போகம், ஆகாது.

3. கறுவங்கப் பற்பம்: தினையளவு தேன், நெய், பால், இளநீர், நீர், மோர் ஆகியவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றில் அனுபானித்து வழங்க மேகம் என்னும் வெள்ளைநோய் நீங்கும், மருந்து உண்ணும் சமயம் தினை, வரகு, அபினி, கொள்ளு, புளி, அகத்திக்கீரை, கலியாணப் பூசணிக்காய், பெண்போகம் முதலியன ஆகாது.

***4. தாம்பிரப் பற்பம்*: நீங்காத மேக நோய்க்கு இளநீரில் தாம்பிரப் பற்பத்தைக் கடுகு அளவில் 2 வேளை கொடுத்து வர நோய் நீங்கும். புளி, மீன், அகத்திக்கீரை, கடுகு, கொள்ளு, எள் இவற்றைச் சேர்க்காமல் பத்தியமாக இருப்பது நலம்.**

5. சிலாசத்துப் பற்பம்: வெண்ணெயில் நோயின் அளவு அறிந்து கொடுக்க உடல் எரிவு, பித்த வெட்டை, நீர்க்கடுப்பு ஆகியன நீங்கும்.

6. சண்டரசப் பற்பம்: கால் முதல் அரை அரிசியளவு தக்க அனுபானத்தில் கொடுக்க மேகம், மேகவிரணம் ஆகியன நீங்கும்.

7. குங்கிலியப் பற்பம்: ஒன்று முதல் நான்கு குன்றிமணியளவு நோய் பலம் நோயாளி பலம் அனுசரித்து, சீதவீரிய மூலிகை ஏதேனும் ஒன்றில் அனுபானித்துக் கொடுக்க நீர் எரிச்சல், நீர்க்கட்டு, வெள்ளை, வெட்டை, பிரமியம் ஆகியன நீங்கும்.

8. கந்தகப் பற்பம்: 1 முதல் 2 குன்றியளவில் உண்ண மேகம், குட்டம், சொறிசிரங்கு முதலியன நீங்கும்.

செந்தூரங்கள்

1. ஆறுமுகச் செந்தூரம்: 1/2 முதல் 1 குன்றியளவில் திரிகடுகுத் தூளுடன் தேனும் கலந்து கொடுக்க அரையாப்பு, கிரந்தி, வெள்ளை நோய்கள் நீங்கும்.

2. இலிங்கச் செந்தூரம்: அரிசியளவு தேன் கலந்து கொடுக்க மேக நோய்களும், வளி தொடர்பான நோய்களும், எல்லாச் சுரங்களும் நீங்கும்.

3. இரசச் செந்தூரம்: 1/2 முதல் 1 குன்றிமணியளவு 2 வேளை 10 நாட்கள் கொடுக்க மேகநோய் முதல் வேறுபல நோய்களும் தீரும். புளி, புகையிலை நீக்க வேண்டும்.

4. கௌரி சிந்தாமணி செந்தூரம்: 1 குன்றிமணி அளவு எடுத்துத் திரிகடுகு சூரணம் வெருகடியளவு கலந்து தேனில் கொடுக்க அரையாப்பு, தொடை வாழை முதலிய மேகம் தொடர்பான நோய்களும் மேலும் பல வகை நோய்களும் தீரும். ஆவாரைத் தைலத்தில் கொடுக்க மேக நோய்கள் 21-ம் தீரும்.

5. நாகச் செந்தூரம்: குன்றிமணி அளவில் திரிகடுகுச் சூரணத்தில் கொடுக்க, வெள்ளை, மேகத்தடிப்பு, விந்து நட்டம், கைகாலெரிவு, மூலம், பெருவயிறு முதலியன நீங்கும்.

6. பூரண சந்திரோதயம்: 1/2 முதல் 1 குன்றிமணியளவு கற்பூராதி சூரணத்தில் கலந்து வெற்றிலைச் சாற்றில் கொள்ள வெட்டை, மேகம்,சயம் போன்ற பல்வகை நோய்கள் தீரும். உடல் இரத்தப் பெருக்கால் செம்மை நிறமடையும். கண்கள் சிவக்கும். ஆயுள் பெருகும். விந்து கட்டும். வீரிய வளர்ச்சி உண்டாகும்.

பதங்கம்

பறங்கிப் பட்டைப் பதங்கம்: 1 முதல் 2 குன்றியளவு பனைவெல்லத்தில் அனுபானித்து வழங்க எல்லா வகை மேகநோய்களும் தீரும். 1 மண்டலம் வழங்கலாம்.

குழம்பும் மெழுகும்

1. அகத்தியர் குழம்பு: குன்றிமணியளவில் கற்கண்டில் கொடுக்கப் பிரமிய நோய்கள் நீங்கும். மிக்க பேதியை உண்டு பண்ணுமாகையால் அளவை அனுசரித்து வழங்க வேண்டும். ஓரிரு நாள் மட்டும் கொடுத்து நிறுத்திவிடலாம்.

2. இரச மெழுகு: மிளகளவு பனைவெல்லத்தில் காலை மாலை 2 வேளை ஏழு நாட்கள் மட்டும் வழங்க வெள்ளை, அழிகிரந்தி, குழிகிரந்தி, அரையாப்பு முதலான மேகம் தொடர்பான நோய்களும் கை, கால் முடக்கு முதலான வளி நோய்களும் தீரும். உப்பில்லாப் பத்தியம். பால்சாதம் உண்ணலாம்.

3. இரசக்கந்தி மெழுகு: சுண்டைக் காய்ப் பிரமாணம் பனை வெல்லத்தில் பொதிந்து உண்ணலாம். மோரும் சோறும் உண்டு அதன் பின் இம்மருந்தை உண்ணலாம். 1 மண்டலம் உண்ணலாம். எல்லா வகை வெள்ளை, வெட்டை நோய்களும் அரையாப்பு, கிரந்தி, புற்று, பிளவை, முதலிய மேகம் தொடர்பான நோய்களும், வளி நோய்கள் பலவும் தீரும். பத்தியமில்லை.

4. இடிவல்லாதி: சுண்டையளவு காலை மாலை 2 வேளையாக 1 மண்டலம் பனைவெல்லத்தில் பொதிந்து உட்கொள்ள மேகம், அரையாப்பு, கிரந்தி, இரணமேகம் ஆகியவை தீரும். இச்சாபத்தியம் தேவை. வறுத்த உப்பு சேர்க்கலாம். தயிர் மோர் அதிகம் சேர்க்கலாம். ஐந்து நாட்களுக்கு ஒரு முறை மருந்தை நிறுத்தி மறுபத்தியம் வைத்து, விளக்கெண்ணெயில் மூழ்கியபிறகு மறுமுறை மருந்தை ஆரம்பிக்கலாம்.

5. நந்தி மை: தேற்றான் விதை அளவில் பனைவெல்லத்தில் பொதிந்து 1/4, 1/2, 3/4, 1 மண்டலம் எனத் தேவையான நாள் அளவு உண்ணலாம். பத்தியம் தேவை. மேகநோய்கள் அனைத்திலும் இதனை வழங்கலாம். இம்மருந்தை உண்டபிறகு குமரித்தைலம், சந்தனாதித் தைலம், ஆமலகத்தைலம், சண்பகத் தைலம் ஆகிய தைலங்களில் தலை மூழ்கலாம்.

6. நவ உப்பு மெழுகு: மிளகு அளவு கருப்புக் கட்டியில் காலையில் மாத்திரம் 1 முதல் 3 நாள் உடல் வன்மைக்குத் தக்கவாறு வழங்க மலம் கழியும் கிரந்தி, மேகம் முதலியன நீங்கும். வெந்நீரும் சோறும் மட்டும் சேர்க்கலாம்.

மறுபத்தியத்தில் வறுத்த உப்பு, பசும்பால், நீர்மோர், சிறுகீரை, பிஞ்சு முருங்கை, கத்தரி, அவரை, பாசிப்பயறு, துவரை, பிஞ்சுக் கோழி, காடை முதலியன சேர்க்கலாம்.

7. மகாவீர மெழுகு: 1 முதல் 2 பயறளவு, பனை வெல்லத்தில் வழங்க மேக நோய்கள், வளி நோய்கள் யாவும் தீரும்.

8. கௌசிகர் குழம்பு: குன்றிமணி அளவு நாக்கில் தேய்த்து வெந்நீர் குடிக்க வெள்ளை, அக்கரம், தோடம் முதலியன நீங்கும். அரையாப்பு முதலிய நோய்களில் இக் குழம்பைச் சீலையில் தடவி, சுருட்டித் திரியாகத் திரித்து வேப்பெண்ணெயில் தோய்த்துக் கொளுத்தி உண்டாகும் புகையை நாசியில் ஏற்றத் தீரும்.

சூரணம்

1. அமுக்கராச் சூரணம்: வெருகடியளவு காலை மாலை இருவேளை 1 மண்டலம் பாலில் கலந்து சாப்பிட்டு வர வெட்டை, பிரமியம் போன்ற நோய்களோடு மேலும் பலவித நோய்களும் தீரும். உடல் பருக்கும்.

2. பஞ்ச தீபாக்கினி சூரணம்: மூவிரலளவு சூரணத்தைத் தேன் அல்லது நெய்யில் கொள்ள வெட்டை, மூலவாய்வு, செரியாமை, போன்றன தீரும்.

3. பறங்கிப்பட்டைச் சூரணம்: வெருகடியளவு பாலில் கலந்து உண்ண, மேகம் முதலியன தீரும்.

4. புங்கம்பூ சூரணம். வெருகடியளவு நாள் ஒன்றுக்கு 1 வேளையாக ஒரு மண்டலம் கொள்ள மேகவகையாவும் தீரும். புளி, புகை, வாயுப்பண்டம் நீக்கவும்.

5. தாளிசாதி சூரணம்: வெருகடியளவு தேனில் 2 வேளை கொள்ள அனைத்து நோய்களுடன் வெள்ளை நோயும் தீரும்.

இரசாயனம்

கந்தக இரசாயனம்: 10 முதல் 15 குன்றியளவில் சர்க்கரை, தேன், நெய் இவற்றில் அல்லது பனைவெல்லத்தில் அனுபானித்து வழங்க மேக நோய்கள் தீரும்.

இலேகியம்

வெண்பூசணி இலேகியம்: புன்னைக் காயளவு உட்கொள்ள, வெள்ளை நோய்கள் தீரும். உடல் வலுக்கும், விந்து ஊறும், சூட்டினால் உண்டான நீர்ச் சுருக்கு தீரும்.

பத்தியம் : புளி, புகை நீக்கவும்.

நெய்

1. தூதுவளை நெய்: ஒரு பொட்டுக் கரண்டி வீதம் காலையில் மாத்திரம் 1 மண்டலம் கொள்ள மேகம், உட்டிணம், ஈளை, இருமல், காசம், சயம், இரைப்பு ஆகியன தீரும்.

2. புளியாரை நெய்: பொட்டுக் கரண்டி அளவு 2 வேளை உட்கொள்ள மேகம், காசம், மாந்தம், ஈளை, இரைப்பு, வாந்தி, இருமல் இவை தீரும்.

3. வெண்பூசணி நெய்: பொட்டுக் கரண்டி வீதம் 2 வேளை உட்கொள்ள வெள்ளை, வெட்டை, ஆண், பெண் குறி எரிவு, முதலியன தீரும்.

4. குங்கிலிய வெண்ணெய்: புன்னைக் காயளவு 2 வேளை கொடுக்க மேகவெள்ளை, நீர்க்கடுப்பு, கைகால் காந்தல் முதலியன தீரும்.

மணப்பாகு

நன்னாரி மணப்பாகு: 1/2 பலம் மணப்பாகுடன் 1 பலம் தண்ணீர் கலந்து சாப்பிட்டு வர, மேகக் காங்கை, பிரமியம், நீர்ச்சுருக்கு, கட்டு, கடுப்பு, காந்தல் முதலியன நீங்கும்.

தைலம்

1. இரசத்தைலம்: கால் பலம் வீதம் காலையில் மாத்திரம் 3 நாள் கொடுத்து உப்பில்லாப் பத்தியம் வைக்க வெள்ளை, வெட்டை, நுணாக் காய் கிரந்தி, விரணம், மேகக் கசிவு, கண்டமாலை ஆகியன தீரும்.

2. கந்தகச் சுடர்த் தைலம்: 1 முதல் 2 குன்றிமணி அளவு சர்க்கரையில் காலை மாலை 2 வேளை 10 நாட்கள் கொள்ள வெள்ளை, விரணம், கருமேகம் முதலியன நீங்கும் , உப்பு, புளி பத்தியம் தேவை.

3. கருடன் கிழங்குத் தைலம்: 2 முதல் 3 குன்றியளவுடன் சர்க்கரை கலந்து கொடுக்க கிரந்தி, தீரா வெள்ளை, அரையாப்பு, மேகவிரணம், மேகஊறல், கறுமேகம், மலச்சிக்கல் முதலியன நீங்கும்.

4. சித்தாதித் தைலம்: மூன்று முதல் ஐந்து துளி நிசித்தண்ணீரில் அல்லது சோம்புக் குடிநீரில் கொடுக்க பேதியாகும். அதனால் மிகுதியடைந்த தாது தன்னிலை பெற்று நோய் நீங்க ஏதுவாகும். மேக நோய், பறங்கிப்புண் போன்ற நோய்களில் பேதிக்கு வழங்க இம் மருந்து பயன்படும்.

5. மேகநாதத் தைலம்: முட்டைக் கரண்டியளவு இருவேளை கந்தகத்துடன் கொடுக்க அரையாப்பு, இலிங்கப்புற்று, வெள்ளை, வெட்டை முதலியன தீரும்.

உப்பு, மொச்சை, பாசிப்பயறு, துவரை, முளைக்கீரை இவைகளைச் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். 5 நாள் மருந்துண்டு பின்னர் பசுமோர் கூட்டலாம். 15 நாள் சென்ற பின் எண்ணெயிலிட்டு மூழ்கலாம்.

II

"குணபாடம் தாது சீவ வகுப்பு" என்னும் நூலில் கூறப்படும் வெள்ளை நோய் சிகிக்சை முறைகள் வருமாறு :

1. அயமெழுகு

அயப்பொடி 70 கிராம், பொரித்த வெங்காரம் 35 கிராம், நவாச்சாரம் 8.75 கிராம், புளிப்பு மாதுளை இரசம் 700 கிராம்- இவற்றுள் முதல் 3 சரக்குகளையும் கல்வத்திலிட்டுச் சாறு விட்டரைத்து இருபுச்சட்டியிலிட்டு அடுப்பேற்றிச் சிறு தீயால் எரித்து, மேற்படிச் சாற்றில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாய் விட்டுக் கிளறிக்கொண்டே சாறு முழுவதும் முடியும்வரை எரித்து, மெழுகு பதத்தில் இறக்கிக் கொள்ளவும். பதம் வரும் வரை சாற்றை உபயோகிக்க வேண்டும்.

அளவு: 2 முதல் 4 கிராம் வரை.

துணை மருந்து: நெய், தேன், சோம்புக் குடிநீர், சுக்குக் குடிநீர்.

தீரும் நோய்: பித்த வெட்டை, சோபை, காமாலை.

2. காந்தச் செந்தூரம்

ஒரு பலம் சுத்தி செய்த காந்தப் பொடியை 24 நாட்களுக்குள்ளே வாழைக் கிழங்குச் சாறு, விளாமரப் பட்டைச்சாறு, முருங்கைப்பட்டைச் சாறு, எலுமிச்சம்பழச்சாறு - இவைகள் ஒவ்வொன்றாலும் தனித்தனியே அரைத்து வில்லை தட்டிக் கவசித்து உலர்த்திப் புடமிடவும். அப்பொழுது காந்தம் முருக்கம்பூ நிறச் செந்தூரமாகும்.

வெண்ணெயில் ஒன்று முதல் இரண்டு குன்றிமணி எடை அளவு கொடுக்க மேகப் பிணிகள் யாவும் விலகும். புளி, உப்பு நீக்கிப் பத்தியம் கொள்ளின் விரைவில் நோய் குணமாகும்.

3. செம்புச் செந்தூரம்

ஒரு பலம் சுத்தி செய்த செம்புப் பொடியை 32 நாட்களுக்குள்ளே தாமரையிலைச்சாறு, கரந்தையிலைச் சாறு, சண்பகத்தின் சாறு, வேம்பின்சாறு இவை ஒவ்வொன்றாலும் தனித்தனியே அரைத்து, வில்லை தட்டிக் கவசித்து

உலர்த்திப் புடமிடவும். அப்பொழுது செம்பு செம்பசுமை நிறச் செந்தூரம் ஆகும். இதனை 1 முதல் 2 குன்றி மணியளவில் கட்டுக் கொடிச் சாற்றில் வழங்க வெள்ளை என்னும் மேக நோய்கள் தீரும்.

4. நாகப் பற்பம்

சுத்தி செய்த நாகம் அரை பலத்தைக் குகையிலிட்டு உருக்கிக் கண் விட்டு ஆடும்போது சிற்றாமணக்கிலையைக் கசக்கி ஐந்தாறு சொட்டுப் பிழியச் சத்தம் உண்டாகும். மறுபடியும் ஐந்தாறு சொட்டுப் பிழியச் சத்தம் அடங்கும். மேற்படி நாகத்தின் மீது படும்படி துருத்தியால் ஊதி, மறுபடியும் ஐந்தாறு சொட்டுப் பிழிந்து சிற்றாமணக்கின் வேரினால் கிண்ட மல்லிகைப்பூப் போல நீறாகும்.

இதனை வெள்ளை, வெட்டை முதலிய பிணிகளுக்கு வழங்கலாம். தாதுவிருத்தியும் உண்டாகும்.

மேகவெட்டை வெப்பத்தினால் உடலில் உண்டாகும் 6 வகை விரணப் பிணிகளுக்கும் நாகப் பற்பத்தைத் தக்க அனுபானத்தில் வழங்கத் தீரும் அவை:

1. மேகவெட்டைக் கடின வாத விரணம் என்ற நோயில் இம்மருந்தைக் குளிர்ந்த நீரில் வேப்பெண்ணெயை அரைப்பங்கு கூட்டிக் கொடுத்து, மேல் பூச்சுக்கும் மேற்படிக் கலவையையே உபயோகித்து, இலுப்பைப் பிண்ணாக்கு அரைத்துத் தேய்த்து வெந்நீர் விட்டுச் சுத்தி செய்யவும்.

2. மேகவெட்டை வாத லலித விரணத்தில் இதைப் பனங்கள்ளில் தேங்காய் நெய் சேர்த்துக் கொடுத்து, மேல் பூசி, தேய்த்துக் கழுவப் பயற்றையும் வெந்நீரையும் உபயோகிக்கவும்.

3. பித்தக் கடின விரணத்திற்குக் காய்ச்சிய பட்டைச் சாரயமும் ஆமணக்கு நெய்யும் அனுபானமாம். தேய்த்துக் கழுவ சீக்கிரான் இலையை உபயோகித்து, வெந்நீரும் இலுப்பை நெய்யும் பயன்படுத்தலாம். புளியிலை விட்டுக் காய்ச்சிய நீரை உபயோகிக்கவும்.

5. கபக் கடின விரணத்தில் முந்திரிப்பழச் சாறும் காட்டாமணக்கு நெய்யும் அனுபானமாகும். தேய்த்துக் கழுவ சிகைக்காய் பயன்படுத்த வேண்டும்.

6. கபலலித விரணத்தில் தேனும் பிரம்மதண்டி நெய்யும் அனுபானம் ஆகும். தேய்த்துக் கழுவக் கொள்ளிலையைப் பயன்படுத்தலாம்.

5. நாகச் செந்தூரம்

இலுப்பை நெய்யில் சுத்தி செய்த நாகத்தைப் புதுச் சட்டியிலிட்டு உருக்கி சீதேவிச் செங்கழுநீர்ப் பூண்டு இட்டு அயக்கரண்டியால் 4 சாமம் கிண்டினால் நாகம் மாண்டுபோகும். பிறகு சீதேவி செங்கழுநீர்ச் சாறுவிட்டு அரைத்துக் கனமான வில்லை செய்து காயவைத்து ஓட்டிலிட்டு, மேலோடு கொண்டு மூடி வலுவாய்ச் சீலை செய்து கஜபுடமிட்டு எடுத்துத் திரும்பப் பொற்றலைச் சாறுவிட்டு அரைத்து, 3 முறை புடமிட்டெடுக்க நாகம் செந்தூரம் ஆகும். இது மஞ்சள் சிவப்பு நிறமாக இருக்கும்.

பணவெடை அளவு பசுவெண்ணெயில் குழைத்து 2 வேளை வீதம் அரைமண்டலம் கொள்ள, மேகநோய் நீங்கும். கரப்பான் பண்டம் சேர்க்கக் கூடாது.

6. நாகச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

நன்றாகச் சுத்தி செய்த சிறுகண் நாகம் 4 பலம் எடுத்து ஒரு சட்டியிலிட்டு அடுப்பேற்றி அந்த நாகம் நன்றாக உருகும் சமயத்தில் வெடியுப்பு, ஓமம், சீவின சுக்கு , பூசு மஞ்சள் ஆகியவற்றைச் சமமாகப் பொடி செய்து ஒரு படி எடுத்துக் கொண்டு அந்த நாகத்தில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் போட்டுத் தூள் ஆகும் வரை வறுக்க வேண்டும்.

அப்படி வறுக்கப்பட்ட அத்தூளுடன் சிவப்பு நாயுருவிச் சமூலத்தை இடித்து முன்போலவே கொஞ்சம் கொஞ்சமாய் ஒருபடி தூள்போட்டு வறுத்து அத்தூளைப் பிறகு எலுமிச்சம்பழச் சாற்றால் அரைத்து மாதுளம்பூ நிறம் வரும் வரைக்கும் புடமிட்டு வைத்துக் கொள்ளவும். இந்தச் செந்தூரத்தைப் பணவெடைத் திரிகடுகுச் சூரணத்துடன் சேர்த்து, நெய்யிலாவது தேனிலாவது கொடுத்தால் சில நாட்களில் மேக நோய்கள், கை கால் எரிச்சல், வெள்ளை, விந்து நட்டம், மூலம், பெருவயிறு, கவிசை முதலியன நீங்கும்.

7. தங்கப் பற்பம்

ஒரு பலம் சுத்தி செய்த தங்கத்திற்குத் துவரையிலைச்சாறு, ஆத்தியிலைச்சாறு, ஆமணக்கிலைச்சாறு, அகத்தியிலைச்சாறு, வாழைக்கனி இரசம் ஆகிய இவற்றால் 5,4,3,2,1 பலம் ஆகிய அளவு களில் எடுத்துத் தனித்தனியே அரைத்துப் புடமிட்டெடுக்கத் தங்கம் பற்பமாகும். இது நல்ல வெள்ளை நிறத்தில் இருக்காது. சிறிது மஞ்சளாகவே இருக்கும்.

அவரைக்கொட்டையில் 6 இல் 1 கூறு அளவில், வெந்நீர் அனுபானத்தில் உட்கொள்ள மேகப் பிணிகள் விலகும். மருந்து அருந்தும் காலத்தில் பெண்போகம் நீக்க வேண்டும்.

8. வெள்வங்கப் பற்பம்

1 பலம் வெள்வங்கத்தைச் சுத்தி செய்தபின் பெரும்பீர்க்கு, வெள்ளரி, கோவை ஆகிய இவற்றின் சமூலச்சாறு முறையே 4,3,2 பங்கு என்ற அளவில் தனித்தனியே அரைத்துப் புடமிட்டு எடுக்கப் பற்பமாகும். இவற்றை முறையே 15,10, 5 நாட்கள் அரைக்க வேண்டும்.

இதனைத் துவரையில் கால்கூறு என்ற அளவில் வழங்கலாம். பித்த காரகவெட்டை என்னும் மேக நோய், வெண்ணெயில் அனுபானித்துக் கொடுக்கத் தீரும்.

9. வெள்வங்கச் சுண்ணம்

வங்கம் நான்கு பங்கு எடுத்து உருக்கி, உருக்கு முகத்தில் 4 பங்கு இரசம் சேர்த்து வெட்டையாக்கி அரைக்கவும். பிறகு 4 பங்கு அண்ட ஓடு சேர்த்து அரைத்து ஒரு பங்கு வீரம் சேர்த்துத் தூளாக்கி ச் சுண்ணாம்பு நீரைச் சிறிது சிறிதாக விட்டு நன்றாய் மடியும்படி அரைக்கவும். பின் வச்சிரமூசையிலிட்டுச் சீலை மண் செய்து உலர்ந்த உடன் உலையிலிட்டு மூசை அழுக ஊதி எடுக்கச் சுண்ணம் ஆகும். ஒரு அரிசி எடை தேனில் அனுபானித்துக் கொடுக்க மேக நோய் தொடர்பாக வரும் மூட்டு வாத சூலை நோய்கள் நீங்கும்.

10. வெள்வங்கச் செந்தூரம்

ஒரு பலம் சுத்தி செய்த வெள்வங்கப் பொடியைப் புளியிலைச் சாறு, ஆலங் கொழுந்து சாறு, விழுதியிலைச் சாறு, சீதாப்பழ மரவிலைச் சாறு, பொன்முசுட்டைச் சாறு, சிற்றரத்தையிலைச் சாறு ஆகிய இவை வகைக்கு 6 பலம் கொண்டு, ஆறு ஆறு நாட்கள் தனித் தனியே அரைத்துப் புடமிட்டெடுக்கச் செந்தூரமாகும்.

இதனை 1 முதல் 2 குன்றிமணி அளவில் வேலம்பட்டைச் சாராயத்தில் வழங்க வெண்மேகக் கிரந்தி ரோகம் தீரும்.

11. தங்க உரம்

நவாச்சாரம், வெள்வங்கம், கந்தகம், இரசம், இவைகளைச் சம எடை சேர்த்து வெடியுப்பு திராவகத்தால் மெழுகு போலரைத்துக் குப்பியில் இட்டு முறைப்படிச்

சீலைமண் செய்து வாலுகா இயந்திரத்தில் 25 மணி நேரம் எரித்தெடுக்கப் பொன் அப்பிரகம் போலப் பளபளவென்றிருக்கும். இதுவே தங்க உரமாகும்.

130 மி.கிராம் முதல் 260 மி.கி. வரை தேன் அல்லது நெய்யில் வழங்க ஆண், பெண் பிறப்புறுப்பு நோய்கள் நீங்கும். நாட்பட்ட வெள்ளை நோயில் நல்ல குணத்தைக் கொடுக்கும். உடலைத் தேற்றவும், உரமுண்டாக்கவும், விந்து நட்டத்தைப் போக்கிப் புத்துணர்ச்சி நல்கவும் இது உதவும்.

12. வெள்ளி உரம்

தங்க உரத்தில் கூறப்பட்டுள்ள சரக்குகளுடன் படிகாரம் 1/4 பங்கு சேர்த்துச் செய்ய வெண்ணிறத்தை அடையும். இதுவே வெள்ளி உரம்.

அளவு: 1/2 முதல் 1 குன்றி எடை.

அனுபானம்: சாதிக்காய் இலேகியத்தில் வழங்கத் தாது விருத்தி உண்டாகும். அமுக்கராச் சூரணத்தில் தேன் கலந்து கொடுக்க மேகச்சூலை தீரும்.

13. வெள்ளிப் பற்பம்

வெள்ளிப் பொடி ஒரு பலத்திற்கு இரண்டு பங்கு வீதம் நெட்டியிலைச் சாறு ஒவ்வொரு நாளும் விட்டு ஊறவைத்து, 6 நாட்கள் கழித்தெடுக்கவும், பிறகு ஒரு நாள் கொவ்வைச் சாற்றில் ஊறவைத்து எடுத்து மறுநாள் மேற்படி சாற்றாலரைத்து வில்லை செய்து உலர்த்திக் கொள்ளவும். கறுவேலின் தோலை வேம்பின் நெய்யால் 4 நாழிகை அரைத்து மூசை செய்து நிழலில் உலர்த்தி, மகிழம்பூத் தூளை முசையில் சிறிது இட்டு வில்லையை வைத்து மேலே மேற்படித் தூளை நிறைத்துத் தினம் ஒரு சீலைமண் செய்து உலர்த்தி, அதுபோலவே மற்ற 6 நாளும் சீலை செய்து உலர்ந்தபின் 100 எருவில் புடமிட்டு எடுக்கப் பற்பமாகும்.

அளவு: 1 முதல் 2 குன்றிமணி அளவில் தேன், நெய், சர்க்கரை ஆகிய அனுபானங்களில் வழங்க மேக வாதங்கள், மேக விரணங்கள், மேக ஊறல்கள், மேகப்புள்ளிகள் முதலான மேக நோய்கள் நீங்கும். புளி கால் பங்கே சேர்க்கலாம்.

14. வெள்ளிச் செந்தூரம்

ஒரு பலம் சுத்தி செய்த வெள்ளிப் பொடியில் பாதிரிச்சாறு, தண்ணீர் விட்டான் கிழங்குச் சாறு, நிலப்பனைக் கிழங்குச் சாறு, சித்திரமூலச் சாறு இவற்றைத் தனித்தனியாய் விட்டு முறைப்படி அரைத்து, வில்லை செய்து உலர்த்திக் கவசித்துப் புடமிட்டெடுக்கச் செந்தூரமாகும்.

கற்றாழைச் சாற்றில் 1 முதல் 2 குன்றிமணியளவில் வழங்க மேகத்தேமல் நோய் நீங்கும்.

15. இரசப் பற்பம்

ஒரு பலம் சுத்தி செய்த இரசத்திற்குக் கவுரிவால் புல்சாறு, கறு ஊமத்தைச் சாறு, ஆலங்கொழுந்துச் சாறு, கம்மாறு வெற்றிலைச் சாறு, பேரீச்சம் சாறு ஆகியவற்றை வகைக்கு 3 பலம் அளவில் எடுத்துத் தனித்தனியே வகைக்கு 5 நாட்கள் அரைத்து வில்லை செய்து, தனித்தனியே 5 நாள் உலர்த்தி ஒவ்வொருமுறையும் 40 வறட்டியில் புடமிட்டு எடுக்க நல்ல இரசப்பற்பம் கிடைக்கும்.

அளவு: துவரையில் நான்கில் ஒரு பங்கு.

அனுபானம்: கறுப்பு ஊமத்தங்காய் விதைக் குழித் தைலம்.

மேகப்புண்கள் யாவும் நீங்கும் . மேகப்புண்கள் இருவகையானவை:

1. கர்ப்பத்தைப் பற்றியது: தாய் தந்தையரின் சுரோணிதம், சுக்கிலம் என்னும் இருவகை சம்பந்தத்தினால் கர்ப்பத்திலே ஊறி வருவது. இதில் கை, கால், மார்பு, முகம் வாய் ஆகிய இடங்களில் சூட்டைக் காட்டி, சுரம் காய்வது போல் காயும், அன்னத்தை வெறுக்கச் செய்து பசி, தாகம் முதலியவற்றை உண்டாக்கிச் சூட்டுடன் சிவந்த பருவைப்போலவும் கோடைக் கொப்புளத்தைப் போலவும் புன்னைக் காயைப் போலவும் சங்கம்பழத்தைப் போலவும் விரணம் காணும்.

வாதம் மிகுந்த உடலானால் பாதத்தின் பின்னால் குதிகாலடி, பக்கவிலா, முழங்கால், கணுக்கால் மேற்புறம், புறவடிப் பள்ளம் முதலியவைகளில் விரணம் ஏற்படும்.

பித்தம் மிகுந்திருந்தால் மார்பின் பள்ளத்திலும், முலைக் கண்களிலும், புறமார்பிலும் ஏற்படும்.

கபம் மிகுந்திருந்தால் முகம், அக்குள், தோள்களின் மேற்பக்கம், பல்லடி, வாய் ஆகிய இடங்களில் புறப்படும்.

2. பெண்போக மிகுதியால் வந்த புண்: வாத உடம்பில் தொடையடியின் மடிப்பு, விதை, வாய் இவ்விடங்களில் ஏற்படும்.

பித்த உடலானால் முகம், கால், தனம், விலாப்பக்கம் ஆகிய இடங்களில் தோன்றும்.

கப உடலானால் மூக்குத் தண்டின் விளிம்புகள், காது, கன்னம் ஆகிய இடங்களில் தோன்றும்.

கறுப்பு ஊமத்தங்காய் விதைக் குழித் தைலம் செய்முறை

கறுப்பு ஊமத்தங்காய் விதை 1 வீசை; பூவரசின் விதை, பிரண்டை விதை, காரை விதை, அழிஞ்சில் விதை, நிலாவாரை விதை, எட்டிவிதை, பொன்னாவாரை விதை, பேய்ப் பீர்க்கன் விதை, பலாக்கொட்டை, பேய்ப்புடல் விதை, துளசி விதை, முசுமுசுக்கை விதை, மிளகாய் விதை இவையெல்லாம் சேர்த்து 1 வீசை இருக்க வேண்டும்.

வெள்ளைக் குங்கிலியம் 10 பலம், மெழுகு 5 பலம், கொப்பரைத் தேங்காய் 5 பலம்- இவைகளை ஒன்று சேர்த்துக் கடத்தில் இட்டுக் குழித்தைலம் இறக்கி 10 நாள் ஆற வைத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். இதுவே கறுப்பு ஊமத்தாங்காய் விதைக் குழித் தைலம் ஆகும்.

மேகப்புண்களில் இரசப் பற்பத்திற்கு அனுபானமாக இது வழங்கப்படுவதோடு, விரணங்களின் மேல் தடவுவதற்கும் பயன்படும். பருக்கள் தோன்றும் போதே இதைப் பூச அவை பழுத்து உடைந்து ஆறிவிடும். தானாகவே உடைந்து புண்ணாகுமானால், சுரமில்லாவிடில் சாத்தியம் என்றும் சுரம் தோன்றில் அசாத்தியம் என்றும் கூறப்படும்.

பத்தியம்: வெப்பத்தைக் கொடுக்கும் உணவு வகைகளை நீக்க வேண்டும். பூசணிக்காய், கீரைத்தண்டு, முள்ளங்கி, சுரை ஆகியவை ஆகும் பொருள்களாகும். புளித்த பொருள்கள் ஆகா.

பொதுவாக இரசம் தொடர்பான மருந்துகளை அருந்தும் காலத்து மீன், உப்பு, மிகு சீதம், மிகு உஷ்ணம், மந்தப் பொருள், எண்ணெய், மதுபானம், கைப்பு, கார்ப்பு, புளிப்புச் சுவையுள்ள பொருள்கள், பெண்போகம் ஆகாது.

16. இரசப் பற்பம் (வேறு முறை)

சுத்தி செய்த இரசம் 1 பலம் எடுத்து இதனை மேல் சொன்ன கறுப்பு ஊமத்தங்காய் விதைக் குழித் தைலத்தால் 5 நாள் அரைத்து வில்லை தட்டி, 5 நாள் வெயிலில் காய வைத்து ஓட்டிலிட்டுச் சீலைமண் செய்து இலகு புடமிடப் பற்பமாகும்.

அளவு: அரை உளுந்து எடை. துணைமருந்து: தேன், நெய், சர்க்கரை.

தீரும் நோய்: மேக நோய்கள், இருமல், ஈளை, சுரம் முதலியன.

17. இரசப் பற்பம் (வேறு முறை)

சுத்தி செய்த இரசம் 1 பலம் எடுத்துப் பனைமட்டையின் சாறுடன் கல்வத்தில் இட்டு 8 சாமம் அரைத்து, காசளவான வில்லை செய்து உலர்த்திப் பனை மட்டைக்குள் வைத்து மூடி, 3 சீலை செய்து நன்குலர்த்திக் காய்ந்த பின்பு, 30 வறட்டி கொண்டு புடம் போட்டெடுக்கப் பற்பமாகும்.

1 முதல் 2 குன்றியளவில் நெய்யில் கலந்து கொடுக்க மேகநோய்கள் யாவும் தீரும்.

18. இரசப் பற்பம் (வேறு முறை)

சுத்தி செய்த இரசம் எட்டு பலம் எடுத்துக் கொள்ளவும். ஒரு சட்டியில் சோற்றுப்பும் செங்கல் தூளும் இட்டு அதில் இரசத்தை விட்டு மேல் சட்டி கொண்டு மூடி மண் சீலை செய்து உலர்த்தி, நெருப்பில் வைத்து எரிக்கவும். இரசம் பதங்கித்து மேல் சட்டியில் ஏறி நிற்கும். அதனை எடுத்துக் குழிக்கல்லில் இட்டுப் பதங்கத்தின் எடைக்குச் சரி எடை சங்கத்திராவகம் விட்டு அரைத்து, கல்வத்துடன் வெயிலில் வைக்கவும். இவ்வாறு உலர்த்த, வெள்ளை நிறப் பற்பம் கிடைக்கும். மேக விரண நோய்களுக்கு 7 நாட்கள், 1 குன்றியளவு கொடுக்கத் தீரும்.

19. சண்டரசப் பற்பம் அல்லது இரசப் பதங்கம்

இரசத்தை வேண்டிய அளவு எடுத்து வெடியுப்புத் திராவகத்தால் அரைத்து, வில்லைதட்டிக் காயவைத்து, 3 பங்கு உப்பும் 1 பங்கு செங்கல் தூளும் கலந்து அதில் பாதியை ஒரு சட்டியில் கொட்டி அதன் மேல் வில்லையை வைத்து மேல் சட்டி மூடிச் சீலை செய்து முத்தீயாக 12 மணி நேரம் எரிக்கவும். ஆறின பின் மேல் சட்டியில் படிந்துள்ள பதங்கத்தை எடுத்து மேற்படி திராவகத்தை விட்டு முன்போல் அரைத்து வில்லை செய்து எரிக்கவும். இப்படியே பதங்கிக்காமல் அடியில் தங்கும் மட்டும் எரிக்கவும். இதுவே சண்டரசப் பற்பமாகும்.

1/4 முதல் 1/2 அரிசி எடை நெய், தேன் இவற்றில் வழங்க மேகம், மேகப்புண் யாவும் தீரும்.

20. இரச மெழுகு

வாலை இரசம் 2 வராகன் எடை, பறங்கிப்பட்டை 2 வராகன் எடை, திப்பிலி, இலவங்கம் இரண்டும் 4 வராகன் எடை. இவற்றைக் கரும்பு வெல்லம் சேர்த்தரைத்து 3/4 வராகன் எடையளவான உருண்டை செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

வேளைக்கு ஒரு உருண்டை அளவில் காலை மாலை இருவேளையாக 7 நாட்கள் சாப்பிட மேக வெள்ளை, தடிப்புப் புண்கள், அரையாப்பு, மேகச் சூலை, குழிகிரந்தி, அழிகிரந்தி, கை கால் முடக்கு போன்ற நோய்கள் யாவும் தீரும்.

21. இரசத் தைலம்

வெற்றிலை, பாவட்டையிலை, கோவையிலை இம் மூன்றையும் வகைக்கு 5 பலமாக நிறுத்துக் கல்லுரலிலிட்டுப் பாதரசம் பலம் 1/4 விட்டு, இரும்புப்பூணில்லாத உலக்கையால் மைபோலிடித்துக் கடைந்து திரட்டி ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு, ஆமணக்கு நெய் 1 படி ஊற்றி மர அகப்பையால் ஒன்றுபடக் கலந்து 3 நாள் சூரியபுடம் வைத்து எடுக்கவும் பலம் 1/4 வீதம் போதுமான நாட்கள் சாப்பிட மேக நோயில் தோன்றும் நுணாக் காய் கிரந்திகள் நீங்கும். எந்நேரமும் சீழ் கசிந்து கொண்டிருக்கும் வெள்ளை என்னும் மேகரோகம் நீங்கும். உப்பு, புளி சேர்க்கலாகாது.

22. மேகவிரணக் களிம்பு

இரசம், இலிங்கம், பூரம், வீரம்,பால்துத்தம், மயில்துத்தம், மிருதார்சிங்கி, நீரடிமுத்து, கார்போகரிசி, கசகசா, மஞ்சள், மெழுகு வகைக்கு 1/2 பலம். மெழுகு நீங்க மற்றவைகளைக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து வைத்துக் கொள்ளவும். தேங்காய் எண்ணெய் காய்ச்சி அதில் மெழுகைச் சேர்க்கக் கரைந்துபோகும். சூடாறுமுன் பொடியைத் தூவி, ஆறும் வரை கை விடாமல் கிளறிவரக் களிம்பாகும்.

இதனை மேகம் தொடர்பான விரணங்களுக்குப் போட ஆறும்.

23. சண்டரசப் பற்பம்

இலிங்கத்திற்குச் சங்கத்திராவகம் விட்டு அரைத்துப் பதங்கக் கருவியிலிட்டு முறைப்படி எரிக்கவும். இலிங்கம் கீழ்ச் சட்டியிலும் மேல் சட்டியிலும் படிந்திருக்கும். அதைச் சேகரித்து முன்போலவே சங்கத்திராவகம் விட்டரைத்து மேலும் நான்கு முறை செய்யக் கீழ்ச்சட்டியில் இலிங்கம் நீறாகிவிடும்.

இதனை நல்ல வெல்லத்தில் பணவெடை கொடுக்க மேகவாயு, நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு, முதலிய நோய்களுடன் மேலும் பல கடுமையான நோய்களும் தீரும்.

24. பூரப் பற்பம்

சுத்தி செய்த பூரத்தைக் கல்வத்திலிட்டு 7 நாட்கள் நன்றாக அரைத்துப் பின்னர் சேகரித்துக் கொள்ளவும். இதுவே பூரப் பற்பமாகும்.

1/2 முதல் 1 உளுந்தெடை கரும்பு வெல்லத்தில் 7 நாள் அருந்தத் தொடை வாழை, மேக வாயு முதலான பல நோய்களும் தீரும்.

25. பூரக் குளிகை

சுத்தி செய்த பூரம் 5 வராகன் எடை, வெளைப்பூண்டு 2 வராகன் எடை, மிளகு 30 வராகன் எடை, வெற்றிலை 40 வராகன் எடை சேர்த்து வெற்றிலைச் சாறு விட்டு 5 சாமம் அரைத்துச் சுண்டைக்காய் போல் உருட்டி நிழலில் உலர்த்திக் கொள்ளவும். வேளைக்கு 1 மாத்திரையாய் 2 வேளை 7 நாள் அருந்தவும். உப்பு, புளி நீக்கவும்.

மேகக்கிரந்தி, இலிங்கப்புற்று, குழிப்பட்ட விரணம், சொறிகிரந்தி முதலியன நீங்கும்.

26. பூரக் களிம்பு

இரசக்கற்பூரம் 1 பங்கு, சுண்ணாம்பு 1/2 பங்கு, மெழுகு 6 பங்கு சேர்த்துக் கலந்துகொள்ளவும். இதனைப் பறங்கிப் புண்ணுக்கு உபயோகிக்கலாம்.

27. பூரப் பொடி

கடுக்காய்த் தோல், காய்ச்சுக்கட்டி, மிருதார்சிங்கி இவைகளைத் தனித்தனியே ஒவ்வொரு பலம் எடுத்து, சம எடை பூரம் சேர்த்துத் தூள் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

ஆண் குறியில் தோன்றும் கொறுக்குப்புண் (மேகப்புண்) நோயில் இத்தூளை மேலே தூவி வரக் குணமடையும்.

28. பூர எண்ணெய்

இரசக்கற்பூரம், ஏலரிசி, சுக்கு வகைக்கு 1 பலம் எடுத்துப் பொடிக்கவும். சிற்றாமணக்கெண்ணெய் 40 பலம் எடுத்து அதைச் சிறிது சிறிதாய்ப் பூரப் பொடியில் விட்டரைத்துப் பின் மற்றைய இரண்டு சரக்கின் பொடிகளையும் கலந்து கொள்ளவும். 1/2 முதல் 1 அவுன்சு 3 நாள் காலை மாத்திரம் வழங்கவும். மேக நோய், வளி நோய் போன்றவற்றில் கேடடைந்த தாதுக்களைத் தன்னிலைப்படுத்த, மலம் கழியும் பொருட்டு வழங்கலாம்.

29. வீரக் களிம்பு

வீரம் 1 வராகன் எடை எடுத்து அரை பலம் வெண்ணெயில் அரைத்துக் கொள்ளவும். மேகத்தால் சொறி சொறியாகவும் புள்ளி புள்ளியாகவும் காணப்படும் புண்களின் மேல் பூச முதலில் விரணமாகும். பின் ஆறும்.

30. வீரக் குழம்பு

ஒரு கழஞ்சு வீரத்தைப் பொடித்துக் கால்படி வெண்ணெயிலிட்டு 2 சாமம் நன்றாய் அரைத்து நீரில் கழுவி எடுத்துக் கொள்ளவும். இதனை அரையாப்புக்கு மேல் தடவி வரக் குணமாகும். வீக்கங்களுக்கும் கண்டமாலைக்கும் விரணங்களால் உண்டாகும் நெறிக்கட்டுகளுக்கும் போடலாம்.

31. வீரரணச் சிங்கிக்கயிறு

புது ஓட்டிலிட்டு நீர் சுண்டும்படி அடுப்பேற்றி எரித்து எடுத்து எண்ணெய், வெங்காரம் வராகன் எடை 10; வீரம் வராகன் எடை 1; உளுந்தின்மா வராகன் எடை 2. இவற்றைக் கல்வத்திலிட்டு மழை நீர்விட்டு அரைத்து, மெழுகு பதத்தில் மாத்திரையாக்கி, நிழலில் உலர்த்திக் கொள்ளவும். நாளானால் மாத்திரையின் வெண்ணிறம் பழுப்பாகும். அதனால் தவறில்லை. ஓர் ஆண்டு பழகிய பிறகே இதனை உபயோகிக்க வேண்டும்.

இம்மாத்திரையை இழைத்துப் பொட்டுப் போல் தடவிவர மேக விரணங்கள், கிரந்தி, பிளவை நீங்கும்.

32. கந்தகப் பற்பம்

கந்தகத்திற்கு வெள்ளைக் காட்டாமணக்குப் பால் விட்டு 1 சாமம் சுருக்குக் கொடுக்கவும். பிறகு 2 நாள் மேற்படி பால் விட்டு அரைத்து வில்லை தட்டி உலர்த்திச் சில்லிட்டுச் சீலை செய்து 5 வறட்டி கொண்டு புடமிடப் பற்பமாகும்.

அளவு: 1 முதல் 2 குன்றி.

துணைமருந்து: தேன், நெய்.

தீரும் நோய்: மேகம், தோல் பிணிகள் முதலியன .

33. கந்தக மெழுகு

கந்தகம் 4 பலம் எடுத்து அதனை ஈருள்ளிச் சாறுவிட்டு 3 நாளும், முள்ளங்கிச்சாறு விட்டு 3 நாளும் அரைத்து எடுக்கக் கந்தகமெழுகு கிடைக்கும். இதனைத் தேனில் கொடுக்கக் கிரந்தி, சூலை நோய்கள் தீரும்.

34. கந்தகத் தைலம்

கந்தகம், வெடியுப்பு, மனோசிலை இவைகளை வகைக்கு 1 பலம் எடுத்துப் பொடித்து, நவாச்சாரம், வீரம் இவைகளை வகைக்கு 1/2 கழஞ்சு கூட்டிப் பசு வெண்ணெய் 4 பலம் சேர்த்து அரைத்துச் சுடர் தைலம் வாங்கவும்.

அளவு: 1/2 பணவெடை, காலை மாலை 2 வேளை, 10 நாள்.

துணைமருந்து: சர்க்கரை.

தீரும் நோய்: வெள்ளை, கறுமேகம், சொறி, விரணம், குட்டம், குன்மம் முதலியன.

35. கந்தக இரசாயனம்

கந்தகம் 10 பலம், அமுக்கராக் கிழங்கு 5 பலம், பறங்கிச் சக்கை 2 பலம்.திரிகடுகு, திரிபலா, வாய்விடங்கம், ஏலம், இலவங்கம், சந்தனம், கடலைப்பருப்பு, சேங்கொட்டை, சித்திரமூல வேர்ப்பட்டை வகைக்குப் பலம் 1, இவைகளைத் தனித்தனியே சூரணம் செய்து, பிறகு எல்லாவற்றையும் கலந்து சர்க்கரை, தேன், நெய் சேர்க்கவும்.

அளவு: 10 முதல் 15 குன்றி எடை.

தீரும் நோய்: மேக நோய்கள் மூத்திரக்கிரிச்சரம், குட்டம், வீக்கம், குன்மம் முதலியன தீரும்.

36. பஞ்சபாடாணச் செந்தூரம்

இலிங்கம், மனோசிலை, காந்தம், தாரம், கெந்தி, இரசக்கற்பூரம், வெள்ளைப் பாடாணம்-இவை வகைக்கு 1 பலம். இவற்றைச் சுத்தி செய்து குப்பைமேனி, வெற்றிலை, பருத்தி, வெள்ளறுகு, துளசி, வேலிப்பருத்தி, பொடுதலை ஆகியவற்றின் சாற்றால் வகைக்கு 4 சாமம் ஆட்டி, வில்லை செய்து நிழலில் உலர்த்தி அதற்கு வெற்றிலையால் கவசம் செய்து ஒரு சட்டியில் வைத்து மேல் சட்டி கொண்டு மூடி, 7 சீலைமண் செய்து, நன்கு காய வைத்து, அடுப்பேற்றித் தீபம் போல் 4 சாமம் எரித்து ஆற வைத்துப் பார்க்க மேல் சட்டியில் செந்தூரம் பற்றியிருக்கும்.

இதில் பணவெடை தேன், இஞ்சிச்சாறு இவைகளில் அனுபானித்துக் கொடுக்க மேக நோய்கள், கிரந்தி, அரையாப்பு போன்றவற்றுடன் பலவித வளிநோய்களும் தீரும்.

37. மிருதார்சிங்கிச் செந்தூரம்

மிருதார்சிங்கி 1 சேர். இதனைப் பொடித்துத் தேனில் 3 நாள் ஊறவைத்தெடுத்துக் குகையில் இட்டு அல்லது இரும்புக் கரண்டியிலிட்டு உருக்கி ஊற்ற ஈயம் புறப்படும். அந்த ஈயத்தை ஓர் அடி கனத்த சட்டியில் வைத்து அடுப்பேற்றி, காடாக்கினியாய் எரித்துக் கண்டங்கத்தரி, பொற்றலைக் கையான்,

புரசம்பூ இவை மூன்றும் சமஎடை எடுத்துப் பொடித்து வைத்துக் கொண்டு ஈயத்துக்குக் கிராசம் கொடுத்துச் செந்தூரம் ஆகும்வரை இரும்புக் கரண்டியால் கிண்டி வரவும். செந்தூரமானபின் ஆறவிட்டுக் குப்பியில் அடைத்துக் கொள்ளவும்.

அளவு: 1/2 பணவெடை.

துணைமருந்து: தேனில் 2 வேளை வீதம் ஒரு மண்டலம் கொடுக்க அனைத்து மேக விரணங்களும் நீங்கும். இச்சாபத்தியம் தேவை

38. படிகாரப் பற்பம்

படிகாரத்தை நீரில் கரைத்துக் கனத்த சீலையில் வடிகட்டிப் பீங்கான் பாத்திரத்தில் கொட்டித் தூசுபடாமல் சீலையால் மூடி, சூரியபுடத்தில் வைக்க படிகாரம் மலினமற்றுக் கட்டியாய் நிற்கும். இதைக் கோழிமுட்டை வெண்கருவினால் அரைத்துச் சுத்த வெண்மை நிறம் அடையும் மட்டும் குக்குட புடமிடவும். நீர்க்கட்டு, தசையடைப்பு, நீரெரிவு முதலிய நோய்களுக்குப் பசுவெண்ணெய், நீர்முள்ளிச்சாறு, சிறுபீளைச்சாறு, சிறுநெருஞ்சிச் சாறு இவைகளில் கொடுக்கக் குணமாகும். இதில் இரண்டு குன்றியை ஆடாதோடைச் சாற்றில் நாள் ஒன்றுக்கு மும்முறை வீதம் கொடுத்துவரப் பெண்களுக்குக் காணும் வெள்ளையும் அத்துடன் படும் உதிரமும் நிற்கும்.

39. பவழப் பற்பம்

ஒரு பலம் சுத்தி செய்த பவழத்தைத் திருவாத்தியிலைச்சாறு, கொன்றை சமூலச்சாறு, வேங்கை சமூலச் சாறு, வெள்ளெருக்கன் சமூலச்சாறு இவை முறையே, 6,5,6,5 பலமளவு எடுத்துத் தனித்தனியே, 6,5,6,5 நாள்கள் அரைத்து வில்லை தட்டி முறையே 5,4,5,4 நாட்கள் உலர்த்தி முறையே 30,25,30,25 வறட்டிகளில் புடமிட்டெடுக்கப் பற்பமாகும்.

அளவு: மிளகில் 5-இல் 1 கூறு உத்தமமாகும்.

வேறு முறைகளிலும் பவழத்தைப் பற்பமாக்கலாம். அவை:

1. பவழத்தை எருக்கம்பாலில் 3 நாள் ஊறவைத்து அதை அகலுக்குள் வைத்துக் கவசமிட்டு வெயிலில் உலர்த்திப் புடமிடப் பற்பமாகும்.

2. பவழத்தை இலந்தை இலைக் கற்கத்தினுள் வைத்துச் சீலை செய்து புடமிடப் பற்பமாகும். பசும்பால் தெளித்து வெயிலில் உலர்த்திக் கொள்ளவும்.

3. இலந்தை இலைக்குப் பதிலாக தைவேளை அல்லது கீழாநெல்லியினால் கவசித்துப் புடமிட்டெடுத்தாலும் பற்பமாகும்.

4. பவழத்தை முயல் இரத்தம் விட்டு அரைத்து வில்லை தட்டிக் காயவைத்துப் புடமிட்டு எடுத்தாலும் பற்பமாகும்.

5. பவழத்தையும் கற்பூரசிலாசத்தையும் சரியெடை கூட்டி வச்சிரவல்லிச் சாற்றால் 4 சாமம் ஆட்டி வில்லை தட்டி கஜபுடமிட்டெடுத்து மறுபடியும் புளியாரைச் சாற்றாலும் செய்யப் பற்பமாகும்.

6. பவழம் 24 கிராம், தேன் 120 கிராம், இரண்டையும் ஒரு புதிய கல்வத்திலிட்டு வாயை ஓட்டால் மூடிச் சந்தில்லாமல் பொருத்திச் சீலைகள் செய்து 1 முழ நீளம், 1 முழ உயரத்தில் புடமிட்டு எடுக்கப் பற்பமாகும்.

அனுபானமும் தீரும் நோயும்

❖ மாதுளை விதையை 1/4 பலமாக மூன்று பலம் நீரில் ஊறவைத்து அரைத்து, 1/8 பலம் பழைய வெல்லம் இட்டுக் குழைத்து, அதில் பசுவின்பால் 3 பலம் விட்டுக் கலந்து மேற்கூறிய அளவு பவழப் பற்பத்தைக் கூட்டி, தினம் 2 வேளை வீதம் 1 மண்டலம் அருந்த வாதமேக உஷ்ணத்தினால் உண்டாகும் விந்து நட்டம் நீங்கி, வீரிய விருத்தி உண்டாகும்.

❖ முருங்கை வித்தை ஊறவைத்து 1/8 பலம் சர்க்கரை இட்டுக் குழைத்து அதில் பசுநெய் விட்டுக் கலந்து கொடுக்கப் பித்த மேக உஷ்ணத்தினால் உண்டான விந்து நட்டம் நீங்கி, வீரிய விருத்தி உண்டாகும்.

❖ புல்லாஞ்சி வித்தை ஊறவைத்து அரைத்துக் கற்கண்டிட்டுக் குழைத்து அதில் பசுவெண்ணெய் இட்டுக் கலந்து மேற்படி முறையில் அருந்த கபமேக உஷ்ணத்தினால் உண்டாகும் விந்து நட்டம் நீங்கி, வீரிய விருத்தி உண்டாகும்.

பத்தியம்: வாத மேக உஷ்ணத்திற்கு எண்ணெய், கடுகு, புளி, பெண்போகம் நீக்க வேண்டும். பால் பானம் செய்து, அத்திப்பழத்தையும் மாம்பழத்தையும் ஆகாரமாகக் கொள்ளப் பிணி நீங்கிப் பலம் வரும்.

❖ பித்த மேக உஷ்ணத்திற்கு வெந்நீர் பானம் செய்து, பலாப்பழத்தையும் பனம் பழத்தையும் உட்கொண்டுவரப் பிணி நீங்கிப் பலம் உண்டாகும்.

❖ கபமேக உஷ்ணத்திற்குக் கிச்சிலிப்பழத்தையும் வாழைப்பழத்தையும் நினைத்த போதெல்லாம் அருந்தி வரச் சவுக்கியமாகும்.

❖ மேலும் பவழப் பற்பத்தைப் பனங்கள்ளில் அனுபானித்துக் கொடுக்க மேகச் சூட்டினால் வரும் சீழ் நீங்கும்.

- நெல்லிக்காய்ச் சாற்றில் கொடுக்கப் பித்த மேகத் தினவு, வெட்டையூறல் நீங்கும்.
- கொத்துமல்லிச் சாற்றில் வழங்கக் கபமேகப்பிணி, பருக்கட்டி, இராசசிலந்தி முதலியன நீங்கும்.
- எருக்கம்பாலால் செய்த பவழப் பற்பத்தை அரிசியளவு நெய்யில் தினம் 2 வேளையாய் உண்டு வந்தால் மேகச்சூடு, காங்கை, இருமல் நீங்கும்.
- கற்பூரசிலாசத்து சேர்த்துச் செய்ததைத் தேனில் கொள்ள மேக ஊறல் நீங்கும்.
- கீழாநெல்லியால் செய்ததை நெய்யில் உண்ண நீர்க்கடுப்பு நீங்கும்.
- பவழப்பற்பத்தைச் சிறுபுள்ளடிச் சாறு, சிறுசெருப்படைச்சாறு, கள் இம்மூன்றிலும் அனுபானித்துக் கொடுக்க மேகப்பிணி கூட்டங்கள் நீங்கும்.

40. முத்துப் பற்பம்

சுத்தி செய்த முத்திற்கு வெண்கடுகிலை ரசம்விட்டு முறைப்படி 3 நாளரைத்துப் புடமிட்டெடுக்கப் பற்பமாகும். இப்பற்பத்தினால் மேகப்பிணிகள், தேமல், நீர்க்கட்டு முதலியன நீங்கும்.

41. முத்துச் செந்தூரம்

ஒரு பலம் சுத்தி செய்த முத்திற்கு முல்லைச்சாறு, மருக்கொழுந்துச்சாறு, கோவைச் சாறு ஆகியவைகளை ஐந்தைந்து நாட்கள் விட்டு அரைத்து, நன்னான்கு நாட்கள் வில்லை உலர்த்தி, பத்துப் பத்து வறட்டியில் புடமிட்டெடுக்கச் செந்தூரம் ஆகும்.

தக்க அளவில் நெய்யில் அனுபானித்து வழங்க மேகப்பிணிகள் யாவும் தீரும்.

42. கற்பூரசிலசத்துப் பற்பம்

சுத்தி செய்த கற்பூரசிலாசத்தைக் கல்வத்திலிட்டுச் சிறுசெருப்படைச் சாற்றாலரைத்து இலேசாக வில்லை செய்து காயவைத்து, 50 எருவில் புடமிட்டு ஆறவிட்டு எடுத்தபிறகு முன் போல் 3 புடமிட வெண்மையான பற்பமாகும்.

இதனைப் பசுவெண்ணெயில் கொடுக்க மேக எரிவு, பித்தவெட்டை, நீர்க்கடுப்பு ஆகியன நீங்கும்.

43. கற்பூரசிலாசத்துப் பற்பம் (வேறு முறை)

கற்சுண்ணாம்பைச் சிலாசத்தின் மேல் தடவிக் காயவைத்து ஓட்டிலிட்டு, கஜபுடமிட்டு எடுக்க வெளுப்பாகும். பின் அதன் மீதுள்ள சுண்ணாம்பைக் கீறி நீக்கிக் கல்வத்திலிட்டு, குமரிச்சாறு விட்டு நன்றாக அரைத்து வில்லை செய்து உலர்த்திச் சில்லிட்டுச் சீலை செய்து, கனபுடமிட்டு ஆறவிட்டெடுக்கப் பற்பமாகும்.

புளியம் வித்தளவு எடுத்து நெய், பால் இளநீர் இவற்றில் ஒன்றில் கொடுக்க வெட்டைநோயில் காணும் நீரெரிச்சல், நீர்க்கட்டு முதலியன நீங்கும்.

44. கல்நார் பற்பம்

கல்நாரைச் சிறு துண்டாகப் பிளந்து ஓட்டிலிட்டு, அதற்குக் கீழும் மேலும் கோங்கிலவம் பட்டையை இடித்துப் போட்டுப் புடமிடவும் பிறகு கோங்கிலவம் பட்டைக் குடிநீர் விட்டரைத்து 3 புடம் போடப் பற்பமாகும்.

இதனைத் தேன் அல்லது தூதுவளை இலேகியத்தில் கொள்ள அனைத்து வகை மேகக் காங்கையும் தீரும்.

45. நண்டுக்கல் பற்பம்

சுத்தி செய்த கல்நண்டை முள்ளங்கிச் சாற்றால் மை போலரைத்து உலர்த்திப் பிறகு, சிறுபீளைச் சாற்றால் அரைத்து உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும்.

1/2 முதல் 2 குன்றி வரை சிறுநீரைப் பெருக்கச் செய்யும் மூலிகைச் சாறு, அல்லது குடிநீரில் வழங்கச் சலப்பிரமேகம், வெள்ளை, நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு, கல்லடைப்பு முதலியன நீங்கும்.

46. பலகறைப் பற்பம்

ஒரு பலம் சுத்தி செய்த பலகறையைச் சுரபுன்னை சமூலச்சாறு, சித்திரமூலச் சமூலச் சாறு, கல்லால் சமூலச்சாறு, காட்டு மல்லிகைச் சமூலச்சாறு, நீலோற்பலச் சமூலச்சாறு, சந்தனக் குழம்புத் தெளிநீர் ஆகிய இவைகள் முறையே 4,4,4,3,2,1 பலமளவில் எடுத்து, முன்றையே, 6,5,4,3,2,1 நாட்கள் தனித்தனியே அரைத்து முறையே, 5,4,3,2,1 நாட்கள் வில்லையை உலர்த்தி, 30 வறட்டியளவில் ஒவ்வொரு முறையும் புடமிட்டெடுக்கப் பற்பமாகும்.

அருந்தும் நாளளவு: இரண்டு பட்சம் அருந்தி, மறுபத்தியம் இரண்டு பட்சமிருக்க வேண்டும்.

அனுபானமும் தீரும் நோயும்

- ❖ பன்னீரில் அனுபானித்து, கடலையின் 5 பங்கில் ஒரு பங்கு மட்டும் சாப்பிட மேக உஷ்ணநோய் நீங்கும்.
- ❖ வாதத்தைச் சேர்ந்த மேக உஷ்ணப் பிணியில் வயிறு ஒரு பக்கம் இழுத்துக் கொள்ளுதல், பசியின்மை, திமிர், வயிற்றடி, கன்னம், கழுத்து இவ்விடங்களில் பரு தோன்றித் துன்பத்தைக் கொடுத்தல் ஆகியவற்றிற்குப் பலகறைப் பற்பத்தை மிளகு இரசத்தில் அனுபானித்துக் கொடுக்க வேண்டும்.
- ❖ பித்தத்தைச் சேர்ந்த மேக உஷ்ணப் பிணியில் அக்கரம் போலிருத்தல், வாய்நீர் ஊறல், வாந்தி, விக்கல், பெருந்தாகம், வாய், உதடு, முகவாய்க் கட்டை, மார்புப் பள்ளம், விரல் இவ்விடங்களில் புண், பரு கண்டு ஆறாதிருத்தல் ஆகியவற்றிற்குப் பலகறைப் பற்பத்தைச் சுக்கு இரசத்தில் அனுபானித்துக் கொடுக்க வேண்டும்.
- ❖ கபத்தைச் சேர்ந்த மேக உஷ்ண சொறி என்ற பிணியில் கழுத்தில் துர்நாற்றத்துடன் வியர்வை காணுதல், வயிறு உப்பி மேல் சுவாசம் கண்டு, பசி தாகமில்லாதிருத்தல், பீனிசம் போல் மூக்கில் இரத்தம் விழுதல், முழங்கால், முதுகு, உச்சி இவ் விடங்களில் பருவும் கட்டியும் கண்டு, தலையில் ஒருவித சொறி, தேமல் போலத் தோன்றி, சொறிந்தால் சாம்பல் பொடியைப் போல் தூள் உதிர்ந்து கொண்டிருத்தல் ஆகியவற்றிற்குப் பலகறைப் பற்பத்தைத் திப்பிலி இரசத்தில் அனுபானித்துக் கொடுக்க வேண்டும்.

பத்தியம்: புளி, நல்லெண்ணெய், கடுகு, பெண்போகம் ஆகியன நீக்க வேண்டும்.

வாத மேகத்திற்குத் தேங்காய்ப் பாலில் நல்ல வெல்லத்தைச் சேர்த்து குழப்பிச் சிற்றுண்டியாக வழங்க வேண்டும்.

பித்த மேகத்திற்குத் தேங்காய்ப் பாலுடன் சர்க்கரை, கோதுமை மா சேர்த்துச் செய்யப்பட்ட பட்சணத்தை வழங்கலாம்.

கப மேகத்திற்குத் தேங்காய்ப் பாலில் அரிசிமா, கற்கண்டு, பசுவின்பால் கூட்டி தேங்காய்ப் புட்டடையாகச் செய்து உண்ண வேண்டும்.

47. மான் கொம்புப் பற்பம்

மான் கொம்பை நான்காய்ப் பிளந்து சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி, ஒருநாள் குப்பைமேனிச் சாற்றில் ஊறவைத்து, மேற்படி இலையில் அரைத்துக் கவசம் செய்து காயவைத்து, ஓட்டில் பரப்பி மேலோடு மூடிச் சீலைமண் செய்து, 50 எருவில் புடம் போட்டெடுக்கவும் ஆவின்பால் விட்டரைத்து, வில்லை தட்டிக் காய வைத்து முன்போல் புடமிடப் பற்மாகும்.

அனுபானமும் தீரும் நோயும்:

தேன், பசுநெய், பசுவெண்ணெய் இவற்றில் ஒன்றில் அனுபானித்து 1 முதல் 2 குன்றியளவில் கொடுக்க மேகக் காங்கை, நீரடைப்பு, நீர் எரிச்சல், சதையடைப்பு முதலியன நீங்கும்.

III

"மேக நிவாரண போதினி" என்னும் நூலில் கூறப்படும் வெள்ளை நோய் சிகிக்சை முறைகள் வருமாறு:

மூலிகைகள்

1. கையான்: கையான் இலை பலம் 1, கரியசீரகம் பலம் 1/4, சர்க்கரை பலம் 1/2. இம்மூன்றையும் அம்மியில் வைத்து வெண்ணெய் போலரைத்து, காலை மாலை 2 வேளையாக 7 முதல் 9 நாட்கள் வரை உட்கொண்டு வர, வெள்ளை நோய் தீரும். புளி, உப்பு நீக்க வேண்டும். நெய்சாதம் சாப்பிடவும்.

கையான்சாறு 1 பலம், நல்லெண்ணெய் 1 பலம். இவ்விரண்டையும் கலந்து காலை மாலை 2 வேளை தக்க அளவில் 7 நாட்கள் வரை சாப்பிட, பிரமியம் என்னும் வெள்ளை நீங்கித் தாது விருத்தி உண்டாகும்.

2. சாத்திரபேதி: சாத்திரபேதி, மருதம்பட்டை, பொன்னாங்காணி இலை இவை வகைக்கு ஒரு வராகனெடை எடுத்து மைபோலரைத்து 2பலம் பசுவின் வெண்ணெயில் குழைத்து உட்கொள்ள வேண்டும். இவ்வாறு காலை மாலை 2 வேளை 7 நாட்கள் உட்கொள்ள வெள்ளை நீங்கும். புளி, உப்பு, புகையிலை நீக்க வேண்டும்.

3. இலுப்பை: இலுப்பைக் கொழுந்து பலம் 5, நீராகாரம் 1 1/4 ஆழாக்கு. இவ்விரண்டையும் சேர்த்து இடித்து வடிகட்டின இரசம் 1 ஆழாக்கு எடுத்து அத்துடன் எள்ளெண்ணெய் 1/2 பலம் சேர்த்து 3 நாட்கள் காலையில் மாத்திரம் அருந்திவரலாம். இதனால் எவ்விதப் பிரமிய நோயும் நீங்கும். சிலருக்குப்

பேதியாகும். எனவே அளவினை அனுசரித்துக் கொடுக்க வேண்டும். வாயு பதார்த்தம், உப்பு நீக்க வேண்டும்.

4. பொடுதலை: பொடுதலை இலை 5 பலம், எருமைமோர் 2 ஆழாக்கு. இவ்விரண்டையும் கலந்து இடித்த சாற்றைத் தக்க அளவில் காலைமாலை 2 வேளையாக 3 நாட்கள் குடித்து வர வெள்ளை நோய் தீரும். உப்பு, புளி நீக்கவும். மோர் சாதம் உண்ணலாம்.

5. தும்பை: தும்பை இலை அரைத்த விழுது 1/2 பலத்தை ஒரு ஆழாக்கு எருமை மோரில் கலந்து காலை மாலை 2 வேளையாக 10 நாள் சாப்பிட, சுக்கிலப் பிரமியம் தீரும்.

6. அத்தி: 10 பலம் அத்திப் பிஞ்சை எடுத்து அதில் 2 ஆழாக்கு வெந்நீர் விட்டுப் பிசைந்து வடிகட்டிக் குடித்துவரலாம். இவ்வாறு காலைமாலை 2 வேளையாக 10 நாட்கள் குடிக்க, இரத்தப் பிரமியம் நீங்கும்.

7. காரை: காரையிலையை அரைத்த விழுது 1பலம். இதனை 1 ஆழாக்கு எருமை மோரில் கரைத்துக் காலை மாலை 2 வேளையாக 7 நாட்கள் வரை குடித்துவர இரத்தப் பிரமியம் நீங்கும்.

8. துத்தி: வட்டத் துத்தி வேர்ப்பட்டை, பொன்னாங்காணி வேர், சிறுகீரை வேர், நெருஞ்சி வேர்- இவற்றைச் சமஎடையாக எடுத்துக் குழவியில் வைத்து அரைக்கவும். இவ்வாறு அரைத்தெடுத்த விழுதில் 2 பலம் எடுத்து, அரை ஆழாக்குப் பசுவின் பாலில் கரைத்துக் குடிக்கலாம். இவ்விதம் காலை மாலை 2 வேளையாக 20 நாட்கள் செய்து வர, மேகப் பிரமியம் தீரும்.

9. பூலா: ஒரு பலம் நீர்ப்பூலா வேரை அரைத்து, 5 பலம் சோற்றுக் கற்றாழைச் சோற்றில் போட்டுப் பிசைய எல்லாம் நீராகிவிடும். இதனை வடிகட்டி அதில் 1 பலம் சீனி சர்க்கரை சேர்த்துக் காலையில் ஒரு வேளை மட்டும் குடித்துவர, சீதப் பிரமியம் தீரும்.

10. நாரத்தை: 3 நாரத்தம்பழங்களைப் பிழிந்து வடிகட்டின சாற்றில், 3 குன்றிமணி எடை ஊசிக்காந்தத்தைப் பொடித்துச் சூரணித்துக் கலந்து குடித்துவரலாம். காலை மாலை 2 வேளையாக 3 நாள் செய்ய, பிரமியம் தீரும். கைப்பு, புளிப்பு நீக்க வேண்டும்.

11. பிராயனிலை: முதிர்ந்த பிராயனிலையை நிழலில் உலர்த்தி இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து எடுத்துக் கொள்க. இச் சூரணத்தில் வேளை 1க்கு வராகன் எடை அளவில் காலை மாலை 2 வேளையும் பசுவின்பாலில் குழைத்து 10 நாட்கள் சாப்பிட்டுவர, இரத்தப் பிரமியம் நீங்கும்.

12. பருத்தி: ஒரு படி பருத்திக் கொட்டையை மைபோல் இடித்துப் புடைத்துத் தோல் முதலியனவற்றை நீக்கின பருப்புத் தூள் 3 ஆழாக்கு; சுக்கு, சங்கன் வேர்ப்பட்டை இவை வகைக்கு 1 பலம்; பனைவெல்லம் 1 பலம், எருமைப்பால் 1/2 படி, எள்ளெண்ணெய் 2 ஆழாக்கு.

செய்முறை: மூன்று சரக்குகளையும் தனித்தனியாக எருமைப்பால் விட்டரைத்து ஒன்றாகச் சேர்த்து அதனுடன் வெல்லத்தைச் சேர்த்து அரைத்து, மிஞ்சின பாலையும் எண்ணெயையும் அதனுடன் நன்கு உறவாகும்படிக் கலந்து, அடுப்பேற்றிச் சிறுதீயாய் எரித்து நீர் சுண்டிய பதத்தில் இறக்கிப் பத்திரப்படுத்த வேண்டும். வேளை 1 க்கு 2அல்லது 3வராகனெடை அளவில் நாளுக்கு 2 வேளையாகச் சாப்பிட்டுவர, சுக்கிலப் பிரமியம் தீரும்.

13. புளி: புளியிலையில் தண்ணீர்விட்டு இடித்துப் பிழிந்த சாறு 1/2 ஆழாக்கு, தேங்காய் பால் 1/2 ஆழாக்கு - இவ்விரண்டையும் கலந்து அருந்திவரலாம். காலையில் மட்டுமாக 7 நாட்கள் அருந்தி வர மேக ஒழுக்கு, மேகச் சூடு ஆகியன தீரும்.

14. தழுதாழை: தழுதாழை இலைச் சாறு 1/2 பலம், எள்ளெண்ணெய் 1/2 பலம். இவ்விரண்டையும் கலந்து கொண்டு காலை மாலை 2 வேளையாக, 2 முதல் 9 நாட்கள் உட்கொள்ள, மேகத்தினால் உண்டான கை, கால் பிடிப்பு தீரும். உப்பு, புளி நீக்கவும்.

15. கோவை: கோவையிலைச் சாறு 1/4 ஆழாக்கினைப் பசுவின் பால் 1/4 ஆழாக்கில் கலந்து குடித்து வரலாம். இவ்விதம் காலை ஒரு வேளை மாத்திரம் 9 நாட்கள் குடித்துவர, மேகவெள்ளை தீரும். வெந்நீர் சாதம் மட்டும் கொடுக்கவும்.

16. முடக்கறுத்தான். முடக்கறுத்தான் இலைச்சாறு, பன்றிநெய் இவை வகைக்கு 3/4 பலம் எடுத்து மத்தித்து உட்கொள்ள வேண்டும். இவ்வாறு நாளுக்கு 2 வேளையாக 3 முதல் 5 நாட்கள் உட்கொள்ள மேக வெள்ளை தீரும். வெந்நீர் சாதம் மட்டும் கொடுக்கவும்.

17. தேற்றான்: தேற்றான் விதையைச் சீவி ஊறவைத்தரைத்த விழுது 1/4 பலம் எடுத்து, 1/2 பலம் பசுவெண்ணெயில் குழைத்து உட்கொள்ளவேண்டும். இவ்வாறு நாளுக்கு 2 வேளையாக 5 நாட்கள் மட்டும் செய்ய, மேக ஒழுக்கு தீரும்.

18. அம்மான் பச்சரிசி: அம்மான் பச்சரிசி இலையை அரைத்த விழுது 1/2 பலம். இதனைக் கொஞ்சம் சர்க்கரையுடன் உட்கொள்ள வேண்டும். இவ்விதம் நாளுக்கு 2 வேளையாக 5 நாட்கள் உட்கொள்ள மேக ஒழுக்குத் தீரும்.

19. துளசி: துளசி இலைச்சாறு 1 பலம், நல்லெண்ணெய் 1 பலம். இவ்விரண்டையும் கலந்து நாளுக்கு 2 வேளையாக 7 முதல் 9 நாட்கள் கொள்ள, வெட்டை முதலான நோய்கள் தீரும்.

20. உள்ளி: தோலுரித்த வெங்காயம், நாயுருவி இலை-இவை வகைக்கு 1 பிடி சேர்த்து அரிந்து சட்டியிலிட்டு வேகவைத்து, 1/4 படி நெய்விட்டுக் கொதிக்க வைத்தெடுத்துக் கொள்க. இவற்றை 8 பாகமாக்கி, 2 வேளையாக 4 நாட்கள் சாப்பிட்டு வரப் பிரமியம், மேகச்சூடு, கல்லடைப்பு முதலியன நீங்கும்.

21. நிலப்பனைக் கிழங்கு: நிலப்பனைக் கிழங்கு அரைத்த விழுது 1 பலம் எடுத்து, 1 ஆழாக்கு எருமைப் பாலில் கலக்கிக் குடித்துவர வேண்டும். இவ்வாறு 3 நாள் காலையில் மட்டும் அருந்திவர மேகச்சூடு, மேகக் கடுப்பு நீங்கும். புளி, உப்பு, கைப்பு நீக்கவும்.

பிறமருந்துகள்: குடிநீர் வகைகள்

1. மாதுளைக்குடிநீர்: மாதுளம்பிஞ்சு, மாதுளம் பூ இவை வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து 1/2 படி நீர்விட்டு எட்டிலொன்றாகக் காய்ச்சி வடிகட்டிக் குடித்து வரலாம். இவ்விதம் 2 வேளையாக 5 நாட்கள் அருந்திவர இரத்தப் பிரமியம் தீரும்.

2. நெல்லிமுள்ளிக் குடிநீர்: நெல்லிமுள்ளி, வேப்பம்பட்டை, பேய்ப்புடல், மேல் தோல் நீக்கப்பட்ட சீந்தில் தண்டு இவை வகைக்கு 9 1/2 வராகன் எடை எடுத்துச் சிதைத்து, 9 ஆழாக்குத் தண்ணீர் வார்த்து நாலில் ஒருபாகமாகச் சுண்டவைத்திறக்கி வடிகட்டிக் குடித்துவருக. இவ்விதம் 6 நாட்கள் காலையில் மாத்திரம் கொள்ள மேக வெட்டை, பித்த வெட்டை நீங்கும்.

3. மேகக் குடிநீர் I: மூங்கிலிலை, பாதிரி வேர்ப்பட்டை, கோரைக்கிழங்கு, மஞ்சள் கடுக்காய்த்தோல், தான்றிக்காய்த் தோல், நெல்லிமுள்ளி இவை வகைக்கு 3 வராகனெடை எடுத்துச் சிதைத்து, 3 ஆழாக்கு நீர் வார்த்து நாலிலொரு பாகமாகக் காய்ச்சி வடிகட்டி அதில் தேன் 1 வராகன் எடை விட்டுக் குடித்து வருக. மேகநோய்கள் தீரும்.

4. மேகக் குடிநீர் II: மஞ்சள் கடுக்காய்த்தோல் தான்றிக்காய்த் தோல், நெல்லிமுள்ளி, கோரைக் கிழங்கு, பாதிரிவேர்ப்பட்டை, சிறுபாவட்டைவேர், விரலிமஞ்சள் இவை வகைக்கு 2 வராகன் எடை எடுத்துச் சிதைத்து, 1/2 படி நீர் வார்த்து எட்டில் ஒரு பாகமாகக் குறுக்கி வடிகட்டி, அதில் சுட்டுச் சூரணித்த மஞ்சள் 1 வராகன் எடை சேர்த்துத் தேன் 1 வராகன் எடை விட்டுக் கலக்கிக் குடித்துவரலாம். இவ்விதம் காலை மாலை 2 வேளை உட்கொள்ள மேக வறட்சி தீரும்.

5. மேகக் குடிநீர் **III:** வெட்டிவேர், காட்டாத்திப்பூ, வெள்ளிலோத்திரம், மரமஞ்சள் இவை வகைக்கு 3 1/2 வராகன் எடை எடுத்துச் சிதைத்து, 1/2 படி நீர்விட்டு 8-இல் ஒன்றாகச் சுண்ட வைத்து இறக்கி வடிகட்டி அதில் தேன் 1 வராகன் எடை கலக்கிக் குடிக்கலாம். இவ்வாறு காலையில் மாத்திரம் செய்துவர, மேகநோய் தீரும்.

6. மேகக் குடிநீர் **IV:** சந்தனத்தூள், விலாமிச்சம்வேர், வெள்ளிலோத்திரம், மருதம் பட்டை இவை வகைக்கு 31/2 வராகன் எடை எடுத்துச் சிதைத்து, 1/2 படி நீர் விட்டு 8-இல் ஒன்றாகச் சுண்ட வைத்து இறக்கி வடிகட்டிக் குடித்துவருக. இவ்விதம் காலை மாலை 2 வேளையும் செய்துவர, மேகச்சூடு தீரும்.

7. மேகக் குடிநீர் **V**: ஏலம், கோரைக்கிழங்கு, விலாமிச்சம் வேர், இலவங்கம், இலவங்கப்பத்திரி, வெட்டிவேர், சந்தனம் இவை வகைக்கு 1/4 வராகன் எடை எடுத்துச் சிதைத்து, 1/2 படி நீர்விட்டு 8 இல் ஒன்றாகக் காய்ச்சி வடிகட்டி அதில் கொஞ்சம் சர்க்கரை போட்டுக் கரைத்துக் குடித்து வருக. அனைத்து வகை பிரமிய நோய்களும் தீரும்.

10. மேகக் குடிநீர் **VI:** நெல்லிமுள்ளி, தேற்றான் விதைச் சீவல், மஞ்சள் கடுக்காய்த் தோல், புரசம்பட்டை இவை வகைக்கு 3 1/4 வராகன் எடை எடுத்துச் சிதைத்து, 3 ஆழாக்கு நீர் விட்டு 4-இல் 1 பாகமாகக் காய்ச்சிக் குடித்துவரலாம். இவ்விதம் காலை மாலை 2 வேளையாகச் செய்துவர, மேக நோய்களும் தீரும்.

சூரண வகைகள்

1. புற்றான் சூரணம்: கரையான் புற்றை வெட்டி அதனுள் இருக்கும் சோற்றை எடுத்து வெயிலில் உலர்த்திச் சூரணித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். வேளை 1க்கு 1 வராகன் எடை சூரணத்தைத் தேனில் குழைத்து உட்கொண்டுவர, வெள்ளை நோய்கள் தீரும்.

2. சங்கனாதிச் சூரணம்: சங்கன் வேர்ப்பட்டை, கொடிவேலிவேர்ப் பட்டை, வெள்ளைச் சாறணைச் சமூலம், தூதுளைச் சமூலம், சிவனார் வேம்புச்சமூலம், வீழி சமூலம், முத்தெருக்கன் சமூலம், வெண்ணொச்சிப்பட்டை, மாவிலிங்கம் பட்டை, முருங்கைப்பட்டை, சுக்கு, அரிசித்திப்பிலி, மிளகு, ஏலம், இலவங்கம், சீரகம், கொத்துமல்லி, வெள்ளை மிளகு. கண்டத்திப்பிலி-இவை சமஎடை. சர்க்கரை தேவையான அளவு.

எல்லாவற்றையும் சேர்த்திடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து சூரணித்துக் கொள்ளவும். சம எடை சர்க்கரையை அதில் கலந்து கொள்ள வேண்டும்.

2 வராகன் எடை அளவில், 2 வேளையாக உட்கொள்ள, மேகவாயு முதலியன தீரும்.

3. மேகாதிச் சூரணம்: மிளகு, உலர்த்தின வாழைப்பூ இதழ், மாம்பட்டை, வெள்ளைப்பூண்டு, இவற்றைச் சமமாக நிறுத்தெடுத்து அம்மியில் அரைத்துத் தூளாக்கி 1/2 வராகன் எடை சூரணத்தைப் பசுநெய்யில் மத்தித்து உட்கொள்க. எல்லாவகை வெள்ளை ஒழுக்கும் தீரும்.

4. சதாவேரி இரசாயனம்

சதாவேரிக் கிழங்கை மேல் தோல் நீக்கிச் சிறு துண்டுகளாகக் கத்தரித்து வெயிலில் உலர்த்தி இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்த சூரணத்தில் பசும்பால் மிதக்கவிட்டு 1 நாள் ஊறவைத்து, வெயிலில் உலர்த்தித் தூள் செய்து அதில் பாதி எடை சீனிச்சர்க்கரை, அதே அளவு தேன் விட்டு அதனுடன் நன்றாகக் கலந்து பிசைந்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதில் 1 1/2 வராகன் எடை அளவில் காலை மாலை 2 வேளை உட்கொண்டு வர தந்தி மேகம், வெள்ளை ஒழுக்கு முதலியன தீரும். மீன், புகை, புளி தவிர்க்க வேண்டும்.

இலேகிய வகைகள்

1. பறங்கிப் பட்டை இலேகியம்

பறங்கிப்பட்டைச் சூரணம், சீனாக் கற்கண்டு தூள் வகைக்குப் பலம் 3; வெள்ளைக் குங்கிலியத் தூள், சீரகச் சூரணம், சோம்புச் சூரணம் வகைக்கு பலம் 1; எலுமிச்சம் பழச்சாறு, எள்ளெண்ணெய், வெள்ளைப் பூண்டுச் சாறு-சம அளவு கலந்து கொண்டு, தேவையான அளவு சூரணங்களையும் கற்கண்டையும் நன்றாகக் கலந்து கொண்டு, சாறு வகைகளைச் சிறுகச்சிறுக விட்டுப் பிசைந்து இலேகிய பதமாக எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

வேளை ஒன்றுக்கு 2,3 வராகன் எடை எடுத்துருட்டி அதிமதுரச் சூரணத்தில் புரட்டி உட்கொள்ள வேண்டும். இவ்விதம் தினம் 2,3 வேளையாக 10 நாள் உண்டுவர, எல்லாவகை பிரமிய நோய்களும் தீரும்.

2. வல்லாதி இலேகியம்

சுத்தித்த இரசம், சுத்தித்த நெல்லிக்காய்க் கந்தகம் -வகைக்கு 4 வராகன் எடை.

குரோசாணிச் சூரணம், தண்ணீர் விட்டான் கிழங்குச் சூரணம், சேராங்கொட்டைக் குழித்தைலம்- வகைக்குப் பலம் 1. பனைவெல்லம் பலம் 2.

செய்முறை: இரசத்தையும் கந்தகத்தையும் ஒன்றாகச் சேர்த்துக் கறுப்பாகும் வரை அரைத்து, அதனுடன் மற்றவற்றையும் ஒவ்வொன்றாகச் சேர்த்து மைபோலரைத்து எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அரை முதல் முக்கால் வராகனெடை அளவு, நாளுக்கு 2 வேளையாக உட்கொள்ளலாம்.

வெள்ளை, வெட்டை ஆகிய நோய்கள் தீரும். புளி, புகை தவிர்க்கவும்.

3. சீனா இலேகியம்

பறங்கிப்பட்டைச் சூரணம் பலம் 5; மிளகு, நற்சீரகம், கறுஞ்சீரகம் ஆகியவற்றின் இளவறுப்பாக வறுத்திடித்த சூரணம் வகைக்குப் பலம் 1; இளவறுப்பாய் வறுத்திடித்த அரிசித்திப்பிலிச் சூரணம் பலம் 1/2; ஏலரிசி, இலவங்கம், சாதிக்காய், இவற்றின் சூரணம் வகைக்குப் பலம் 1/4; சர்க்கரை பலம் 1; தேன், பசுவின்பால் வகைக்கு 1/4 படி.

செய்முறை: தேனையும் பாலையும் கலந்து காய்ச்சிப் பாகு பதத்தில் மற்றெல்லா சூரணங்களையும் ஒன்றாகக் கலந்து கிண்டிக் கிளறி இலேகிய பதத்தில் இறக்கிக் கொள்க.

1/2 வராகன் எடை 2 வேளை 40 நாள் உட்கொள்ள, வெள்ளை தொடர்பான அனைத்து நோய்களும் நீங்கும்.

4. மனோகர இலேகியம்

சீனிச்சர்க்கரை, பசுநெய், பசுவின்பால், திறமான கெட்டித்தேன்- இவை சமஎடை சேர்த்து ஒரு பாத்திரத்திலிட்டு அடுப்பிலேற்றி மெதுவாக எரித்துக் காய்ச்சிப் பக்குவமாக பாகுபதத்திலிறக்கி ஆறினபின் இலேகியம் போலாகிவிடும். இதில் 2 1/2 முதல் 3 வராகன் எடை அளவில் தினம் 2,3 வேளை சாப்பிட்டு வர மூத்திரக் கிரிச்சரம், வெள்ளை, வெட்டை, என்புருக்கி முதலியன தீரும்.

5. பால் இலேகியம்

(1) பசுவின் பால் 1 1/2படி

பருத்திவிதை பலம் 25-ஐ ஒரு பாத்திரத்திலிட்டு அது மூழ்கும்படி நீர்விட்டு ஒரு நாள் ஊறவைத்து மறுநாள் இடித்துப்பிழிந்த பருத்திப்பால் 1 படி.

தேங்காய்ப் பால் 1 படி

பனைவெல்லம் 20 பலம்

சீனிசர்க்கரை 22 பலம், நெய் 24 பலம், தேன் 2 பலம்.

(2) மேல் தோல் சீவிய சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கொத்துமல்லி, வெந்தயம், ஏலம், அதிமதுரம், இலவங்கப்பட்டை, இலவங்கப்பத்திரி, சாதிக்காய் இவை வகைக்கு 1/2 பலம்.

இவற்றை ஒன்றாக இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து வைத்துக் கொள்க.

செய்முறை: 1-இல் உள்ள 3 வகைப் பாலையும் ஒன்றாகக் கலந்து, அதில் வெல்லத்தையும் சர்க்கரையையும் கரைத்து வடிகட்டித் திப்பியை நீக்கிக் காய்ச்சிப் பாகுபதத்தில், 2-இல் உள்ள சூரணத்தைச் சிறுகச் சிறுகத் தூவிக் கிண்டிக் கிளறி, நெய்யையும் தேனையும் விட்டுக் கீழிறக்கி ஆறினபின் பீங்கானில் பத்திரப்படுத்தவும்.

1 1/2 பலம் காலை மாலை 2 வேளையாக 40 நாட்கள் உட்கொள்ள மேகவெட்டை, எலும்புருக்கி, வாயு வகைகள், வறட்சி, தாகம் முதலியன நீங்கும். இச்சாபத்தியம் கொள்ள வேண்டும்.

6. சங்கனாதி இலேகியம்

சங்கன் வேர்ப்பட்டை, அமுக்கராக் கிழங்கு, பறங்கிப்பட்டை இவற்றைத் தனித்தனியே இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்த சூரணம் வகைக்குப் பலம் 1; சர்க்கரை பலம் 3, பசுவின்பால் ஆழாக்கு 2, பசுநெய் பலம் 21/4.

செய்முறை: பாலில் சர்க்கரையைக் கலந்து வடிகட்டிக் காய்ச்சிப் பாகுபதத்தில் சூரணங்களை ஒன்றாகச் சேர்த்துத் தூவிக் கிண்டிக் கிளறி நெய்யை விட்டுக் கலந்து இறக்கி ஆறினபின் பீங்கான் பாத்திரத்தில் வைக்கவும்.

5,6 வராகன் எடை அளவில் இரண்டு வேளையாக 9 நாட்கள் உட்கொள்க.

வெள்ளை, வெட்டை, மேகவாயு ஆகியன தீரும். இச்சாபத்தியம் கொள்க.

7. கரிசாலையாதி இலேகியம்

கையான் சமூலம், வெண்ணொச்சியிலை, கொட்டைக் கரந்தை சமூலம்- இவற்றைத் தனித்தனியே நிழலில் உலர்த்தி இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து எடுத்த சூரணம் வகைக்குப் பலம் 2 1/4.

மிளகு, அரிசித்திப்பிலி, மஞ்சள் கடுக்காய்த் தோல் - இவற்றைத் தனித்தனியே இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்த சூரணம் வகைக்குப் பலம் 1 1/2.

கஞ்சா இலைச் சூரணம் பலம் 1.

சர்க்கரை பலம் 16, தேன் பலம் 16.

செய்முறை: சர்க்கரையையும் தேனையும் சேர்த்துக் காய்ச்சி பாகுபதத்தில் சூரணங்களை எல்லாம் ஒன்றாகச் சேர்த்துச் சிறுகச் சிறுகத் தூவிக் கிண்டிக் கிளறி இறக்கி ஆறினபின் பீங்கான் பாத்திரத்தில் பத்திரப் படுத்தவும்.

2 முதல் 3 வராகன் எடை அளவில் சாப்பிட்டு வர, சகல மேகவாயுக்களும் தீரும்.

8. சேராங்கொட்டை இலேகியம்

(1) சுத்திசெய்த சேராங்கொட்டை பலம் 10, தோலுரித்த வெள்ளைப்பூண்டு பலம் 5.

(2) கொப்பரைத் தேங்காய் பலம் 5.

சித்திரமூல வேர்ப்பட்டை, குரோசாணி ஓமம், நற்சீரகம், பெருஞ்சீரகம், செண்பகப்பூ, பறங்கிப் பட்டை, சிலாசத்து, சிறுநாகப்பூ, இலவங்கப் பட்டை, இலவங்கப்பத்திரி, வால்மிளகு இவை வகைக்குப் பலம் 1.

சாதிக்காய் வராகன் எடை 3.

ஏலம், நெல்லிக்காய்க் கந்தகம் வகைக்கு வராகன் எடை 1 1/2.

சாதிப்பத்திரி, இலவங்கம்-வகைக்கு வராகன் எடை 1.

இவற்றில் சிலாசத்து, கந்தகம் இரண்டையும் கல்வத்தில் பொடித்துக் கொள்க.

மற்ற எல்லாவற்றையும் இளவறுப்பாக வறுத்துக் கொள்க.

(3) பசுநெய் ஆழாக்கு 1.

செய்முறை: 1-இல் உள்ள சேராங்கொட்டைச் சூரணத்துடன் கொப் பரையையும் பூண்டையும் சேர்த்திடித்து, சிலாசத்தையும் கந்தகத்தையும் அவற்றுடன் கூட்டி நன்றாக மசித்தபின் நெய்யைச் சிறுகச் சிறுக விட்டு மைபோல இடித்து இலேகியபதமாக எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

1 முதல் 1/2 வராகன் எடை அளவில் 2 வேளையாக 20 நாட்கள் உட்கொள்ள, எல்லா வகையான பிரமிய நோய்களும் தீரும்.

9. அளகாதி இலேகியம்

உலர்த்தின தூதுளம்பூ, முருங்கைப்பூ இவை வகைக்கு படி 1; சதாவேரிக் கிழங்கு பலம் 9; நெருஞ்சிக்காய், நன்னாரி வேர், நிலப்பனைக் கிழங்கு, ஏலரிசி, அதிமதுரம் இவை வகைக்குப் பலம் 1. எல்லாவற்றையும் இடித்துச் சூரணித்து

வஸ்திரகாயம் செய்து கொள்க. சர்க்கரை பலம் 8, நெய், தேன் இவை வகைக்குப் பலம் 20; பசும்பால் படி 2.

செய்முறை: பாலை அடுப்பேற்றிச் சிறு தீயாலெரித்துக் கைவிடாமல் துழாவி, குழம்பான பதத்தில் சூரணத்தைச் சிறுகச் சிறுகத் தூவிக் கிண்டிக் கிளறிப் பதமாக வரும்பொழுது சர்க்கரையைத் தூவிப் பின்பு நெய்யையும் தேனையும் விட்டு நன்கு கடைந்து இறக்கி ஆறினபின் பீங்கான் பாத்திரத்தில் பத்திரப் படுத்தவும்.

1/2 முதல் 3/4 பலம் அளவில் 2 வேளை உட்கொள்ளச் சுக்கில மேகம், என்புருக்கி, கலவி நோய்கள் நீங்கும்.

மாத்திரை வகைகள்

1. வேளை மாத்திரை

நல்வேளைச் சமூலம் 5 பலம்; மிளகு, சீரகம் வகைக்குப் பலம் 1/2. எல்லாவற்றையும் வெந்நீர் விட்டரைத்து ஒவ்வொரு வராகன் எடையுள்ள மாத்திரைகளாகச் செய்துலர்த்தி வைத்துக் கொள்க. வேளை 1க்கு 1 மாத்திரை, 1/4 முதல் 1/2 ஆழாக்குத் தேங்காய்ப்பாலில் அனுபானித்து உட்கொள்ள வேண்டும்.

இவ்வாறு காலை மாலை 2 வேளை 3 நாள் சாப்பிடவும். இச்சமயம் வெந்நீர் சாதம் மட்டும் சாப்பிடவும். 4-ஆம் நாள் உப்பை வறுத்துச் சேர்க்கலாம். பின்னர் படிப்படியாக பால், நெய், மோர் சேர்க்கலாம்.

இவ்வாறு செய்ய சீதப் பிரமியம் நீங்கும்.

2. தேற்றான் மாத்திரை

சரக்கொன்றைக் கொழுந்து, ஆவாரைக் கொழுந்து- வகைக்குப் பலம் 10. இதனை வேக வைக்காத மட்பாத்திரத்தில் போட்டு வாய்க்குச் சில்லிட்டுச் சீலை செய்துலர்த்தி 10 எருவில் புடம் போட்டு எடுத்துக் கொள்க.

தேற்றான் விதை 5 பலம் சீவி பசும்பாலில் வேகவைத்து எடுத்துக் கொள்க.

மஞ்சள் கடுக்காய்த்தோல், நெல்லிமுள்ளி-இவை வகைக்குப் பலம் 1/2.

இவை எல்லாவற்றையும் அம்மியில் மைபோலரைத்து, முடிவில் கொஞ்சம் நல்லெண்ணெய் சேர்த்தரைத்து நெய்ப்பசை உண்டாக்கி ஒரு வராகன் எடை மாத்திரைகளாகச் செய்து கொள்க.

வேளை 1க்கு 1 மாத்திரையாக தினம் காலை மாலை 2 வேளையும் தேனில் இழைத்து உட்கொள்ள பிரமிய நோய் தீரும்.

8. மேகாதி மாத்திரை

1. சித்திரமூல வேர்ப்பட்டை, கடலழிஞ்சில்பட்டை, புளியங்கொட்டைத் தோல், ஆவாரம் வேர்ப்பட்டை, துத்திவிதை, வாகை விதை, நீர்முள்ளி விதை, கொழுஞ்சி விதை, சாதிக்காய், தேற்றான் விதை, முருங்கைப்பிசின், விளாம்பிசின், கறுவேலம்பிசின், உசிலம்பிசின், வேப்பம்பிசின். இவற்றைத் தனித்தனியே தூள் செய்து வஸ்திரகாயம் செய்த சூரணம் வகைக்கு 1 பங்கு

2. கல்மதம், காந்தம், கல்நார், சாதிலிங்கம், கருடப்பச்சை இவை வகைக்கு 1 பங்கு. இவறறைத் தனித்தனியாகப் பொடித்து 1 பங்கு இரசத்தையும் சேர்த்தரைத்து ஒன்றாகச் சேர்த்து வைத்துக்கொள்க.

3. எருமைத்தயிர், இளநீர், பருத்திக்காய்ச் சாறு, கையான் சாறு, பன்னீர்- இவை செல்லத்தக்க அளவு.

செய்முறை. 1, 2-இல் உள்ளவைகளை ஒன்றாகச் சேர்த்து 3-இல் உள்ளவைகளில் முறையே ஒவ்வொன்றாகத் தனித்தனியே விட்டு ஒவ்வொரு சாமம் அரைத்து, மெழுகுப்பதத்தில் தேற்றான் விதைப் பிரமாணம் மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்க.

கடினமான மேக நோய்கள், மூத்திரக் கிரிச்சர நோய்கள், நீர்க்கடுப்பு, என்புருக்கி, உள்ளுருக்கி, கிராணி ஆகிய நோய்கள் தீரும்.

வேளை 1 க்கு 1 மாத்திரையாக தேனில் அல்லது சர்க்கரையில் அனுபானித்துக் கொடுக்க வேண்டும்.

கிருதம் அல்லது நெய்வகைகள்

1. கூழ்பாண்டக் கிருதம்

பூசணிக்காயை இரண்டாக வெட்டி உள்ளிருக்கும் விதை முதலியவற்றை நீக்கி, உரலில் போட்டு இடித்துப் பிழிந்து வடிகட்டின இரசம், கரும்புச்சாறு, தண்ணீர் விட்டான் கிழங்குச் சாறு, வெள்ளரிக்காய்ச் சாறு இவை வகைக்குப் படி 2. நெய் படி 2. இவை எல்லாவற்றையும் கலந்து ஒரு மண்பாத்திரத்திலிட்டு அடுப்பேற்றுக.

கோரைக்கிழங்கு, அதிமதுரம், கற்கடகசிங்கி, கச்சோலம், தாமரை வளையம், தேவதாரம், அரிசித்திப்பிலி, செஞ்சந்தனம், வெட்டிவேர், விலாமிச்சவேர், குறுவேர், கருங்காலிப் பட்டை, நன்னாரிவேர், மரமஞ்சள், பச்சிலை இவை வகைக்குப் பலம் 1/2. இவற்றை இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து கொள்க.

செய்முறை: முன் நெய்க் கூட்டில் இச்சூரணத்தைத் தூவித் துழாவி நீர் சுண்டியபின் நெய் பதத்திலிறக்கி வடிகட்டிச் சீசாவில் பத்திரப் படுத்தவும்.

வேளை 1 க்கு 1/2 முதல் 1 பலம் அளவில் காலை மாலை 2 வேளை 10 நாட்கள் சாப்பிட்டு வரப் பிரமிய நோய், மேகச் சூடு தீரும்.

2. கோவையாதிக் கிருதம்

கோவையிலைச் சாறு, பொடுதலைச் சாறு, தேங்காய்ப்பால், பசுவின்பால், எள்ளெண்ணெய் இவை வகைக்கு படி 1/2. இந்நான்கையும் சேர்த்துக் காய்ச்சி நீர் சுண்டி நெய் பதமாக வரும்போது 10 பலம் பனைவெல்லத்தைப் பொடித்துப் போட்டுக் கரைந்தவுடனே, சாணியைக் குழித்து அதில் தண்ணீர் வார்த்து நெய்ச்சட்டியை இறக்கி அதில் வைத்து நன்றாக ஆறினபின் வடிகட்டிச் சீசாவில் வைத்துக் கொள்க.

3. வல்லாதகி நெய்

மூக்கு வெட்டிச் சாணிப்பாலில் சுத்தி செய்த சேராங்கொட்டை பலம் 21/2. பசுநெய் பலம் 10. கொட்டையை நன்னான்கு துண்டுகளாக வெட்டி நெய்யில் போட்டு எரித்து, கொட்டைகள் மிதந்தவுடன் இறக்கி வடிகட்டிச் சீசாவில் வைத்துக் கொள்க.

1 முதல் 1 1/2 வராகன் எடையாக நாளுக்கு 2 வேளையாக உட்கொண்டு வர, மேக நோய்கள் தீரும்.

எண்ணெய் வகை மருந்துகள்

1. புங்கம் பாலெண்ணெய்

புங்கம் வேரை மெல்லியதாகச் சீவி இழைத்து இடித்துப் பிழிந்து வடிகட்டினபால், தேங்காய்ப் பால் இவை வகைக்கு ஆழாக்கு 1; எள்ளெண்ணெய் ஆழாக்கு 2, மாவிலிங்கம்பட்டை பலம் 1, சுத்தி செய்த நேர்வாளப் பருப்பு வராகன் எடை 1/2. இதனைத் துணியில் முடிந்து பசுவின் பாலில் வேக வைத்து நெய்யில் வறுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

செய்முறை: முன் மூன்று வகைகளையும் ஒன்றாகக் கலந்து அடுப்பேற்றி இரண்டொரு கொதி வந்தவுடன் பின் சொல்லப்பட்ட இரண்டையும் மைபோலரைத்துக் கலக்கிக் காய்ச்சி திரவபதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்க.

1/2 முதல் 1 வராகன் எடை சந்தர்ப்பத்திற்கு ஏற்றாற்போல் காலை மாலை 2 வேளையும் 6 நாட்கள் உட்கொள்ளலாம்.

இதனால் மேகக் கிரந்தி, அரையாப்பு முதலியன தீரும். புளி, உப்பு முறையே சுட்டும் வறுத்தும் சேர்க்கலாம்.

2. மேகத்தெண்ணெய்

1. கீழாநெல்லிச்சாறு
கற்பூரவள்ளிச் சாறு
ஆவாரை இலைச்சாறு
பொன்னாங்காணிச்சாறு
ஆரைக் கீரைச்சாறு
முசுமுசுக்கை இலைச்சாறு
மாதுளையிலைச்சாறு
பொடுதலைச் சாறு
தாமரை வளையச் சாறு
பருத்தியிலைச் சாறு
சிறுகீரைச்சாறு
தூதுளைச்சாறு - வகைக்கு ஆழாக்கு 1.
எலுமிச்சம் பழச்சாறு - ஆழாக்கு 2.

2. நாவற்பட்டை, நிலக்குமிழ் பட்டை, அத்திப்பட்டை, ஓதியம்பட்டை, வெங்காயம், மாதுளை மரப்பட்டை, ஆவாரம் பட்டை, மாதுளம் பிஞ்சு, மாம்பட்டை- இவை வகைக்குப் பலம் 2 1/4. இவற்றைச் சிதைத்து 8 படி தண்ணீர் விட்டு 1 படியாகச் சுண்டவைத்து வடிகட்டிக் கொள்க.

3. ஆமணக்கெண்ணெய் ஆழாக்கு 2, எள்ளெண்ணெய் படி 1/2.

4. ஏலரிசி, மிளகு, சுக்கு, சன்ன இலவங்கப் பட்டை, இலவங்கம்-வகைக்குப் பலம் 2.

சாதிக்காய் வராகன் எடை 2.

சாதிப்பத்திரி, பெருலவங்கப்பட்டை இவை வகைக்கு வராகன் எடை1. இவற்றை இடித்துத் தூளாக்கி வஸ்திர காயம் - செய்து வைத்துக் கொள்க.

செய்முறை: 1, 2, 3-இல் உள்ளவைகளை ஒன்றாகக் கலந்து அடுப்பேற்றி 3/4 பாகம் சுண்டின பின்னர் 4-இல் உள்ள சூரணத்தைத் தூவிக் கிண்டிக் கிளறி மெழுகு பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டிப் பீங்கானில் வைத்துக் கொள்க.

1 1/4 முதல் 1 1/2 வராகன் எடை வீதம், 2 வேளை உட்கொள்ள, எல்லாவகை மேக நோய்களும் தீரும்.

3. சூட்சும மேகத்தெண்ணெய்

தோலுரித்த வெள்ளைப் பூண்டு, மிளகு இவை வகைக்குப் பலம் 1; துளசியிலை பிடி 1, ஆமணக்கெண்ணெய் ஆழாக்கு 2.

செய்முறை: மூன்று வகைகளையும் தனித் தனியே மைபோலரைத்து எண்ணெயில் கலக்கிக் காய்ச்சி மெழுகு பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டிக் கொள்க.

1/2 முதல் 3/4 பலம் காலையில் மாத்திரம் 3 நாள் உட்கொள்க. எல்லாவகை மேகமும் தீரும்.

4. மேகத்தெண்ணெய்

தோலுரித்த வெள்ளைப் பூண்டு, மிளகு இவை வகைக்கு பலம் 2. பசுவின்பால், நல்லெண்ணெய் வகைக்குப் படி 1/2.

செய்முறை: முன்னிரண்டு சரக்கையும் பால் விட்டரைத்து எண்ணெயில் கலக்கி மிஞ்சின பாலையும் சேர்த்துக் காய்ச்சிப் பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டிக் கொள்க.

3 முதல் 4 வராகன் எடை 2 வேளையும் 6 நாட்கள உட்கொள்ள, எல்லாவகை மேக நோய்களும் தீரும்.

5. வெட்பாலை எண்ணெய்

வெட்பாலை இலை 1 பிடி, வெள்ளைப் பூண்டிதழ் வராகன் எடை 2 1/2. இவற்றை மைபோல் அரைத்துக் கொள்க. கார்போகரிசி, கறுஞ்சீரகம், கம்பிப்பிசின், பறங்கிப்பட்டை, ஓமம், மஞ்சள் கடுக்காய்த்தோல், வசம்பு இவை வகைக்கு வராகன் எடை 1. இவற்றை இடித்துத் தூள் செய்து கொள்ளவும். ஆமணக்கெண்ணெய் பலம் 16.

செய்முறை: எண்ணெயில் முன் அரைத்த விழுதைக் கரைத்தும் சரக்குகளின் சூரணத்தைத் தூவியும் அடுப்பேற்றித் திரள் பதமாகக் காய்ச்சி வடிகட்டி வேறு பாத்திரத்தில் ஊற்றி வாய்க்குக் கெட்டியாக சீலை கட்டி நெல்லிற்குள் 15 நாள் வைத்து எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

காலையில் 1 1/2 பலம் அளவிலும் மாலையில் அதில் பாதியும் தேகபலத்திற்கு ஏற்றார் போல் உட்கொள்ள வேண்டும். இவ்விதம் 3 நாள் செய்க. உப்பு,புளி,புகை நீக்க வேண்டும். அரிசி சாதம், சர்க்கரை, இரவில் பால் முதலியன சேர்க்கலாம். 4-ஆம் நாள் உப்பு வறுத்துக் கூட்டி 7-ஆம் நாள் வடிகஞ்சி தேய்த்து வெந்நீர் குளியல் செய்ய வேண்டும்.'

மேக நோயில் ஏற்படும் வெடிப்பு, சூலை, அரிகிரந்தி, வெட்டை ஆகியன தீரும்.

6. மேகாதிக் குழித்தைலம்

முற்றின வேளைவேர், சங்கன் வேர்ப்பட்டை, சேராங்கொட்டை, பூவரசம்பட்டை, சித்திரமூலவேர்ப்பட்டை, நுணா வேர்ப்பட்டை, வேப்பம்பட்டை, சிவனார்வேம்பு வேர், சதுரக்கள்ளி, நிலவாகைப்பட்டை, மருதம்பட்டை-இவை சம எடை எடுத்து நிழலிலுலர்த்திக் குழித்தைலமாக இறக்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

1 முதல் 1 1/2 வராகன் எடை அளவு எடுத்து அரிசிப் பொரிமாவில் கலந்து உட்கொள்க. இவ்விதம் 2 வேளை உண்ணலாம்.

எல்லாவகை மேகப்பிரமிய நோய்களும் தீரும்.

பற்பவகைகள்

1. வெள்வங்கப் பற்பம்

சுத்தி செய்த வெள்வங்கம் பலம் 1-இதனை ஒரு சட்டியிலிட்டு உத்தாமணிச்சாறு படி 1/2 விட்டு அடுப்பேற்றி மெதுவாக எரித்துவர சாறெல்லாம் சுண்டிச் சமபலாகி, வங்கமும் பற்பமாகிவிடும். இது அதிக காரமாக இருக்கும்.

2 முதல் 5 குன்றிமணி எடை தேகபலம் அறிந்து, அளவில் குறைத்தும் அதிகப்படுத்தியும் கொடுக்க வேண்டும்.

காலை மாலை 2 வேளை 10 நாள் உண்ணலாம். உப்பு நீக்கிப் பத்தியம் கொள்ளவும்.

2. கறுவங்கப் பற்பம்

சுத்தி செய்த கறுவங்கத்தைத் தகடாக அடித்து மெல்லிய துண்டுகளாகச் செய்து வைத்துக் கொள்க.

பச்சைப் புளியம் பட்டையை மைபோல் அரைத்த விழுதை ஒரு முழுசதுரமான கோணியின் மேல் 1 அங்குலம் பரப்பி அதில் பல சிறு குழிகள் செய்து அவற்றுள்

முன் சித்தப்படுத்தின வங்கப்பொடியைத் தூவி அதன் மேல் மற்றொரு சதுரமான கோணித்துணியால் மூடித் திரியாகச் சுருட்டி ஒரு சட்டியில் வைத்து, மேல் சட்டி மூடி வைத்துக் கொள்க.

ஒரு முழ அகலமும் ஆழமும் உள்ள ஒரு குழிதோண்டி அதில் அரைப்பாகம் வறட்டியடுக்கி அதன்மேல் முன் சட்டியை வைத்து அதற்கு மேலாகவும் வறட்டி அடுக்கிப் புடமிடவும். புடம் 1 நாள் ஆறிய பின்னர் எடுத்துப் பார்க்க வங்கம் சோளப் பொறி போல் பொரிந்திருக்கும். இதைக் கல்வத்தில் வைத்துப் பொடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து கொள்ளவும்.

3 குன்றியளவு எருமை வெண்ணெய் அல்லது ஒதியம்பட்டைச் சாற்றில் உட்கொள்ளச் சுக்கிலப் பிரமியம் தீரும். செம்பரத்தம் பூச்சாற்றில் உட்கொள்ள இரத்தப்பிரமியமும், பருத்திக்காய்ச் சாற்றில் கொள்ளத் தந்திப் பிரமியமும் தீரும்.

அரையாப்பு மருந்துகள்

1. அரையாப்பு நெய்

1. பசுநெய், எள்ளெண்ணெய் இவை வகைக்குப் படி 1.

2. சங்கன் வேர்ப்பட்டை, மிளகரணை வேர்ப்பட்டை, சத்திச் சாறணை வேர்ப்பட்டை, சாயவேர்ப்பட்டை, செங்கந்தாரி வேர்ப்பட்டை, மாவிலிங்க வேர்ப்பட்டை, கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை, வெள்ளைச் சாறணை வேர்ப்பட்டை, ஆதண்டை வேர்ப்பட்டை, வசம்பு, தோல் நீக்கிய வெள்ளைப் பூண்டு இவை வகைக்குப் பலம் 2. இவைகளை ஒன்றாக இடித்துச் சிதைத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

செய்முறை: 1-இல் உள்ளவைகளை ஒன்றாகக் கலந்து அதில் 2-இல் உள்ளவற்றைப் போட்டுக் காய்ச்சி, சரக்குகள் சிவந்தப் பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்க.

அளவு: பலம் 1/4 முதல் 1/2. காலையில் மாத்திரம் உட்கொள்ள வேண்டும்.

அரையாப்பு, தொடைவாழை, விப்புருதி ஆகியன தீரும்.

பத்தியம்: வெந்நீர் சாதமும், முளைக்கீரையில் மிளகுத் தூளிட்டும் உண்க. 5 நாள் இவ்வாறு செய்து, 6 ஆம் நாள் உப்பை வறுத்தும் புளியைச் சுட்டும் உபயோகிக்க வேண்டும்.

2. அரையாப்பு நெய் (வேறு முறை)

பசுநெய் படி 1

நற்சீரகம், கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை, களிப்பாக்கு-இவை வகைக்குப் பலம் 1. இம்மூன்றையும் இடித்துத் தூள் செய்து தண்ணீர் வார்த்து மைபோல் அரைத்து மேற்படி நெய்யில் கலக்கி அடுப்பேற்றி எரித்து மெழுகுபதமாய் வரும் சமயத்தில் வெல்லம் 1 பலம் போட்டுக் கரைத்துப் பதத்தில் இறக்கிச் சீசாவில் வைத்துக் கொள்க.

1 முதல் 1 1/2 பலம் காலை மாலை 2 வேளை உட்கொள்ளலாம். அரையாப்பு தீரும்.

உப்பு, புளி புகை ஆகா. மருந்தை நிறுத்திய பின் உப்பை வறுத்தும், புளியைச் சுட்டும் சேர்க்கலாம்.

3. அரையாப்பு எண்ணெய்

எள்ளெண்ணெய் படி 1/4

கொடிவேலி வேர்ப்பட்டையை அரைத்த விழுது பலம் 1, பனை வெல்லம் பலம் 1. இவ் விரண்டையும் முன் எண்ணெயில் கலக்கி 3 நாள் வெயிலில் வைத்து நீர் சுண்டினபின்னர்க் கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும். இதை அடுப்பில் வைத்துக் காய்ச்சியும் பயன்படுத்தலாம்.

1/2 அல்லது 3/4 பலம் காலை மாலை 2 வேளையாக, 5 நாட்கள் உட்கொள்ளலாம்.

அரையாப்பு, கிரந்திப்புண்கள், மேக நோய்கள் தீரும்.

உப்பு, புளி, புகை நீக்க வேண்டும்.

4. அரையாப்புக்கு அடை

அரையாழாக்குப் புழுங்கலரிசியைத் தண்ணீரில் ஊறவைத்து எடுத்து அதனுடன் 1/4 வராகன் எடை கொடிவேலி வேர்ப்பட்டையையும் வைத்தரைத்து அடையாக அல்லது ரொட்டியாகச் சுட்டுக் காலையில் மாத்திரம் நெய், சர்க்கரையுடன் உட்கொள்க. இவ்வாறு 3 நாள் சாப்பிடவும். அரையாப்பு தீரும். வெந்நீர் சாதம் மட்டும் சாப்பிடவும்.

5. அரையாப்புப் பற்று

கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை, நத்தைச்சூரி வேர்-இவை இரண்டும் சம எடை எடுத்து மைபோலரைத்த விழுதில் கொட்டைப்பாக்களவு எடுத்து அதில் எள்ளெண்ணெய் விட்டு மத்தித்து அரையாப்புக் கட்டியின் மேல் பற்றிடவும். இவ்விதம் காலையில் மாத்திரம் செய்க. அரையாப்புக் கட்டி உடைந்து, அதிலுள்ள சீழும் நீரும் வெளிவந்து ஆறும்.

6. அரையாப்பு மேல்பூச்சு

1/4 பலம் கொடிவேலி வேர்ப்பட்டையை அரைத்த விழுதை எள்ளெண்ணெய் 1/4 படியில் சேர்த்துக் கலந்து வெயிலில் வைத்து நீர் சுண்டின பின் மேல் பூச அரையாப்புப் புண், கிரந்திப்புண் ஆகியன ஆறும்.

7. மேக வீக்கங்களுக்கு மேல்பூச்சு

துருசு, கறியுப்பு வகைக்கு 2 பங்கும், தாளகம் பங்கு 1 1/2-யும் சேர்த்துப் பொடித்து, உத்தாமணிச் சாறு விட்டு மைபோலரைத்து மேக வீக்கங்களின் மேல் பூசிவர அவை தீரும்.

IV

"அனுபோக வைத்திய நவநீதம்" பாகம் 8-இல் கூறப்படும் சில முறைகள் வருமாறு:

1. குக்கிலாதிச் சூரணம்

சுத்தி செய்த குக்கில் 32 வராகன் எடை, பறங்கிப்பட்டை 16 வராகன் எடை, நெல்லிக்காய் கந்தகம் 8 வராகன் எடை; அரிசித்திப்பிலி, கண்டத்திப்பிலி, வெட்பாலையரிசி, வாய்விடங்கம் வகைக்கு 2 வராகன் எடை.

செய்முறை: இவை எல்லாவற்றையம் ஒன்றாகச் சேர்த்திடித்துத் துணியில் சலித்துக் கொள்ளவும். நெல்லிக்காய்க் கந்தகத்தைத் தனியே தூள் செய்து துணியில் சலித்து ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும்.

அளவு: 1 முதல் 1 1/2 வராகன் எடை.

அனுபானம்: வெந்நீர், சர்க்கரை, நெய், தேன் முதலியன.

தீரும் நோய்: 21 வகை பிரமிய நோய்கள், அல்குல் புற்று, கிரந்தி, மேகச் சூலை, அரையாப்பு, நடுக்குவாதம், திமிர்வாதம், கண்டமாலை முதலியன தீரும்.

2. குக்கில் வல்லாதி

(அ) சுத்தி செய்த குக்கில் 15 பலம், சுத்தி செய்த சேராங்கொட்டை 71/2 பலம்.

(ஆ) வட்டத் திருப்பி, பேய்ப்புடல், தேவதாரம், கறுஞ்சீரகம், வாய்விடங்கம், செவ்வியம், கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை, கார்போகரிசி, கடுகுரோகணி, வசம்பு, மரமஞ்சள், அதிவிடயம், சாதிப்பத்திரி, சிறுதேக்கு, நுனிமஞ்சள், மஞ்சிட்டி, அரிசித்திப்பிலி, ஓமம், கண்டத்திப்பிலி வகைக்கு 4 வராகன் எடை.

(இ) எவ்ச்சாரம், வெங்காரம், படிகாரம், நவாச்சாரம், கல்லுப்பு, கறியுப்பு, வெடியுப்பு, இவை வகைக்கு 4 வராகன் எடை.

(ஈ) தேன் செல்லத்தக்க அளவு.

செய்முறை: (ஆ) வில் உள்ள சரக்குகளை இடித்துத் துணியில் சலித்துக் கொள்ளவும். (இ) யில் உள்ள உப்புகளைத் தூள் செய்து மேற்படித் தூள்களுடன் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்

சேராங்கொட்டையைக் கல்லுரலில் இட்டு மைபோல் இடித்துத் தனியே வைத்துக் கொள்ளவும்.

குக்கிலைத் தனியே இடித்து மைபோலான பின்பு சேராங்கொட்டையைச் சேர்த்திடித்து நன்றாகக் கலந்து, பின்பு மேற்படித் தூள்களைச் சிறுகச்சிறுகத் தூவி எல்லாம் சென்றபின்பு எடுத்து அம்மியில் வைத்துத் தேனைச் சிறுகச்சிறுக வார்த்துத் திப்பியில்லாமல் வெண்ணெய் போலாகிற வரையில் அரைத்துப் பீங்கானில் பத்திரப்படுத்தவும்.

சேராங்கொட்டையை எவ்வளவு இடித்தாலும் சரியாக மசியாது என்பதால் அதைக் குழித்தைலமாகச் செய்து பயன்படுத்தலாம். சேராங்கொட்டை அளவு 1 பலம் எனில் குழித்தைலம் கால் பலம் அளவில் சேர்த்தால் போதும்.

அளவு: 1/4 முதல் 1/2 வராகன் எடை.

தீரும் நோய்: பிரமியநோய்கள், குட்டங்கள், வளிநோய்கள் தீரும்.

3. குக்கில் நெய்

(அ) அரிசித்திப்பிலி, கண்டத்திப்பிலி, செவ்வியம், சித்திரமூல வேர்ப்பட்டை, பொன்முசுட்டை, சீந்தில் கொடி, சுண்டைவேர், வில்வவேர், ஆடாதோடைவேர், இஞ்சி, பேய்ப்புடல், கண்டங்கத்தரி, வேப்பம்பட்டை, கறுவேலம்பட்டை, ஆயில்பட்டை, புங்கம்பட்டை, சரக்கொன்றைப்பட்டை, கோரைக்கிழங்கு,

ஆடுதீண்டாப்பாளை வேர்ப்பட்டை, செங்கடுக்காய்த் தோல், கொத்துமல்லி விதை, தேவதாரம், வசம்பு, முட்காவேளை வேர் ஆகிய இவற்றை வெயிலில் காயவைத்து இடித்தது வகைக்கு 7 1/2 பலம். இவற்றை ஒரு பாண்டத்திலிட்டு, 16 படி நீர் விட்டு எட்டிலொன்றாகக் காய்ச்சி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.

(ஆ) பசுநெய் 1 படி, பால் 1/2படி.

(இ) சீனாக்காரம், சிறுநாகப்பூ, மேல்தோல் சீவின சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, தேவதாரம், கடுக்காய்த் தோல், தான்றித்தோல், நெல்லிமுள்ளி, சவுக்காரம், சத்திச்சாரம், கோஷ்டம், வசம்பு, இலவங்கப்பத்திரி, கொடிவேலிவேர்ப்பட்டை, கண்டத்திப்பிலி, கையான், கடுகுரோகணி, சாறணைக் கிழங்கு, பூமி சர்க்கரைக் கிழங்கு, அதிவிடயம், பொன்முசுட்டை வேர், வெண்கடுகு, சடாமாஞ்சில், பெருங்குரும்பை, யானைத் திப்பிலி, பெருங்காயம், ஓமம், இந்துப்பு, வளையலுப்பு, வெடியுப்பு, கல்லுப்பு, பெருமரப்பட்டை இவை வகைக்கு 1 வராகன் எடை. இவைகளை இடித்துத் தூள் செய்து துணியில் சலித்துக் கொள்ளவும். சுத்தி செய்த குக்கில் 5 பலம் எடுத்து இடித்துக் கொள்ளவும். பிறகு இரண்டையும் சேர்த்து அம்மியில் வைத்துப் பாலைச் சிறுகச்சிறுகத் தெளித்து வெண்ணெய் போலரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

செய்முறை: (அ) வில் உள்ள குடிநீருடன் (ஆ) வில் உள்ள நெய்யையும், பாலையும் கலந்து (இ)யில் சொன்னபடி சித்தப்படுத்தினதைக் கரைத்து அடுப்பேற்றி 5 நாள்வரையில் மந்தாக்கினியாக எரித்துக் காய்ச்சிக் கடுகுதிரள் பதத்திலிறக்கி வடிகட்டி ஒரு பாத்திரத்தில் வைத்து வாய்பந்தனம் செய்து 1 வாரம் வரை தானியபுடம் வைத்துப் பின் உபயோகிக்கவும்.

அளவு: 1 வராகனெடை, காலை மாலை இரண்டு வேளை உபயோகிக்கலாம்.

அனுபானம்: தேன், சர்க்கரை, வெண்ணெய் முதலியன.

தீரும் நோய்: 21 வகை பிரமியம், பிளவை, எண்வகைக் குன்மம், விப்புருதி, கொங்கைக் குத்து, கண்டமாலை, கை கால் முடக்கு, உடலில் கருப்பு முதலியன நீங்கும்.

பத்தியம்: புளி, புகை, கசப்பு, நல்லெண்ணெய், கடுகு, மீன், கருவாடு, அகத்திக் கீரை, முருங்கைக் கீரை, பூசணிக்காய், பறங்கிக்காய், தேங்காய் இவை ஆகா. இச்சாபத்தியம்.

4. அமுக்கராச் சூரணம்

பச்சை அமுக்காரக் கிழங்கு தேவையான அளவு. இதனைத் தண்ணீரால் மண்ணில்லாமல் கழுவி சுத்தி செய்து வட்டமான வில்லைகளாகத் துண்டித்து ஒரு பாத்திரத்தில் போடவும். அவை அமிழ்ந்து இருக்கும் படியாக பசுவின்பாலை விட்டு வேகவைத்துப் பால் சுண்டியபின்பு எடுத்து வெயிலில் உலர்த்தி இடித்துத் துணியில் சலித்த தூள் 8 பலம்.

சிறுநாகப்பூ, ஏலம், சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி இவை வகைக்கு 1 வராகன் எடை; மாசிக்காய்த் தோல் 1பலம். இவை எல்லாவற்றையும் இடித்துத் தூள் செய்து துணியில் சலித்து வைத்துக் கொள்ளவும். சர்க்கரை 10 பலம்.

செய்முறை: மேற்படி இரண்டு வகைத் தூள்களையும் ஒன்றாகக் கலந்து, சர்க்கரையையும் சேர்த்துக் கல்வத்தில் அல்லது அம்மியில் 1 மணி நேரம் அரைத்துப் பீங்கான் பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 1/2 முதல் 2 1/2 வராகன் எடை. காலை மாலை 2 வேளை உட்கொள்ளலாம்.

அனுபானம்: தேன், நெய், வெண்ணெய்.

இதை உட்கொண்டவுடன் சீரண சக்திக்குத் தக்கபடி 1/2 அல்லது 1 ஆழாக்கு காராம் பசுவின் பாலை அல்லது பசுவின் பாலைக் கறந்தவுடன் பருகச் செய்யவேண்டும். பாலில் கற்கண்டு சேர்க்கலாம். இவ்விதம் ஒன்று முதல் இரண்டு மண்டலம் உபயோகிக்கலாம்.

மெலிந்த உடல் பருக்கும். உடல் வலிமை உண்டாகும். வெள்ளை, வெட்டை இவற்றால் உண்டான உடல் சூடு தணியும். பிரமிய நோய்கள் நீங்கும்.

பத்தியம்: பழையது, மீன், கருவாடு ஆகாது.

5. அமுக்கரா விழுது

பச்சை அமுக்கராகிழங்கை அரைத்த விழுது 1 பலம். பால், நெய் நல்லெண்ணெய் ஆகிய இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றை 1 பலம் எடுத்து அதில் கலந்து உட்கொள்ளலாம். காலையில் ஒரு வேளை மட்டும் சாப்பிட்டு உடன் கற்கண்டு சேர்த்துக் காய்ச்சிய பசுவின் பாலைக் குடிக்க வேண்டும். இவ்வாறு செய்துவர மேகச்சூடு நீங்கும். உடல்வலிமை உண்டாகும். உடல் பருத்துத் தழைக்கும். புளிப்பு வகைகளை அதிகமாகச் சேர்க்கலாகாது.

6. அமுக்கரா இலேகியம்

பசுவின்பாலில் வேகவைத்து உலர்த்தி இடித்த அமுக்கராத் தூள் 61/2 பலம். சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, செவ்வியம், வால்மிளகு, கண்டத் திப்பிலி, தாளிசப் பத்திரி, இலவங்கப்பத்திரி, இலவங்கம், சோம்பு, சிறுநாகப்பூ, ஏலம், சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, நிலப்பனைக் கிழங்கு-இவற்றின் தனித் தனித் தூள் வகைக்கு 1/2 பலம்.

கோரோசனை, குங்குமப்பூ, பச்சைக் கற்பூரம், கசகசா இவை வகைக்கு 1 வராகன் எடை.

இந்நான்கையும் தனித்தனியே அரைத்து ஒன்றாகக் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

சர்க்கரை, நெய் 16 பலம்.

தேன் 4 பலம்.

செய்முறை: தூள்களை எல்லாம் நன்றாகக் கலந்து சர்க்கரை, நெய், தேன் ஆகியவைகளையும் அதில் சேர்த்து அம்மியில் அல்லது கல்வத்தில் நன்றாக அரைத்துப் பீங்கான் பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 1/2 முதல் 21/2 வராகன் எடை.

தீரும் நோய்கள்: மேகம் தொடர்பாக வரும் சுரம், வெட்டை, என்புருக்கி நோய், என்பு சுரம் முதலியன தீரும்.

7. அமுக்கரா நெய்

(அ) பச்சை அமுக்கராக் கிழங்கு இடித்த சாறு 1 படி, வல்லாரைச் சாறு 1 படி, பசுவின்பால் 1 படி, பசு நெய் 1 படி.

(ஆ) பச்சைக் கடலை 1 படி -இதனை 1 நாள் தண்ணீரில் ஊறவைத்து இடித்து உப்பு, வெள்ளாட்டுப் பால் விட்டுப் பிசைந்து வடிகட்டி எடுத்துக் கொள்ளவும்.

(இ) நன்னாரி வேர், நற்சீரகம், கறுஞ்சீரகம், ஓமம், பெருஞ்சீரகம், கொத்துமல்லிவிதை, இலவங்கம், இலவங்கப்பத்திரி, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, ஏலம், சாதிக்காய்-இவை வகைக்கு 1 வராகன் எடை. இவற்றைத் தனித்தனியே இடித்துத் துணியில் சலித்துக் கொள்ளவும்.

செய்முறை: (அ) வில் உள்ளவைகளையும் (ஆ)வில் உள்ளவைகளையும் ஒன்றாகக் கலந்து, (இ) யில் உள்ள தூள்களைப் பால்விட்டு வெண்ணெய் போலரைத்து அதில் கலக்கி அடுப்பேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்து மெழுகு பதத்தில்

இறக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.

அளவு: 1 1/2 முதல் 3 வராகன் எடை.

தீரும் நோய்: என்புவெட்டை, மேகவெட்டை, மேகரணம் முதலியன நீங்கும்.

இச்சாபத்தியம் தேவை.

8. பறங்கிப்பட்டைச் சூரணம்

சிவனார்வேம்புச் சமூலம், சிறுகாஞ்சொறி வேர்ப்பட்டை, தலைச்சுருளி வேர்ப்பட்டை, சங்கன்குப்பி இலை, வெள்ளறுகுச் சமூலம், செங்கந்தாரிப் பட்டை, சங்கம் வேர்ப்பட்டை-இவைகளைத் தனித்தனியே உலர்த்தி இடித்த தூள்கள் வகைக்கு 1 பலம்; சுத்தி செய்த பறங்கிப்பட்டைத்தூள் 8 பலம்.

செய்முறை: தூள் வகைகளை எல்லாம் ஒன்றாகக் கலந்து நன்றாகக் கலக்கும்படி இரண்டொரு மணிநேரம் அரைத்துப் பீங்கான்பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 முதல் 1 1/2 வராகன் எடை.

அனுபானம்: சர்க்கரை,நெய், தேன், சிவனார் வேம்புக் குழித்தைலம்.

தீரும் நோய்கள்: மேகப்புண், மேகவெள்ளை, கறுமேகம் முதலியன தீரும்.

இச்சாபத்தியம். நெய், பால், இறைச்சி, மோர் ஆகியன அதிகம் கூட்டவும்.

9. பறங்கிப்பட்டை இளகம்

(அ) பறங்கிப்பட்டை 10 பலம்; சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கண்டத்திப்பிலி, சித்திரமூல வேர்ப்பட்டை, செவ்வியம், சிறுதேக்கு, இலவங்கப் பட்டை, இலவங்கப்பத்திரி, கோஷ்டம், அதிமதுரம், கறுஞ்சீரகம், ஓமம், கற்கடகசிங்கி, அமுக்கராக் கிழங்கு, உலர்த்தின வெள்ளறுகு, சிவனார்வேம்பு, பிரப்பம் கிழங்கு, -இவை வகைக்கு 1 பலம்; ஏலரிசி, இலவங்கம், சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி இவை வகைக்கு 2 வராகன் எடை; சங்கங்குப்பிச்சாறு செல்லத் தக்க அளவு; திருகுக் கள்ளி 1/2 முதல் 1 வீசை.

(ஆ) நாட்டுச் சர்க்கரை 15 பலம், தேன் 20 பலம், நெய் 20 பலம்.

செய்முறை: (அ) வில் உள்ள சரக்குகளை எல்லாம் இடித்துத் துணியில் சலித்து, சங்கங்குப்பிச் சாற்றை விட்டுப் பிட்டைப் போலப் பிசைந்து வைத்துக் கொள்ளவும். 25 படி கொள்ளும்படியான ஒரு பாண்டத்தில் 10 படி வெந்நீரை விட்டு அதில் திருகுக் கள்ளியைத் துண்டுகளாகத் துண்டித்துப் போட்டுப் பானை வாய்க்கு மெல்லிய துணியால் வேடுகட்டி, அதன்மேல் முன் சித்தப்படுத்தின தூள்

வகைகளைப் பரப்பி மேல் சட்டி மூடிச் சந்தில்லாமல் சீலைமண் செய்து அடுப்பேற்றி, சிறு தீயாக எரித்துச் சுமார் 1/2 பங்கு நீர் சுண்டின சமயத்தில் எரிப்பை நிறுத்தவும். குளிர ஆறினபின்பு கவசத்தைப் பிரித்துத் தூள்களை எடுத்து நிழலில் உலர்த்தி அம்மியில் வைத்துக் கட்டிகளில்லாமல் அரைக்கவும் சர்க்கரையை வெந்நீரில் கரைத்துப் பாகு செய்து தேன் விட்டுக் கலந்து, தூள்களைச் சிறுகச் சிறுகக் கொட்டி மத்தால் கடைந்து நெய்யையும் விட்டு நன்றாகக் கிளறி ஆறினபின்னர் பீங்கான் பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 1/2 முதல் 2 வராகன் எடை, காலை மாலை இரண்டு வேளை 20 முதல் 40 நாள் நோய் வலிமைக்குத் தகுந்தபடி உண்ணலாம்.

தீரும் நோய்: 21 வகை பிரமியநோய்கள், மேகச் சூலை, மேகப்பிடிப்பு, மேகக்கிரந்தி, கிரந்தி விரணம், மேக ஊறல், மேகத்தடிப்பு முதலியன.

பத்தியம்: காரம், புளிப்பு, புகை, புணர்ச்சி ஆகா. உப்பு, வெந்நீர், துவரை, உள்ளி, மிளகு, முருங்கைப் பிஞ்சு சேர்க்கலாம்.

10. பறங்கிப்பட்டைப் பதங்கம்

பறங்கிப்பட்டை 10 பலம். இதனைப் பாக்கைப் போல் சீவி ஒரு மண்பாத்திரத்தில் போட்டு அது அமிழ்ந்து கிடக்கும் படியாக சங்கங்குப்பிச் சாறை விட்டு 3 நாள் ஊற வைத்து 4 -ஆம் நாள் வெயிலில் உலர்த்தி இடித்துத் தூள் செய்து வைத்துக் கொள்க.

இலிங்கம், மனோசிலை, நெல்லிக்காய்க் கந்தகம், இரசக்கற்பூரம், கார்போகரிசி, வன்னிவேர்ப்பட்டை, கோஷ்டம், செண்பக மொக்கு, துத்தம், இரசம், இவை வகைக்கு 1/4 பலம்; வங்காளப் பச்சை 1 வராகன் எடை, துருசு 1/2 வராகன் எடை. இந்த 12 சரக்குகளையும் இடித்துத் தூள் செய்ய வேண்டியவைகளைத் தூள் செய்து, மற்ற சரக்குகளையும் தனித்தனியே தூள் செய்து எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து கல்வத்திலிட்டு நல்லெண்ணெயைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து இரண்டுமணி நேரம் அரைத்து ஒரு வில்லையாகச் செய்து கொள்ளவும்.

இந்த வில்லையை ஒரு பானையின் நடுவில் வைத்து அந்தப் பானை வாய்க்கு மெல்லிய துணியால் வேடுகட்டி, முன் சித்தப்படுத்தி வைத்துள்ள பட்டைத் தூள்களை அதன்மேல் வைத்து மறுசட்டி கொண்டு மூடி, சந்தில்லாமல் 7 சீலைமண் செய்துலர்த்தி வட்டடுப்பில் வைத்துச் சந்தில்லாமல் மண் தடவிக் கமலாக்கினியாக 2 சாமம் எரித்து ஆறவிட்டுக் கவசத்தைப் பிரித்துத் தூள்களை எடுத்து மறுபடியும் கல்வத்தில் பொடித்துப் பளிங்கு மூடியுள்ள குப்பியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1/2 முதல் 1 வராகன் எடை, காலை மாலை 2 வேளையும் உபயோகிக்கலாம்.

அனுபானம்: தேன், நெய்.

தீரும் நோய்: வாயு, சூலை ஆகியன.

பத்தியம்: இச்சாபத்தியம்.

11. சந்தனாதிச் சூரணம்

பன்னீர் விட்டிழைத்து உலர்த்தின சந்தனம் 5 பலம்.

கோஷ்டம், நன்னாரிவேர், வால்மிளகு, சீந்தில் சர்க்கரை, மஞ்சள், இலுப்பைப்பூ, அதிமதுரம், கிச்சிலிக்கிழங்கு, ஏலரிசி, தாமரை வளையம், நெய்தல் கிழங்கு, மரமஞ்சள், விலாமிச்சம் வேர், நெல்லிமுள்ளி, இவற்றைத் தனித்தனியே இடித்த தூள் வகைக்கு 1/4 பலம். திராட்சைப்பழம், கசகசா வகைக்கு 1/4 பலம்- இவ்விரண்டையும் தனித்தனியே கொஞ்சம் தண்ணீர் விட்டரைத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். பச்சைக்கற்பூரம் 1 1/4 வராகன் எடை - இதனைப் பொடித்துக் கொள்ளவும்.

செய்முறை: இவை எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து 1 மணிநேரம் அரைத்து எல்லாம் கலந்தபின்பு பீங்கான் பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1/2 முதல் 2 வராகன் எடை.

அனுபானம்: நெய், வெண்ணெய், தேன், பசும்பால். இளநீர், வெள்ளரிப்பிஞ்சுச்சாறு, வெள்ளரி விதைப்பால், பசுவின் மோர்.

தீரும் நோய்: சீழ்மேகம், இரத்தமேகம், தந்திமேகம் முதலான வெள்ளை நோய்கள், நீர் எரிச்சல், நீர்க்கடுப்பு, நீர்ப்பை அழலை முதலிய நோய்களுக்கு இது மிகச் சிறந்த மருந்து. உப்பு, புளிப்பு, புகை நீக்குவது நல்லது.

12. சந்தன நெய்

பசுவின் பால் 2 படி, சந்தன அத்தர் 2 1/2 பலம், வெடியுப்பு 5 வராகன் எடை, படிகாரம் 5 வராகன் எடை.

செய்முறை: பாலில் சந்தன அத்தரைச் சேர்த்துக் காய்ச்சிப் பிரை குற்றிக் கடைந்து வெண்ணெய் எடுத்துக் காய்ச்சி நெய்யாக்கி, மேற்படி இரண்டு சரக்குகளையும் பொடித்து அதில் கலந்து பளிங்குக் குப்பியில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

அளவு: 1 முதல் 2 வராகன் எடை.

தீரும் நோய்: மேக ஒழுக்கு, வெள்ளை நோய்கள், நீரருகல், நீர் எரிச்சல் முதலிய நோய்கள்.

13. வல்லாதகி இளகம்

சுத்தி செய்த சேராங்கொட்டை 12 பலம், தேன் 12 பலம் , பழைய நாட்டுச் சர்க்கரை 12 பலம் , பசும் பால் 1 படி, இலவங்கப்பட்டை, கறுஞ்சீரகம், நெல்லிமுள்ளி, குரோசாணி ஓமம் இவை வகைக்கு 3 வராகன் எடை; யானைத் திப்பிலி 1 3/4 வராகன் எடை; சுக்கு 1 1/2 வராகன் எடை, சாதிப்பத்திரி 1 1/2 வராகன் எடை, இலவங்கம், சாதிக்காய், மாசிக்காய், நீர்முள்ளி விதை, மஞ்சள் கடுக்காய்த்தோல் இவை வகைக்கு 1 வராகன் எடை.

செய்முறை: சேராங்கொட்டையை அம்மியில் வைத்து மெதுவாகப் பொடித்துப் பசுவின் பாலைச் சிறுகச் சிறுகத் தெளித்து வெண்ணெய் போலரைத்து. மிகுந்த பாலில் இதனைக் கரைத்துத் தேனையும் சர்க்கரையையும் சேர்த்து அடுப்பேற்றி 3 விறகால் தீபம்போல் எரித்துப் பாகுபோல் வரும் பதத்தில் முன்சொன்ன சரக்குகளைத் தனித்தனியே இடித்துத் துணியில் சலித்து ஒன்றாகக் கலந்து தூவிக் கிண்டி இளகியபதம் வந்த பிறகு தீயை எடுத்துவிட்டு ஆவிபோகாமல் மூடி வைத்துத் தானே குளிர ஆறினபின்பு எடுத்துப் பீங்கான் பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 முதல் 1 1/2 வராகன் எடை.

தீரும் நோய்: மேக வகைகள், பவுத்திரம், கண்டமாலை, இலிங்கப்புற்று, அல்குல் புற்று, கறுங்குட்டம், பறங்கிப்புண், சூலை முதலியன.

நோய் பலத்திற்குத் தக்கபடி 40 நாட்கள் சாப்பிட வேண்டும். நோய் அதிகப் பலமாக இருந்தால் இடையில் 1 மாதம்விட்டு மறுமுறை சாப்பிடவும். இவ்விதம் 3 முறை சாப்பிட்டால் எந்த வித நாட்பட்ட நோயும் தீரும்.

பத்தியம்: சேவல் இறைச்சி, செம்மறியாட்டு இறைச்சி, அகத்திக்கீரை, துவரம்பருப்பு, பச்சைப்பருப்பு, புடலங்காய், பீர்க்கங்காய், நெய், பால், சர்க்கரை, வெள்ளாட்டு வற்றல் ஆகியவற்றைச் சேர்க்கலாம்.

14. நரசிம்ம இளகம்

(அ) சுத்தி செய்த சேராங்கொட்டை 40 பலம், பசுநெய் 117 1/2 பலம், தேன் 35 பலம், சர்க்கரை 70 பலம். பசுவின்பால் 2 படி.

(ஆ) சீமைச்சதாவரிக் கிழங்கு, கழுவி உலர்த்தின எள்ளு, நெருஞ்சி முள் இவை வகைக்கு 40 பலம்; நிலப்பனைக் கிழங்கு, சீந்தில் சர்க்கரை வகைக்கு 20

பலம்; உலர்த்தி இடித்த பாலமுதுக்கனி கிழங்குத்தூள், ஊமத்தை விதை, கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை வகைக்கு 10 பலம், மேல் தோல் சீவிய சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, வகைக்கு 8 பலம்; சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி,கிராம்பு, அதிமதுரம், பீதரோகிணி வகைக்கு 4 பலம்.

செய்முறை: (அ) வில் உள்ள சேராங்கொட்டையை நான்காக நறுக்கி நெய்யில் போட்டுக் காய்ச்சி எண்ணெய் கக்கினவுடன் நெய்யைத் தனியே எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும். இந்தக் கொட்டைகளைப் பசுவின்பாலில் போட்டுக் காய்ச்சினால் இன்னும் அவற்றிலுள்ள தைலம் புறப்படும். பின்னும் அந்தக் கொட்டைகளை எடுத்துத் தண்ணீரில் போட்டுக் காய்ச்சி அறவே தைலம் புறப்பட்டபின் அந்தக் கொட்டைகளை நீக்கி விட்டு அந்தத் தண்ணீரையும் பாலையும் கலந்து, அதில் சர்க்கரையும் தேனையும் கலந்து அடுப்பேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்துக் காய்ச்ச வேண்டும்.

(ஆ) வில் சொன்ன சரக்குகளில் எள் தவிர மற்ற சரக்குகளை எல்லாம் இடித்துத் தூள் செய்து ஒன்றாகக் கலந்து அம்மியில் வைத்து, (அ) வில் உள்ள பாலைத் தெளித்து வெண்ணெய் போல் அரைத்துக் கொள்ள வேண்டும். எள்ளை இளவறுப்பாக வறுத்துச் சிறுகச் சிறுக அம்மியில் வைத்து மேற்படி பாலைத் தெளித்து வெண்ணெய் போலரைத்து முன் சித்தப்படுத்தினதுடன் கலந்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

முன் அடுப்பில் ஏற்றியிருக்கும் பாகில் அரைத்த மருந்தைச் சிறிது சிறிதாகப் போட்டு மத்தால் கடைந்து வரவேண்டும். சுடர்த்தீயாக எரிக்க வேண்டும். தீ அதிகமானால் மருந்து முறிந்து கெட்டுவிடும்.

அரைத்த மருந்தெல்லாம் பாகில் கலந்த பின்னர் முன் நெய்யையும் விட்டுச் செம்மையாகக் கிளறி அடுப்பிலுள்ள தீயை நீக்கிவிட்டு ஆவிபோகாமல் மூடி அடுப்புடன் விட்டுக் குளிர ஆறின பின்னர் பீங்கான் சாடியில் போட்டு வாய்ப்பந்தனம் செய்து, ஒரு மாதம் வரையில் தானிய புடம் வைத்துப் பிறகு உபயோகிக்க வேண்டும்.

அளவு: 1 முதல் 2 வராகன் எடை.

அனுபானம்: வங்கப் பற்பம், தங்கப் பற்பம், இரசப்பற்பம், கந்தகப்பற்பம், காந்தப் பற்பம் முதலியவற்றில் ஒன்றை மேற்படி இளகத்துடன் சேர்த்துச் சாப்பிட வேண்டும்.

தீரும் நோய்: கர்ப்ப மேகநோய், கிரந்தி, பறங்கிப்புண், வளிநோய்கள், வெட்டை நோய்கள், இலிங்கப்புற்று, அல்குல்புற்று முதலிய நோய்கள் தீரும்.

இம்மருந்து பலநூறு ஆண்டுகளானாலும் கெட்டுப் போகாதிருக்கும் எனக் கூறப்படுகிறது. இதனை கற்பமருந்தாகவும் உண்ணலாம். தங்கப் பற்பத்துடன் சேர்த்து 6 மாதம் சாப்பிட்டால் உடல் இறுகி வச்சிர உடலாகி நரைதிரை மாறும்.

பத்தியம்: இச்சாபத்தியம்.

15. மேக வல்லாதி

(அ) சுத்தி செய்த சேராங்கொட்டை பலம் 4. இதனைக் குழித்தைலமாகச் செய்து கொள்வது நலம். பறங்கிப்பட்டை 4 பலம், தான்றித் தோல் சூரணம் 2 பலம்; சுக்கு, மிளகு, ஓமம், சீரகம், வாய்விடங்கம், மஞ்சள் கடுக்காய்த் தோல்- இவற்றின் தூள் வகைக்கு 1 1/2 பலம்; சுத்தி செய்த மைசாட்சி 1 பலம் (இதனைக் கல்வத்தில் வெண்ணெய் போல அரைத்துக் கொள்ள வேண்டும்), பனைவெல்லம் 16 பலம். முற்றின தேங்காய் 1 (இதனை உடைத்துத் துருவிக் கொள்ள வேண்டும்).

(ஆ) சுத்தி செய்த இரசம் 1 1/2 வராகன் எடை, சுத்தி செய்த இலிங்கம் 1 1/2 வராகன் எடை, சுத்தி செய்த நெல்லிக்காய்க் கந்தகம் 3 வராகன் எடை, நீரடி முத்துப் பருப்பு 3 வராகன் எடை (இதன் மீதுள்ள மேற்சருகையும், நடுவிலிருக்கும் முளையியையும் நீக்கிவிடவேண்டும்).

செய்முறை: இரசத்தையும் கந்தகத்தையும் சேர்த்தரைத்து நன்றாகக் கறுத்த தூளானவுடன் இறுத்து வைத்துக் கொள்ளவும். பின் இலிங்கத்தையும் சேர்த்தரைத்து அதன் பின் நீரடிமுத்தைச் சேர்த்து அரைத்து வெண்ணெய் போலானவுடன் எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

தேங்காய்த் துருவலைக் கல்லுரலில் போட்டு மர உலக்கையால் நன்கு இடித்து மசியச் செய்த பின் மேற்படித் தூள்களையும் அதில் சேர்த்துப் பின்

(ஆ) வில் உள்ள மருந்தையும் அதில் சேர்த்து இடிக்க வேண்டும். பனை வெல்லத்தைத் தண்ணீரில் கரைத்துக் கொஞ்சம் காய்ச்சி வடிகட்டி அதில் உள்ள திப்பி, மண் முதலியவற்றை நீக்கி, கெட்டிப் பாகாகக் காய்ச்சி வைத்துக் கொண்டு முன் மருந்தில் சிறிதுசிறிதாகத் தெளித்து இடித்து வரவேண்டும். எவ்வளவு நேரம் இடிக்கின்றோமோ அவ்வளவுக் கவ்வளவு நன்மையாகும். 6 மணி நேரத்துக்குக் குறையாமல் இடித்து எல்லாம் நன்றாக மசிந்து மைபோலான பின்னர் எடுத்துப் பீங்கானில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1/2 முதல் 1 வராகன் எடை.

தீரும் நோய்: மேகநோய்கள், மேக ஊறல், கிரந்தி, பறங்கிப்புண் முதலியன.

பத்தியம்: கடுகு, நல்லெண்ணெய் தள்ள வேண்டும்.

16. பால் வல்லாதி

(அ) சுத்தி செய்த சேராங்கொட்டை எண் 50, பசுவின்பால் 1 படி, தண்ணீர் அரைப்படி, பனை வெல்லம் 1 பலம். (ஆ) சுத்தி செய்த இரசம், இரசக்கற்பூரம், கந்தகம், சாதிலிங்கம், அரிதாரம், மிருதார்சிங்கி- வகைக்கு 2 வராகன் எடை; வீரம் 1 வராகன் எடை.

(இ) மஞ்சள் கடுக்காய்த் தோல் சூரணம் 12 வராகன் எடை .

செய்முறை: (அ)வில் உள்ள பாலையும் தண்ணீரையும் கலந்து அதில் சேராங்கொட்டைகளை நான்கு துண்டுகளாக நறுக்கிப்போடவும் எண்ணெய் கக்கி கொட்டைகள் மிதந்தபின்பு அவைகளை எடுத்து வேறு தண்ணீரில் போட்டுக் காய்ச்சி எண்ணெய்ப் பசை நீங்கினவுடன் இந்த நீரையும் மேற்படி பாலில் சேர்த்துக் காய்ச்சிக் கைவிடாமல் துழாவிக் கொண்டேயிருந்து எல்லாம் அல்வாவானவுடன் எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

(ஆ) வில் உள்ளவைகளில் இரசம், கந்தகம், வீரம் இவற்றைச் சேர்த்து நன்றாக மசிந்தபின் இலிங்கத்தையும் வீரத்தையும் சேர்த்து அரைக்க வேண்டும். தாளகத்தைத் தனியே பொடித்துப்பின் இதனுடன் சேர்த்து அரைக்க வேண்டும்.

அவ்வாறே மிருதார்சிங்கியையும் பொடித்துச் சேர்த்து அரைக்க வேண்டும். பிறகு வெல்லத்தைச் சேர்த்து அரைத்த பின் (இ)யில் உள்ள கடுக்காய்த் தூளைச் சேர்த்து இரண்டுமணிநேரம் அரைத்து, எல்லாம் ஒன்றாக மசிந்தபின்பு முன் சித்தப் படுத்தியிருக்கும் பால் அல்வாவைச் சிறுகச் சிறுகச் சேர்த்து மைபோல் ஆகும் வரை அரைத்துப் பீங்கான் சிமிழில் பத்திரப்படுத்த வேண்டும்.

அளவு: 2 முதல் 4 குன்றி எடை.

அனுபானம்: சர்க்கரை, வெல்லம், பாலேடு, இளக வகைகள்.

தீரும் நோய்: மேகநோய்கள், அரையாப்பு, கிரந்தி, வெட்டை, பவுத்திரம், கண்டமாலை, வெடி சூலை, இலிங்கப்புற்று முதலிய கொடிய நோய்கள் நீங்கும்.

பத்தியம்: கடுகு, நல்லெண்ணெய், புளி, புகை, புணர்ச்சி ஆகாது. மாமிசம் சாப்பிடாதிருப்பது நலம்.

17. இலகு வல்லாதி

சுத்தி செய்த சேராங்கொட்டை 2 1/2 பலம். இதனை முறைப்படி குழித்தைலம் இறக்கவும்.

சுத்தி செய்த கந்தகம் 1 பலம், சுத்தி செய்த இரசம் 1/2 பலம், சுத்தி செய்த இரசக் கற்பூரம் 1/2 பலம், சுத்தி செய்த இரசச் செந்தூரம் 1/2 பலம், முத்தெருக்கஞ்செவியிலைச் சாறு செல்லத்தக்க அளவு.

செய்முறை: இரசத்தையும் கந்தகத்தையும் சேர்த்து அரைத்து நன்றாகக் கறுத்த பின்னர், மற்ற சரக்குகளையும் சேர்த்துப் பொடித்து முன் சித்தப்படுத்திய சேராங்கொட்டைத் தைலத்தை விட்டு 1 மணிநேரம் அரைத்துப் பிறகு முத்தெருக்கஞ் செவியிலைச் சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து 4 சாம நேரம் அரைத்து மைபோலான பின்பு பீங்கான்சிமிழில் பத்திரப் படுத்தவும்.

அளவு: 2 முதல் 4 குன்றி எடைவரை. உடல் வன்மை, நோய் வன்மைக்குத் தக்கபடி அளவு மாறலாம்.

தீரும் நோய்: கிரந்திப்புண், அரையாப்பு, மேகநோய்கள், மேகவாயு, சூலை நோய்கள் முதலியன.

பத்தியம்: இச்சாபத்தியம்.

18. வெந்தயச் சூரணம்

வெந்தயம், நற்சீரகம், கறுவேலம்பிசின் வகைக்குப் பலம் 1. கற்கண்டுத்தூள், பசுவின் நெய் வகைக்குப் பலம் 5.

செய்முறை: கறுவேலம் பிசினைக் கொஞ்சம் நெய்யில் பொரித்துப் பொடித்துக் கொள்ள வேண்டும். வெந்தயத்தையும், நற்சீரகத்தையும் தனித்தனியே இளவறுப்பாக வறுத்து இடித்துத் தூள் செய்து துணியில் சலித்துக்கொள்ள வேண்டியது. இந்தத் தூள் வகைகளையும் கற்கண்டையும் நன்றாகக் கலந்து ஒரு பாத்திரத்தில் வைத்துக் கொண்டு முன் நெய்யை உருக்கிச் சீலையில் வடிகட்டி அதில் விட்டு நன்றாகக் கலந்து பீங்கான் பாத்திரத்தில் வைத்துக் கொள்ளவேண்டியது.

அளவு: 1 1/2 முதல் 2 1/2 வராகன் எடை.

தீரும் நோய்: வெட்டைச் சூடு, நீரெரிவு, மார்புவலி, மயக்கம், கை கால் அசதி ஆகியவை தீர்ந்து, தாதுவிருத்தி உண்டாகும்.

19. மைசாட்சி வில்லை

மைசாட்சி, இராகுக்கல், நாட்டு வெங்காரம், சீனாக்காரம், சவுக்காரம், மூசாம்பரம், அபினி, கஸ்தூரி மஞ்சள், மைலாலக்கடி, பெருங்காயம் இவை வகைக்கு 1/2 பலம். இவற்றுள் இடிக்க வேண்டியவைகளை இடித்துத் தூள் செய்து

ஒன்றாகக் கலந்து 1/2 மணி நேரம் அரைக்கவும் எல்லாம் கலந்த பின்பு பழுத்த பெரும் கத்தரிப்பழத்திற்குள் அல்லது முற்றிய கத்தரிக்காய்க்குள் குடைந்து வைத்து மூன்று சீலைமண் செய்து உமிக் காந்தலில் வைத்துக் கத்தரிக்காய் வெந்த பதத்தில் எடுத்துக் கவசத்தை நீக்கிவிட்டு மற்றெல்லாவற்றையும் அம்மியில் வைத்து வெண்ணெய்போல் அரைத்துக் கொள்ளவும். 1/4 அங்குல கனமுள்ள வில்லைகளாகச் செய்து கொள்ள வேண்டும். ஒரு தடவை செய்த வில்லையைப் பல தடவை உபயோகிக்கலாம்.

தீரும் நோய்: அரையாப்புக் கட்டி, கரளை முதலியன தீரும்.

20. தேங்காய்ப்பால் இளகம்

(அ) தேங்காய்ப்பால் 5 பலம், கோதுமையை ஊறவைத்து அரைத்துப் பிழிந்த பால், உளுந்தை ஊறவைத்து அரைத்துப் பிழிந்த பால், பருத்திவிதையை ஊறவைத்து அரைத்துப் பிழிந்தபால், பசுவின்பால், கசகசாவை அரைத்துப் பிழிந்த பால் இவை வகைக்கு 2 1/2 பலம்.

(ஆ) பேதானா விதை, நீர்முள்ளி விதை, நாட்டு நீர்முள்ளி விதை, துத்தி விதை, வெந்தயம், சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, நிலப்பனைக் கிழங்கு, பூனைக்காலி விதை, சீமைத் தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு, கறுவாப்பட்டை இவற்றின் தூள் வகைக்கு 3 வராகன் எடை.

(இ) மேல் தோல் நீக்கிய வாதுமைப் பருப்பு, வெள்ளரிவிதைப் பருப்பு, பூசணிவிதைப் பருப்பு, சுரை விதைப்பருப்பு, சாரப்பருப்பு, கசகசா இவை வகைக்கு 3 வராகன் எடை.

செய்முறை: (அ) வில் உள்ள பால்களையெல்லாம் ஒன்றாகக் கலந்து அதில் கற்கண்டைத் தூள் செய்து போட்டும் தேன் விட்டும் பாகு செய்து கொள்ளவும்.

(இ) யில் உள்ள பருப்பினங்களையும் கசகசாவையும் அம்மியில் வைத்து வெண்ணெய் போல் அரைத்து மேற்படி பாகில் போட்டு மத்தினால் கடைந்து பாகுபதத்தில் (ஆ)வில் உள்ள தூள்களை ஒன்றாகக் கலந்து சிறுகச்சிறுகத் தூவி நன்றாகக் கடைந்து கீழிறக்கி ஆறினபின் பீங்கான்பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 1/2 முதல் 2 வராகன் எடை, காலை மாலை 2 வேளையும், 20 நாட்களுக்குக் குறையாமல் உபயோகிக்கவும்.

தீரும் நோய்: எல்லாவகை மேக நோய்களும் தீரும். மேகவெட்டை, உடல் இளைப்பு, அனல் நோய், பித்தச் சூடு முதலியனவும் தீரும். தாதுவலிமை உண்டாகும்.

21. தேங்காய்ப்பால் நெய்

தேங்காய் தனிப்பால் 1 படி, புளியங் கொட்டை மேல்தோல் தூள் 2 1/2 பலம்.

செய்முறை: மேற்கூறிய இரண்டையும் கலந்து அடுப்பேற்றி எண்ணெயாகிற வரையில் காய்ச்சி வடிகட்டி ஆறினபின்னர் பீங்கான்பாத்திரத்தில் பத்திரப் படுத்தவும். இது தேங்காய் எண்ணெய் போல் இல்லாமல் நெய் போலிருப்பதால் இதனைத் தேங்காய்ப்பால் நெய் என்பர்.

அளவு: 1 முதல் 3 வராகன் எடை.

தீரும் நோய்: வெட்டைச்சூடு, கணைச்சூடு, நீர் எரிச்சல், மூலச்சூடு முதலியன தீரும்.

22. தேங்காய் நெய்

(அ) பருமனான தேங்காய் 10-ஐ உடைத்துத் தண்ணீரைத் தனியே வைத்துக்கொண்டு, தேங்காயைத் துருவி பாலை எடுத்துக் கொள்ளவும். கந்தகம், துருசு-வகைக்கு 1/2 பலம், இரசம் 2 1/2 வராகனெடை.

(ஆ) கறுஞ்சீரகம், நீரடிமுத்து இவை வகைக்கு 1 பலம்; கடுகுரோகணி, சுத்தி செய்த வாளப்பருப்பு வகைக்கு 1/2 பலம். மேற்கண்டவைகளில் இடிக்கவேண்டியவைகளை இடித்தும், தூள் செய்ய வேண்டியவைகளைத் தூள் செய்தும் தனித்தனியே நிறுத்தெடுத்துக் கொள்ளவும். கொடிக்கள்ளிப்பால் 1/2 பலம், பிராயம்பட்டைச் சாறு 2 1/2 பலம்.

செய்முறை: (அ) வில் உள்ள இரசத்தையும் கந்தகத்தையும் தொந்தித்து அரைத்து, நன்றாகக் கறுத்தபின்பு துருசையும் சேர்த்து நன்றாக அரைத்துக் கொள்ள வேண்டியது. இவற்றுடன் (ஆ) வில் உள்ள சரக்குகள் எல்லாவற்றையும் கலந்து அம்மியில் வைத்து முன் இளநீரைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து வெண்ணெய் போல் அரைத்து, முன் தேங்காய்ப்பாலில் கலந்து அடுப்பேற்றிக் காய்ச்சி நெய் பதத்தில் வடிகட்டி ஆறினபின் பளிங்குக் குப்பியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1/2 முதல் 2 வராகன் எடை.

அனுபானம்: சர்க்கரை, இளநீர், வெந்நீர்.

தீரும் நோய்: மேகப்புண்கள், வெட்டை, பிரமியம், கிரந்தி, அரையாப்பு, பறங்கிப் புண் முதலியன.

23. இளநீராதி நெய்

(அ) இளநீர் (செவ்விளநீர் மேலானது), பூசணிக்காய்ச் சாறு, வாழைக் கிழங்கின்சாறு, தண்ணீர் விட்டான் கிழங்குச் சாறு, பசுவின் பால், மேல் விடத்தை நீக்கிச் சிதைத்துச் செய்த சீந்தில் குடிநீர்-வகைக்கு 2 படி.

கருப்பஞ்சாறு, பொன்னாங்காணிச்சாறு, நீர்முள்ளிச்சாறு வகைக்கு 1 படி.

நெருஞ்சிச்சாறு, ஓரிலைத் தாமரைச்சாறு இவை வகைக்கு 1/2படி; சர்க்கரை 20 பலம், தேன் 10 பலம்.

(ஆ) சிலாசத்து, கல்நார், கல்மதம், சிறுபீளை வேர்ப்பட்டை, நாயுருவி வேர்ப்பட்டை, யானைத்திப்பிலி, பொன்னாங்காணி வேர், கூகைநீறு, நீர் முள்ளிவிதை , தேற்றான்விதை (இதனை மெலிதாகச் சீவிப்பாலில் ஊறவைத்து அரைத்துக் கொள்க) பொன்னூமத்தை விதை- இவற்றுள் இடிக்க வேண்டியவைகளை இடித்தும், தூள் செய்ய வேண்டியவற்றைத் தூள்செய்தும் எடுத்த தூள் தனித்தனியே 3 வராகன் எடை. இவை எல்லாவற்றையும் அம்மியில் வைத்துப் பசுவின்பாலைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து வெண்ணெய் போல் அரைத்துக் கொள்ளவும்.

செய்முறை: (அ) வில் உள்ளவைகளில் தேன், சர்க்கரை ஆகியன தவிர மற்றவற்றை யெல்லாம் ஒன்றாகக் கலந்து ஒரு பாத்திரத்தில் விட்டு அதில் முன் (ஆ) வில் சொல்யிருக்கிறபடி சித்தப்படுத்தினதைக்.·. கரைத்துச் சிறு தீயாக எரித்து நீரெல்லாம் சுண்டிக் கடுகுத்திரள் பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டின நெய்யில் தேனையும் சர்க்கரையையும் சேர்த்து மறுபடியும் இளஞ்சூடு காட்டி இறக்கி ஆறினபின் பீங்கான் பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 5 முதல் 6 வராகன் எடை.

தீரும் நோய்: சுக்கிலமேகம், வெள்ளை வீழ்தல், வெட்டை, மஞ்சள் வெட்டை, இரத்த வெட்டை, நீர்க்கடுப்பு, நீர் எரிச்சல், கை கால் எரிச்சல் முதலியன.

24. தேற்றான் இளகம்

தேற்றான் கொட்டை 2 பலம் -இதனை மெலிதாகச் சீவி இளநீரில் ஊறவைத்து அம்மியில் வெண்ணெய் போல் அரைத்துக் கொள்ளவும்.

சீரகம், தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு இவற்றின் தூள் வகைக்கு 1 பலம்.

விதை நீக்கின பேரீச்சங்காய், விதை நீக்கிய திராட்சைப்பழம், சாரப்பருப்பு, கசகசா, ஓமத்தூள்- இவை வகைக்கு 1/2 பலம்; சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, மிளகு,

இசப்புக்கோல்விதை, சப்ஜாவிதை, சாலாமிசிரி, ரூபி மஸ்தகி, பேதானா விதை, சீமைநீர்முள்ளி விதை- இவற்றின் தூள் வகைக்கு 1 1/4 பலம்.

மேல்தோல் நீக்கிய வாதுமைப்பருப்பு 1 பலம், மிசிரி அபின் 1 1/4 வராகன் எடை, கறுவாப்பட்டை, வால் மிளகு, இவற்றின் தூள் வகைக்கு 1 1/4 வராகன் எடை பசுவின்பால் 1/2 படி, சர்க்கரை 10 பலம், கற்கண்டு 4 பலம், நெய் 4 பலம்.

செய்முறை: பருப்பினங்களையும், பேரீச்சங்காய், திராட்சை ஆகியவைகளையும் தனித்தனியே அரைத்து வெண்ணெய் போலான பதத்தில் ஒன்றாகக் கலந்து இவற்றுடன் முன் சித்தப்படுத்தின தேற்றான் கொட்டை விழுதையும் மற்ற தூள்களையும் ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். சீனியைப் பாகு செய்து முன் சித்தப்படுத்தியிருப்பதைச் சிறுகச் சிறுகப் போட்டு மத்தால் கடைந்து தூள் செய்த பின் நெய்யை விட்டு மறுபடியும் கலந்து கீழிறக்கி ஆறினபின்பு, அபினியில் கொஞ்சம் தண்ணீர்விட்டு அரைத்து அதில் கலந்து கற்கண்டைப் பொடித்துத் தூவி மறுபடியும் நன்றாகக் கலந்து பீங்கான் பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 1/2 முதல் 2 வராகன் எடை.

தீரும் நோய்: பிரமியம், வெட்டை, மூலச்சூடு, விந்து ஒழுக்கு, தாது இழப்பு, நீர் எரிச்சல் முதலியன தீரும்.

25. மகிழம்படடைச் சூரணம்

முற்றின மகிழம் பட்டையை நிழலில் உலர்த்தி இடித்துத் துணியில் சலித்த தூள் 1 பலம், புரசம்பிசின் தூள் 1 பலம், சீமைநீர்முள்ளி விதைத் தூள் 1 பலம்.

செய்முறை: இம்மூன்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து ஒரு மணி நேரம் அரைத்து நன்றாகக் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

அளவு: 2 வராகன் எடை, காலை மாலை 2 வேளையாக, 7 நாட்கள்.

அனுபானம்: தேன், நெய், நீர்.

தீரும் நோய்: விந்து வெளிப்பாடு, விந்து ஒழுக்கு, விந்து நீர்த்திருத்தல் ஆகியன நீங்கும். புணர்ச்சி வேட்கை உண்டாகும்.

பத்தியம்: ஆட்டுக்கறி, நெய், சிறுபயறு சேர்த்துக் கிச்சடி செய்து சாப்பிடவும். 7 நாட்கள் வரை மகளிர் சேர்க்கை கூடாது.

V

"கண்ணுசாமியம்" என்னும் நூலில் கூறப்பட்டுள்ள முறைகள் வருமாறு:

1. வெள்ளைக்குச் சூரணம்

படிகாரம், கற்கண்டு, நெல்லிவற்றல்-இவைகளைச் சமனெடையாக இடித்துச் சூரணம் செய்து, கலக்கி வேளைக்கு 2 கழஞ்சு வீதம் தினம் அந்தி சந்தி மோருடன் கலந்து சாப்பிட் 3 நாளில் வெள்ளை, நீர்ச்சுருக்கு, நீர் எரிச்சல் முதலியன நீங்கும்.

2. மேகவாய்வுக் குளிகை

பூரம், இலிங்கம் வகைக்கு 3 கழஞ்சு வீதம் கல்வத்தில் இட்டு நன்றாய் அரைத்து ஒரு மண் ஓட்டில் போட்டுச் சிறு தீயில் வைத்து எரித்துப் புகையாவண்ணம் கொடிக்கள்ளி, கரிசிலாங்கண்ணி, கொள்ளுக்காய்வேளை, வெள்ளைச் சாட்டரணை இவற்றின் தனிச் சாற்றைச் சமமாகக் கலந்து 4 சாமம் சுறுக்குக் கொடுத்துப் பின்னர் கல்வத்தில் வழித்துப்போட்டு, அதனுடன் 3 கழஞ்சு சுத்தி செய்த ஓமம் சேர்த்து முன் கலந்து வைத்துள்ள சாற்றில் மெழுகு பதம் காண அரைத்து மிளகுப் பிரமாணம் மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தி சீசாவில் அடைத்திட வேண்டும்.

இம்மாத்திரையில் ஒன்றைப் பனை வெல்லத்தில் வைத்து தினம் 2 வேளையாக, 7 நாள்வரை உண்ணலாம். மேகம் தொடர்பான நோய்கள் யாவும் தீரும். மேக வாய்விலான தீராக் குடைச்சலுக்கு இது சிறந்த மருந்தாகும்.

3. குக்கில் வல்லாதி இலேகியம்

கந்தகம், குக்கில் வகைக்குப் பலம் 8; சேராங்கொட்டை, சீந்தில் சர்க்கரை, எள் வகைக்குப் பலம் 1; கொடிவேலி பலம் 2; சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, நற்சீரகம், கறுஞ்சீரகம், கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய், தக்கோலம், தனியா, கோஷ்டம், அதிமதுரம், குரோசாணி ஓமம், வாலுளுவை, சிற்றரத்தை, பேரரத்தை, கிராம்பு, சிறுதேக்கு, சன்னலவங்கப் பட்டை, சாதிக்காய்,ஏலக்காய் வித்து, வெட்பாலையரிசி, வாய்விடங்கம், அமுக்கராக் கிழங்கு, பறங்கிச்சக்கை, தாளிசப் பத்திரி, சாதிபத்திரி, இலவங்கப்பத்திரி, செவ்வியம், பிஞ்சு கடுக்காய், கடுக்காய்ப்பூ, கண்டுபாரங்கி, பூனைக் காலிவித்து, சூகைநீறு, அதிவிடயம், கோரைக் கிழங்கு, வால்மிளகு, யானைத் திப்பிலி, நிலப்பனை, சாரப்பருப்பு, வாலை இரசம் வகைக்கு பலம் 1.

செய்முறை: சேராங்கொட்டை, கந்தகம் இவற்றைச் சுத்தி செய்து சூரணத்தைக் கந்தகத்துடன் உறவாகும்படி நன்றாய் அரைத்துப் பின்னர் மற்றவைகளை நன்றாய் இடித்துச் சூரணம் செய்து சிறு கண்களையுடைய சல்லடையால் சலித்து மேற் சொன்ன கந்தகத்துடன் கூட்டிக் கல்வத்திலிட்டு இரண்டொருநாள் நன்கு கலக்கும்படி அரைத்துச் சமனெடை பனைவெல்லம் கூட்டி 2,3 சாமத்திற்குக் குறையாமல் எல்லாச் சரக்குகளும் உறவாகும்படி நன்றாய்ப் புரட்டிப்புரட்டி இடிக்கவும். பின்னர் சேதப்படாமல் சாடியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

வேளைக்குச் சுண்டைக்காய் அளவில் தினம் 2 வேளை, 1/2 அல்லது 1 மண்டலம் உட்கொள்ள மேகம் தொடர்பான நோய்கள், அரையாப்பு, கண்டமாலை, புற்று, திமிர் முதலியன தீரும்.

4. சிவனார்வேம்புக் குழித்தைலம்

சங்கம்வேர், பூவரசம்பட்டை, சிவனார்வேம்பு, வாலுளுவை இவைகளைச் சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி ஒரு குடுவையின் அடியில் மூன்று சிறு துவாரங்களையிட்டு அதனில் போட்டு வாயை மூடிச் சீலை செய்துலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும்.

பின்னர் பூமியில் ஒரு பள்ளம் தோண்டிப் பீங்கான் பாத்திரம் ஒன்றை வைத்து முன் சித்தப்படுத்திய குடுவையின் துளையிட்ட பாகம் பீங்கானுக்கு நடுவில் இருக்கும்படிப் பொருத்தி வைத்துச் சந்தில்லாமல் பீங்கானுக்கும் குடுவைக்கும் இரண்டொரு சீலைசெய்யவும்.

பீங்கானைச் சுற்றி மண் போட்டழுத்திக் குடுவை மறைய அரையடி கனத்திற்குச் சூழ எருவடுக்கித் தீயிடவும். புடம் ஆறினபின்னர் கவனமாககுடுவையை நீக்கிப் பார்க்க பீங்கானில் தைலம் நிரம்பியிருக்கும்.

இதனில் அரைக் காசெடை சர்க்கரையில் விட்டு மத்தித்துத் தினம் 2 வேளை, 1 மண்டலம் கொள்ள மேகரணம், மேகத்துடிப்பு, மேகச்சொறி, புண், புரைகள் யாவும் குணமாகும்.

5. பூவரசம் பட்டை எண்ணெய்

கோவையிலைச் சாறு, பீச்சங்கன் இலைச்சாறு, அத்திப்பட்டைச்சாறு, பூவரசம்பட்டைச்சாறு வகைக்கு 1/4 படி; சிற்றாமணக்கெண்ணெய், உப்பு. இவற்றை ஒரு பழகின மட்பாண்டத்தில் சேர்த்து எரித்துக் கொதிக்கும் தருவாயில் இலவங்கப்பட்டை,மிளகு, கடுகுரோகணி, திப்பிலி, வாய்விடங்கம், கார்போகரிசி

வகைக்குப் பலம் 1; அசுவகந்தி பலம் 2 1/2, பறங்கிச் சக்கை பலம் 3. இவற்றையெல்லாம் முன் கூறப்பட்ட ஏதேனுமொரு சாற்றினால் அரைத்துக் கலக்கி வண்டல் மெழுகு பதம் வரும் செவ்வியில் வடித்துக் கொள்க. பின்னர் 1/4 பலம் சுத்தி செய்த பூரத்தைக் கல்வத்தில் இட்டு முன்முடித்த எண்ணெயில் சிறிது விட்டரைத்துப் பின்னர் மொத்த எண்ணெயுடன் கூட்டிக் கலக்கி உபயோகப்படுத்தவும்.

தினம் காலை நேரத்தில் 1/2 பலம் வீதம் 5 நாள் கொள்ள 4,5 முறை பேதி ஆகும். இதனால் மேகப்படை, மேகரணம், சொறி, சிரங்கு, குட்டம் நீங்கும். புளி தள்ளி, இச்சாபத்தியம் கொள்க.

6. பூவரசங்காய் எண்ணெய்

பூவரசங்காய்ச் சாறு 2 படி, முற்றின புங்கன்வேர், விழுதியிலை, சங்கன் குப்பியிலை, நுணாவிலை, வில்வம், வெங்காயம், பிரமியிலை, வேப்பம்பட்டை, மணத்தக்காளி, பொடுதலை, வல்லாரை, ஊழலாற்றிப் பட்டை. இவற்றின் சாறு வகைக்கு 1/4 படியாக எடுத்து, 3 படி சிற்றாமணக்கெண்ணெயில் கூட்டி அதனில் மஞ்சள், கோஷ்டம், அதிமதுரம், சாதிக்காய், சாதிப் பத்திரி, தான்றிக் காய், ஏலம், கிராம்பு, சிறுநாகப்பூ, கசகசா, திப்பிலி, செருப்படை, கிரந்தி நாயகம், புளியாரை, கரிசாலை, கறுஞ்சீரகம் வகைக்குப் பலம் 1/2 யாக முன்கூறப்பட்டுள்ள ஏதேனும் ஒரு சாற்றால் அரைத்துக் கலக்கிப் பதமுறக் காய்ச்சி வடித்து மீண்டும் அதனில் அரைப்பாகம் கந்தகம், அரைப்பலம் பூரம் இவையிரண்டையும் நன்றாக அரைத்துக் கலக்கிச் சீசாவில் இடவும்.

தினம் ஒரு வேளை காலை நேரத்தில் 1/2 பலம் உட்கொள்ள 2,3 தடவை பேதியாகும். இப்படி 3 முதல் 5 நாட்கள் உட்கொள்ள மேகம் தொடர்பான அனைத்துப் படை, சொறி, கட்டி முதலியன நீங்கும்.

7. வங்கரசப் பற்பம்

வெள்வங்கம் பலம் 3/4. சூதம் பலம் 1/2. இவற்றை முறைப்படி உருக்கித் தொந்தித்துக் கல்வத்திலிட்டு அதனுடன் ஒரு பலம் பால்கருடக்கல் சேர்த்துச் சுண்ணநீர் விட்டு 8 சாமத்திற்குக் குறையாமல் நன்றாய் அரைத்து வில்லை தட்டி வெயிலில் உலர்த்தி, அகலில் இட்டுச் சீலை செய்து காய்ந்த பின் 30 வறட்டியில் புடமிடப் பற்பமாகும்.

இதனில் குன்றியெடை எடுத்து நெய் அல்லது வெண்ணெயில் தினம் 2 வேளை உண்ண வெள்ளை, நீர்ச்சுருக்கு, மேக அழலை முதலியன நீங்கும்.

8. கறுவங்கச் சுண்ணம்

சுத்தி செய்த கறுவங்கத்தை ஒரு வாணலியில் போட்டு உருக்கி, ஆடுதின்னாப்பாளையைச் சிறிதுசிறிதாகப் போட்டு இரும்புக் கரண்டியால் உலோக சத்தில்லாமல் 12 சாமம் வறுத்து, அதனுடன் சம அளவு கெட்டி மிளகைக் கூட்டி மேற்படி மூலிகைச் சாறு விட்டு அரைத்து வில்லை செய்து, நன்றாகக் காய்ந்தபின் அகலில் அடக்கிச் சீலை செய்து உலரவைத்து 50 எருவில் புடமிடச் சுண்ணமாகும்.

இதனில் வேளைக்கு அரைக் குன்றி, அந்தி சந்தியாக இருவேளை 7 நாள் நெய், தேன் முதலிய அனுபானங்களில் கொடுக்க மேகவாய்வு, நீரடைப்பு, முதலியன தீரும். தவிர மேகக் கட்டி, மேகவிரணங்களும் ஆறும். புளி, மிளகாய், புகையிலை நீக்கவும்.

9. வீரரசப்பதங்கம்

ஒரு பலம் சூதம், ஒரு பலம் வீரம். இவ்விரண்டையும் நன்றாக அரைத்து ஒரு சிறு குடுவையில் போட்டு வாய்க்கு ஒடு மூடிச் சீலை செய்து காய்ந்த பின், 3 செங்கல்களை அடுப்பு போல் அமைத்து அதன் மேல் குடுவையை வைத்து அடியில் ஒரு அகன்ற அகலில் நிறைய விளக்கெண்ணெய் விட்டு அதில் 25 இழையுள்ள பருத்தி நூல் திரியிட்டு ஒரு சாமம் எரிக்கவும். பின்னா 2-ஆவது சாமத்தில் அதைப்போன்று மற்றொரு திரியிட்டு எரிக்கவும். இவ்வாறு 4 சாமம் எரிக்கவும். பின் ஆறவிட்டு எடுக்கப் பதங்கமாகியிருக்கும்.

இதனை எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டு நன்கு அரைத்துச் சீசாவில் பத்திரப்படுத்துக.

தேக வன்மைக்கு ஏற்றவாறு ஒரு பலம் சிற்றாமணக்கெண்ணெயில் குன்றியளவு பதங்கத்தை நன்றாக உறவாகும்படிக் கலக்கிக் காலையில் சாப்பிட 4,5 தடவை பேதியாகும். மேகவாயு, பிடிப்பு, மேக விரணம் முதலியன குணமாகும்.

பத்தியம்: புளி நீக்கவும். இச்சாபத்தியம் தேவை. பசித் தீபனம் அதிகமாகக் காணப்படுமாதலால் நல்ல ஆகாரங்களை உட்கொள்ளுதல் வேண்டும்.

மேற்கூறப்பட்ட பதங்கம் 4 வராகன் எடை, வரகரிசி மாவு 1/2 பலம், பனைவெல்லம் 1/2 பலம்.

இவைகளை அரைத்து மெழுகாகச் செய்து மிளகுப் பிரமாணம் வாழைப்பழத்தில் வைத்துத் தினம் 2 வேளை 3 முதல் 5 நாட்கள் கொடுக்கப் புண், கிரந்தி, அரையாப்பு, தொடை வாழை முதலியன குணமாகும்.

10. வெள்ளிப் பற்பம்

இரசம், நவாச்சாரம், வெள்ளைப்பாடாணம் வகைக்கு 1 கழஞ்சு , வெள்ளி அரப்பொடி 7 கழஞ்சைக் கல்வத்திலிட்டு நாகமல்லியிலைச் சாற்றால் 4 சாமம் இடையறாது நன்றாக அரைத்து வில்லை செய்து வெயிலில் காய வைத்துப் பின்னர் அகலில் வைத்து மேல் அகல்மூடிச் சீலை செய்து 30 எருவில் புடமிடப் பற்பமாகும். ஒருக்கால் வெள்ளியின் சத்து இருக்குமானால் அல்லது பற்பத்தின் நிறம் கறுத்திருப்பினும், முன் கரைத்த மூலிகைச் சாற்றால் மீண்டும் 4 சாமம் அரைத்து வில்லை செய்து முன்போல் புடமிடவும். நல்ல பற்பமாகும்.

இதனில் கால் குன்றிப் பிரமாணம் தினம் 2 வேளை, தேகவன்மைக் கேற்றவாறு 5 முதல் 7 நாட்கள் நெய், வெண்ணெய் ஆகியவற்றில் கொடுக்க வெள்ளை, தந்திமேகம், நீரடைப்பு முதலியன குணமாகும். வளிநோய்களும் நீங்கும்.

11. கல்நார்ப் பற்பம்

5 பலம் நாட்டுக் கல்நாரைக் கல் இல்லாமல் கரைத்த சுண்ணாம்பில் 6 நாள் ஊறப்போட்டு எடுத்து அதற்குச் சுண்ணாம்பும் பிரமியிலையும் சமடைாக அரைத்துக் கனமாகக் கவசம் செய்து உலர்த்திப் பின்னர் மண்சீலை செய்து 100 எருவில் புடமிடவும். மீண்டும் உள்ளிட்ட கல்நாரை எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டு வெற்றிலைக்காய்ச்சாறுவிட்டு நன்றாய் அரைத்து வில்லை செய்துலர்த்தி அகலிலிட்டு மேலகல் மூடிச் சீலை செய்து, 25 வறட்டியில் புடமிடவும். இவ்விதம் 3 புடமிட நல்ல பற்பம் ஆகும்.

வேளைக்குக் குன்றியளவு நெய், வெண்ணெய் முதலிய அனுபானங்களில், தினம் 2 வேளை கொள்ளின் நீர் எரிச்சல், மேகக் காங்கை, நரம்பு பலவீனம் முதலியன நீங்கும். தேகத்தில் விந்தூறும். நரம்புகள் வலுப்படும்.

12. சூதப்பற்பம்

ஒரு கோப்பையில் சூதத்தையும் வெடியுப்புத் திராவகம் என்னும் புகைநீரையும் விட்டு வெயிலில் வைக்க ஒருவிதமாகக் கட்டுப்பட்டுப் பூத்துப் புட்டுப் போலாகும். இதனை நன்கு உலர்த்திப் பொடித்து வைத்துக் கொள்க.

ஒரு சிற்றண்டத்தில் சிறு துளையிட்டு அதன் மூலமாக ஒரு குச்சியை விட்டுவிட்டு இழுக்க உள்ளிருக்கும் கரு எல்லாம் வெளியாகும். பின்னர்

காயவைத்து அதனில் முட்டை ஒன்றுக்கு ஒரு வராகனெடையாக முன் சித்தப்படுத்திய சூதபற்பத்தைச் செலுத்தி வாய்க்கு ஒரு முட்டை ஓட்டின் துண்டினால் உழுந்தின் பசை தடவி மூடிச் சீலை செய்து நன்றாகக் காய்ந்த பின் 12 வறட்டியில் புடம் போடவும். ஆறினபின் கவசம் நீக்கி அண்டத்தின் ஓட்டையும் உள்ளிருக்கும் பற்பத்தையும் சேதப்படாமல் எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டு அரைத்து வைத்துக் கொண்டு 2,3 அரிசிப்பிரமாணம் கருப்பட்டியில் தினம் 2 வேளை, 5 நாட்கள் கொடுக்க மேகத்தினால் வரும் பிடிப்புகள், கிரந்தி, கொறுக்கு, குழிவிரணங்கள் முதலியன தீரும்.

இச்சாபத்தியமாக இருக்கவும். பசுமோர், நெய் ஆகியவற்றைத் தேகம் சூடாகாமல் இருக்க மிகுதியும் சேர்க்கவும்.

13. திரிலோக பூபதி

தங்கம் அரப்பொடி, கெட்டிமுத்து வகைக்கு 2 குன்றியெடை, வெள்ளியரப்பொடி, தாம்பிர அரப்பொடி, சீமைக் கல்நார், பவழம் வகைக்கு 3 குன்றி எடையாகக் கல்வத்திலிட்டுப் பழச்சாற்றினால் 4 சாமம் அரைத்து வில்லை செய்து காயவைக்கவும். ஒரு அகலில் மெலிதாகச் சீவிய கற்றாழையின் சோற்றை வைத்து அதன்மீது வில்லையை அடுக்கி மேலும் முன்போல் மெல்லியதாகச் சீவிய கற்றாழையின் சோற்றையிட்டு மேல் அகல் மூடிச் சீலை செய்து 7,8 வறட்டியில் புடமிடவும். அரைத்து அரைத்து 4,5 புடமிடப் பற்பமாகும் இது அதிக வெளுப்பாயிராது. மேக வர்ணத்திலும் சற்று உயர்தரமாக வெளுத்தே காட்டும்.

இதனில் அரிசிப்பிரமாணம் தினம் 2 வேளை, 7 நாட்கள் நல்ல இலேகியங்களில் வைத்துண்ணலாம். மேகம் சம்பந்தமான பல நோய்களும், வாத நோய்களும், குன்மமும் தீரும். நல்ல ஆகாரம் உட்கொள்ள வேண்டும்.

14. நாகப்பற்பம்

வெடியுப்பு, படிகாரம், எலுமிச்சம் பழத் தோல் இவைகளை வகைக்கு ஒரு பலமாகக் கல்வத்திலிட்டு நன்றாக அரைக்க மெழுகு போலாகும். இதனை வில்லையாகத் தட்டி நெருப்பனலின்மீது ஒரு புது மண் ஓட்டைவைத்து அதனிலிட்டு நீர் சுண்ட, புரட்டிப் புரட்டிக் கொடுத்து எடுத்துக் கொள்க. இதனை ஒருவிதமான குரு என்பர்.

இலுப்பை எண்ணெயில் 7 முறை உருக்கிச் சாய்த்துச் சுத்தி செய்தெடுத்த ஒரு பலம் நாகத்தை இரும்பு வாணலியில் இட்டுக் கன்னான் உலையில் வைத்து உருக்கி, முன் சித்தப்படுத்தி வைத்துள்ள குருவைப் பொடித்துச் சிறிது சிறிதாகப்

போட்டு அயக்கரண்டியால் துழாவி, விசையாக உலையை ஊத, நாகமானது பற்றி எரிந்து பூத்துநிற்கும். இதனைச் சேதப்படாமல் சுரண்டிக் கல்வத்திலிட்டு ஆமணக்கிலைச் சாற்றால் 4 சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டிக் காய வைத்து, ஓட்டிலிட்டு மேலகல் மூடிச் சீலை செய்து முழுப்புடம் போடவும். இப்படி 3 புடமிட உயர்தரமான பற்பமாகும்.

இதனில் குன்றி எடை நெய், வெண்ணெய் முதலிய அனுபானங்களில் தினம் இருவேளை. உட்கொள்ள மேகரணம், வெள்ளை நோய், நீர் எரிச்சல், மூலம், பவுத்திரம் முதலியன நீங்கும். தாது வலுக்கும்.

15. பஞ்சபாணப் பற்பம்

கற்பூர சிலாசத்து, பால் கருடக்கல், கல்நார், பவழம், வெங்காரம் வகைக்குப் பலமாக எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டுக் குமரிச் சாற்றால் 4 சாமமரைத்து வில்லை தட்டிக் காய வைத்து அகலிலிட்டு மேல் அகல் மூடிச் சீலைசெய்து காய்ந்த பின்னர் 20 வறட்டியில் புடமிடவும்.

புடம் நன்கு ஆறின பின்னர் மருந்தை எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டு மீண்டும் குப்பைமேனிச் சாற்றில் 4 சாமம் அரைத்து வில்லைதட்டி முன் போல் அகலில் அடக்கிச் சீலை செய்து 20 வறட்டியில் புடமிடவும். இது உயர்தரமான பற்பமாகும். பொடித்துச் சீசாவில் இடவும்.

வேளைக்கு 1 குன்றியளவு தினம் 2 வேளை நெய், வெண்ணெய் முதலிய அனுபானங்களில் ஒருவாரம் உண்ண வெள்ளை, நீர்ச்சுருக்கு, நீர் எரிச்சல் முதலியன தீரும். பத்தியம்: காரசாரமில்லாத ஆகாரமாக உட்கொள்ளல் சாலச் சிறந்தது.

16. வெள்ளிப் பற்பம்

ஆலம் விழுதின் நுனிகளைக் கொய்து உலர்த்திச் சுட்டுச் சாம்பலாக்கியது 1 பலம், வெள்ளி அரப்பொடி அல்லது சுத்தப்படுத்திய வெள்ளிச்சரிகை 1 பலம். இவையிரண்டையும் கல்வத்திலிட்டு ஆலம் விழுதின் நுனிகளை இடித்துப் பிழிந்தெடுத்த சாறுவிட்டு 3 சாமம் அரைத்து வில்லைதட்டி அகலில் இட்டுச் சீலை செய்து முழுப்புடமிடவும். இப்படி 3 முறை புடமிட்டெடுத்த பற்பத்தில் குன்றி எடை தினம் 2 வேளை நெய்யில் கொள்ளத் தாதுவலுக்கும். வெட்டை அறவே நீங்கும்.

17. பஞ்சபூதச் செந்தூரம்

வீரம், இரசம், இலிங்கம், பூரம், இரசச் செந்தூரம் வகைக்கு 1/2 பலம் வீதம் கல்வத்தில் இட்டு அரைத்து ஒரு மண்ணோட்டில் போட்டுத்தீயின் மேல் வைத்து

முருங்கைப்பூச் சாறு, செப்பு நெருஞ்சில் இலைச்சாறு, முலைப்பால் சம அளவாகக் கலந்து, வைத்துக் கொண்டு, 4 சாமம் சுருக்குக் கொடுத்து ஆறினபின் இரண்டொருநாள் உலரும்படி வைத்துக் கல்வத்திலிட்டு 1 வாரம் வரையில் தினம் 2, 3 மணி நேரத்திற்குக் குறையாமல் அரைத்துவரச் செந்தூரம் ஆகும்.

இம்மருந்தில் தினம் 2 வேளை, காலை மாலை தேன், நெய் முதலிய அனுபானங்களில் 1/2 முதல் 1 குன்றிமணிப் பிரமாணம் கொடுக்க மேகரணம், குடைச்சல், பக்கவாதம், சர்வாங்க வாய்வு முதலியன தீரும்.

பத்தியம்: புளி நீக்கி, இச்சாபத்தியமாக இருக்கவேண்டும்.

இச்செந்தூரத்தில் தேன் விட்டரைத்து மெழுகு பதமாக வைத்துக் கொள்வதுமுண்டு. அந்நிலையில் அதைப் பஞ்சசூதமெழுகு என்று சொல்வர். இச் செந்தூரம் நாட்பட்டதாக இருப்பின் நல்லது.

18. சிங்கிச் செந்தூரம்

மிருதார்சிங்கி 1 பலம், அன்னபேதி 1 பலம். இவையிரண்டையும் கல்வத்திலிட்டு மழை நீரில் 10 சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டிக் காயவைத்து அகலில் அடக்கி மேல் அகல் மூடிச் சீலை செய்து காய்ந்தபின், 20 பலம் கொண்ட வறட்டியில் புடமிடச் செந்தூரமாகும்.

இதனில் வேளைக்கு அரைக்குன்றியளவு தினம் 2 வேளை தேன், நெய் முதலிய அனுபானங்களில் கொடுத்துவரத் தாது வலுக்கும். மேகவிரணங்கள், வாத, பித்த ரோகங்கள் குணமாகும்.

19. சொர்ணவங்கச் செந்தூரம்

ஒரு பலம் கறுவங்கத்தை முறைப்படிச் சுத்தி செய்து ஒரு சட்டியில் போட்டு அடுப்பின்மீது வைத்துருக்கி, அதனோடு கொஞ்சம் கொஞ்சமாக தங்க ரேக்கு ஒரு வராகன் எடை கொடுத்துத் தேய்க்க உறவாகும். அத்தருணம் தீயை அதிகப்படுத்தி, சட்டியானது செந்நிறமாக இருக்குந் தறுவாயில் சிறு துண்டுகளாக நறுக்கிய 10 பலம் வெள்ளைச் சாட்டரணைச் சமூலத்தைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் போட்டுக் கரண்டியால் தேய்க்க 1 சாமத்திற்குள் அற்புதநிறமுடைய செந்தூரம் ஆகும்.

இச்செந்தூரத்தில் அரிசிப்பிரமாணம் தினம் 2 வேளை நெய், தேன் இவற்றில் 7 நாட்கள் உட்கொள்ள நீடித்த வெள்ளை, தந்திமேகம் முதலியன குணமாகும். வியாதி மிகவும் தீவிரமானதாயின் மீண்டும் ஒருமுறை சாப்பிட வேண்டும்.

கருமேகத்திற்கு 4 அல்லது 6 முறை சாப்பிட வேண்டும். மேக விரணங்களுக்கு 3 அல்லது 4 முறை உட்கொள்ள வேண்டும்.

20. பூரச் செந்தூரம்

சுத்தி செய்த பூரம் 4 பலம், வாலை இரசம் 2 பலம், சுத்தி செய்த கந்தகம் 2 பலம். முதலில் கந்தகத்தையும் வாலை இரசத்தையும் கல்வத்திலிட்டு நன்றாய் அரைத்துச் சுத்தக் கறுப்பாக இருக்கும் தன்மை நோக்கி அதனுடன் இரசக்கற்பூரத்தைக் கூட்டி 2, 3 சாமம் வரையில் எல்லாம் உறவாகும்படி அரைத்து, பெருந்தேங்காய்ப் பிரமாணம் உள்ள ஒரு மட்குடுவையில் மருந்தைப் போட்டு அத்தகைய மற்றோர் குடுவையை வாய்பொருந்தும்படி கவிழ்த்து, சந்தில்லாமல் மண் அப்பி 7 சீலை செய்து வெயிலில் காயவைத்து மேல் குடுவையின் உச்சியில் குடைக்கம்பி தாராளமாக நுழையும் படியான ஓர் துளையிட்டு வைத்துக் கொள்க.

பின்னர் ஒரு வாயகன்ற மட்பாண்டத்தில் நான்கு விரலளவு பெருமணல் பரப்பி அதன் மத்தியில் முன் சித்தப்படுத்திய குடுவையை அமர்த்தி, மேற்குடுவை முக்கால்பாகம் மறையும் படியாக மணல்கொட்டிப் பரப்பி அடுப்பேற்றி 4 சாமம் முத்தீயாக எரித்து வருக. இங்ஙனம் எரிக்கும்போது நாழிகைதோறும் மேற் குடுவையிலிட்டத் துளையின் வழியாகக் குடைக் கம்பியை விட்டு மருந்தைக் கிளறிக் கொடுத்துக் கொண்டு வருக. கம்பியின் முனை சிவந்தவர்ணம் காட்டினும் வெளுத்த புகை படிந்திடினும் செந்தூரம் ஆயிற்று என அறியலாம்.

இதனில் 1/2 முதல் 1 குன்றி நெய், தேன் ஆகிய அனுபானங்களில் தினம் 2 வேளை, 5 முதல் 7 நாட்கள் உண்ணக் கிரந்தி, மேகவிரணம், சூலை வாதக் குடைச்சல், சுரம், சன்னி முதலியன தீரும். மேகம் சம்பந்தமான பல நோய்களைப் பரிகரிப்பதற்கு இது ஒரு விசேஷ மருந்தாக எண்ணப்படுகிறது.

21. வீர மெழுகு

அரைப்படி கொடிக்கள்ளிச் சாறும், அரைப்படி முலைப்பாலும் தனித்தனியாகச் சேகரித்து வைத்துக் கொண்டு, ஒரு மண்ணோட்டில் 1 பலம் வீரத்தைச் சிறு துண்டுகளாக நறுக்கியிட்டு அடுப்பின் மீது ஏற்றிச் சிறு தீயாக எரித்து ஒன்றன்பின் ஒன்றாகச் சுருக்கிட்டுக் கொண்டுவரின், வீரம் கரைந்து சுண்டி மெழுகு பதமாகும். பின்னர் சமனெடைப் பனைவெல்லம் சேர்த்து நன்றாய் அரைத்துப் பத்திரப் படுத்தவும்.

இதனில் வேளைக்குக் குன்றி பிரமாணம் தினம் 2 வேளை 3 நாள் கொடுக்க மேகம் தொடர்பான பிடிப்பு முதலான எல்லா நோய்களும் குணமாகும். புளி தள்ளி, இச்சாபத்தியமாக இருத்தல் அவசியம்.

22. மேகவிரணக் களிம்பு

பூரம், மிருதார்சிங்கி, படிகாரம், இலிங்கம் இவைகளைச் சம எடையாகக் கல்வத்தில் போட்டு நன்றாக அரைத்து வைத்துக் கொண்டு வேண்டும் போது வெண்ணெயில் சிறிது மத்தித்து மேக விரணங்களுக்கும், கொருக்குப் புண்களுக்கும் பூச ஆறும்.

VI

"ஆத்மரட்சாமிர்தம்" என்னும் "வைத்திய சார சங்கிரகம்" என்ற நூலில் கூறப்படும் சில சிகிச்சை முறைகள்:

வெள்ளை நோய்க்கான பொது மருத்துவம்

1. ஒரு பலம் சீனிக்காரத்தை ஆவின் பாலால் ஆட்டி வில்லைதட்டிக் காயவைத்து ஓட்டிலிட்டுச் சீலைமண் செய்து காடைப்புடம் போட்டு, வேளை ஒன்றுக்கு 1 வராகன் எடை வீதம் எலுமிச்சம்பழச்சாற்றில் 3 நாள் கொடுக்க நீங்கும். பத்தியம்: மோர்சாதம் மட்டும் சாப்பிட வேண்டும்.

2. சிற்றிலைப்பாலாடையை எலுமிச்சங்காயளவு அரைத்து ஆவின்பாலில் கலக்கி 3 நாட்கள் கொடுக்கப் பிரமியம் தீரும்.

3. வெள்ளாட்டுப் பால், எலுமிச்சம்பழச்சாறு, மாம்பட்டைச்சாறு இவைகளை ஓர் நிறையாய்க் கலந்து 3 நாட்கள் கொடுக்கத் தீரும்.

4. ஒரு துட்டெடை வெந்தயத்தை இரவில் ஊறவைத்துக் காலையில் அரைத்து மோரில் கலக்கி 3 நாள் கொடுக்கத் தீரும்.

5. நீர்ப்பூலாக் கொழுந்தை எலுமிச்சங்காயளவு அரைத்து, ஆவின் பாலில் 3 நாள் கொடுக்கத் தீரும்.

6. அத்திப்பிஞ்சைத் தேங்காய்ப்பால் விட்டு இடித்துப் பிழிந்து, வெள்ளைக் குங்கிலியம் 1 வராகனெடை பொடித்துப் போட்டு வேளை ஒன்றுக்கு அரைக்கால் படியளவு 3 நாள் கொள்ளத் தீரும்.

7. ஒரு பிடி கற்றாழை வேரை இளநீரில் அரைத்துக் கலக்கிச் சீனி கலந்து 3 நாள் கொடுக்கத் தீரும்.

8. துளசியிலையைப் பிட்டவித்து 1/8 படி சாறு பிழிந்து அதில் ஒரு எலுமிச்சங்காயளவு வெண்ணெய் சேர்த்து 3 நாள் கொள்ளத் தீரும்.

9. எலுமிச்சம்பழச்சாறு, ஈருள்ளிச்சாறு, பனங்கருப்பட்டி - இவைகளை ஓர் நிறையாகக் கலந்து இரவில் பனியில் வைத்துக் காலையில் உட் கொள்ள வேண்டும். இவ்வாறு 3 நாள் கொள்ளப் பிரமியம் தீரும்.

10. பற்பாடகத்தை எலுமிச்சங்காயளவு ஆவின்பால் கலந்து, சீனி கூட்டி 3 நாள் உண்ணத் தீரும்.

11. சிவந்த கொட்டைக்கரந்தை, ஈருள்ளி வகைக்கு ஒரு பிடி வீதம் இடித்துச் சாறு பிழிந்து ஆழாக்கு நல்லெண்ணெய் சேர்த்துக் கலந்து இதே விகிதத்தில் 3 நாட்கள் உட்கொள்ளத் தீரும்.

12. வெள்ளைக் குங்கிலியம் பலம் 1, காசுக் கட்டி, மேல் தோல் நீக்கின பூண்டு, வசம்பு வகைக்குப் பலம் கால். இவைகளைச் சிதைத்து ஒரு படி நல்லெண்ணெயில் போட்டு, சூரியபுடம் வைத்து, வேளை ஒன்றுக்கு 1 கரண்டி வீதம் 20 நாள் கொள்ள நாட்சென்ற பிரமியமும் தீரும். பத்தியம்: ஆவின்பால், நெய், தயிர் கூட்டவும்.

13. வெள்ளைக் குங்கிலியம், சர்க்கரை, பறங்கிப்பட்டை வகைக்குப் பலம்5. பொடித்து வடிகட்டி நல்லெண்ணெயிலாவது, பசுநெய்யிலாவது ரசாயனம் செய்து அந்திசந்தி கொட்டைப் பாக்களவு சாப்பிட்டு வரத் தீரும்.

14. பொன்னாங்காணி, சிறுகீரை இவைகளின் வேர் வகைக்கு ஒரு பிடி சிதைத்து அரைப்படி ஆவின்பாலில் போட்டு, இத்துடன் 1/2 படி தண்ணீர் கலந்து, தண்ணீர் வற்றக் காய்ச்சி வடித்து ஒரு எலுமிச்சங்காயளவு வெண்ணெயும், திரிகடியளவு சீனியும் கலந்து சாப்பிடவும். இவ்வாறு 3 நாள் 6 வேளை சாப்பிடத் தீரும்.

இரத்தப் பிரமியம் நீங்க மருத்துவம்

1. ஆவாரையரிசி படி 1/8; நற்சீரகம், சந்தனம், சர்க்கரை வகைக்குக் கழஞ்சு. இவற்றை எலுமிச்சம்பழச் சாற்றால் அரைத்துக் கலக்கி 3 வேளை கொடுக்கத் தீரும்.

2. ஆவாரை வேர்ப்பட்டை, விஷ்ணுகாந்தி சமூலம் வகைக்கு ஒரு எலுமிச்சங்காய் அளவு அரைத்துப் பசுவின் பாலில் கரைத்துச் சர்க்கரை சேர்த்து 3 நாள் கொள்ளத் தீரும்.

3. விஷ்ணுகாந்தி வேரையாவது, அம்மான் பச்சரிசியையாவது, அல்லிவிரையையாவது ஒரு எலுமிச்சங்காயளவு அரைத்துப் பசும்பாலில் கலந்து 3 நாள் கொடுக்கத் தீரும்.

4. முருங்கைப் பூச்சாறு, நல்லெண்ணெய் வகைக்கு 1/8 படி, வெல்லம் 2 வராகன் எடை ஒன்றாய்க் கலந்து 3 நாட்கள் கொள்ளத் தீரும்.

5. சிறுகீரைச்சாறு, நல்லெண்ணெய் வகைக்கு படி 1/8; கற்சுண்ணாம்புத் தெளிவு படி அரைக் கால். ஒன்றாய்க் கலந்து 8 நாட்கள் கொள்ளத் தீரும்.

6. விடத்தலைக் கொழுந்தும், ஏலமும் அரைத்து எலுமிச்சங்காயளவு எடுத்துத் தயிரில் கலக்கிக் கொடுக்கத் தீரும்.

7. சந்தனம், சண்பகப்பூ வகைக்கு கழஞ்சு 1; காவிக்கல், பொன்மெழுகு வகைக்குக் கழஞ்சு 2. இவைகளைத் தாய்ப்பால் விட்டரைத்துக் தூதுவளங்காயளவில் உருண்டை செய்து, வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு உருண்டை வீதம், 1/8 படி தாய்ப்பாலில் 8 நாள் கொடுக்கத் தீரும்.

8. பிரப்பங்கிழங்கு, சங்கன் வேர்ப்பட்டை, வெள்ளறுகு, சிவனார்வேம்பு, முற்றின வேப்பம்பட்டை வகைக்குப் பலம் 10. இவைகளை இடித்துச் சூரணம் செய்து திரிகடிப் பிரமாணம் 3 நாள் கொள்ளத் தீரும்.

9. மேனியிலைச்சாறு படி 1/8, எலுமிச்சங் காயளவு வெல்லம் கலந்து 3 நாள் கொள்ளத் தீரும்.

10. பருத்தியிலைச் சாறு படி 1/8-இல் , கல்நாரை, எலுமிச்சங்காய் பிரமாணம் அரைத்துப்போட்டுச் சீனி கலந்து 3 நாள் கொடுக்கத் தீரும்.

11. நெருஞ்சில் வேரை எலுமிச்சங்ககாய் பிரமாணம் அரைத்துப் பசுவின்பாலில் 3 நாள் கொடுக்கத் தீரும்.

12. ஓரிலைத் தாமரைச் சாற்றில் சீனி கலந்து வேளை ஒன்றுக்கு 1/4 படி வீதம் 3 நாள் கொள்ளத் தீரும்.

13. முருங்கைப்பூ, கற்றாழஞ்சோறு, வெண்ணெய் இவைகளை ஓர் நிறையாய் எடுத்து அரைத்து வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு மாங்காயளவு அந்தி, சந்தி 3 நாள் சாப்பிடத் தீரும்.

14. ஒரு படி வல்லாரையை 1/4 படி பசுவின் பாலில் அரைத்துக் கலக்கி 3 நாள் கொள்ளத் தீரும். உப்பு, புளி நீக்கவும்.

சுக்கிலப் பிரமியம் நீங்க மருத்துவம்

1. கலைக்கொம்பும் சந்தனமும் வகைக்கு ஒரு கொட்டைப் பாக்களவு மோர் விட்டரைத்துத் தேனில் குழைத்துண்ண நீங்கும்.

2. வில்வவேரும் நெற்பொரியும் வகைக்குப் பலம் 10 இடித்து, 8 படி தண்ணீரில் போட்டு ஒரு படியாய் வற்ற வைத்து வேளை ஒன்றுக்கு 1/8 படி வீதம் 6 வேளை கொள்ளத் தீரும்.

3. கோரைக் கிழங்கு, விஷ்ணுகாந்தி, மிளகு வகைக்குப் பலம் 1/2 ஐ-4படி தண்ணீரில் போட்டு ஒரு படியாய் வற்றவைத்து வேளை ஒன்றுக்கு 1/8 படி வீதம் 6 வேளை கொள்ளத் தீரும்.

4. நெல்லிக்காய் 10, தேற்றான் விதை 20. நையத் தட்டி செவ்விளநீரில் ஒரு நாள் ஊறப்போட்டு மறுநாள் காலையில் இறுத்து அதில் கலைக்கொம்பைக் கொட்டைப் பாக்களவு அரைத்துக் கலக்கி சீனி கலந்து 3 நாள் கொள்ளத் தீரும்.

5. ஈருள்ளிச் சாறு, எலுமிச்சம் பழச்சாறு, நல்லெண்ணெய் இவற்றைச் சமமாய்க் கலந்து வேளையொன்றுக்கு 1/8படி வீதம் 3 நாள் காலையில் கொள்ளத் தீரும்.

6. நற்சீரகம், ஏலம், சிறுபுள்ளடி ஆகியவற்றை ஓர் நிறையாய் எடுத்து ஆவின்பால் விட்டு இடித்துப் பிழிந்த சாறு 1/4 படியில் சீனி கலந்து 3 நாள் சாப்பிடத் தீரும். 6 நாள் வரை உப்பு, புளி தள்ளவும்.

7. ஆவின் நெய், பால் வகைக்குப் படி 1; வாழைப் பூச்சாறு, வாழைக் கிழங்குச் சாறு வகைக்குப் படி 1/2. ஒன்றாய்க் கலந்து அதில் நற்சீரகம், அமிர்தச் சர்க்கரை வகைக்குப் பலம் 3/4. ஆவின் பாலில் அரைத்துப் போட்டு மெழுகு பதத்தில் வடித்து நாள் ஒன்றுக்கு ஒரு கரண்டி வீதம் உண்ணத் தீரும்.

8. பருத்திக் கொட்டைப் பால் படி 1, வெல்லம் பலம் 4, கோழிமுட்டை 10, நல்லெண்ணெய் படி 1/4 - ஒன்றாய்க் கலந்து காய்ச்சி 3 நாள் சாப்பிடத் தீரும்.

9. ஆவின் நெய் படி 1, கீழாநெல்லிவேர் பலம் 5, விரலிமஞ்சள் பலம் 5 - அரைத்துப்போட்டுக் காய்ச்சி வடித்து ஒரு கரண்டி வீதம் 8 நாள் கொள்ளத் தீரும்.

சீதப் பிரமியத்தின் மருத்துவம்

1. மிளகை ஒரு எலுமிச்சங்காயளவு அரைத்து நல்லெண்ணெயில் மத்தித்து 3 நாள் சாப்பிடத் தீரும்.

2. அதிமதுரத்தைச் சூரணித்துத் திரிகடிப் பிரமாணம் நீராகாரத்தில் 10 நாள் கொள்ளத் தீரும்.

3. அத்திப்பிஞ்சைத் தேங்காய்ப்பால் விட்டு இடித்துப்பிழிந்த சாறு படி 1/8-இல் வெள்ளைக் குங்கிலியம் வராகன் எடை 1 ஐப் பொடித்துப் போட்டு 3 நாள் சாப்பிடவும்.

4. குப்பைமேனியிலையை உப்பில்லாமல் அவித்து, மிளகையும் அரிசியையும் பொரித்துப் பொடித்துத் தூவி ஒரு சிறு மாங்காய் அளவு காலை மட்டும் 3 நாள் சாப்பிடத் தீரும்.

வெட்டை நோய் மருத்துவ முறைகள்

1. ஆவின் நெய் படி 2 1/2; பொரித்த நற்சீரகம் பலம் 5; கற்கண்டு பலம் 2 1/2 - பொடித்துப்போட்டு வைத்துக் கொண்டு, வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு கரண்டி வீதம் சாப்பிட்டுவரத் தீரும்.

2. நாயுருவிவேர் பலம் 20-ஐ இடித்து 10 படி தண்ணீரில் போட்டு 4 படியாய் வற்ற வைத்து வடித்து அதில் தண்ணீர் விட்டான் கிழங்குச்சாறு, ஆவின் பால், நெய் வகைக்குப் படி 1 கூடவிட்டு முத்தக்காசு, நன்னாரி வேர், ஏலம், இலவங்கம், அதிமதுரம், கோஷ்டம் வகைக்கு 2 கழஞ்சு அரைத்துப் போட்டுப் பதமாய்க் காய்ச்சி வடித்துச் சர்க்கரை பலம் 4 கூட்டி வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு கரண்டி வீதம் சாப்பிட்டு வரத் தீரும்.

3. வெள்ளைக் குங்கிலியம், கற்கண்டு வகைக்குப் பலம் 7 பொடித்துக் கொண்டு, வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு பலம் வீதம் 1/2 பலம் நல்லெண்ணெயில் மத்தித்து நாளொன்றுக்கு 2 வேளையாக 7 நாட்கள் சாப்பிட்டுவர வெட்டை தீரும்.

4. தேங்காய்ப் பால், பருத்தி விதைப்பால், பசுவின் பால், வகைக்குப் படி 1. ஒன்றாகக் கலந்து இதில் பறங்கிப்பட்டை, சுக்கு, மிளகு, நற்சீரகம் வகைக்குப் பலம் 1, பொடித்துப்போட்டு ஒன்றறைப் படியாய் வற்ற வைத்துக் கொண்டு, வேளை ஒன்றுக்கு 1/4 படி வீதம் சாப்பிடத் தீரும்.

5. புங்கம் வேரின் பால் படி 1/4, தேங்காய்ப் பால், பசுவின்பால் வகைக்குக்குப் படி 1/8 - ஒன்றாகக் கலந்து அதில் ஓரிலைத் தாமரை வேரை அரைத்து, ஒரு எலுமிச்சங்காயளவு கரைத்து, 3 நாள் சாப்பிடத் தீரும்.

6. பழம் பாசிச் சாறு,நல்லெண்ணெய் வகைக்குப் படி 1/8. ஒன்றாகக் கலந்து அதில் நற்சீரகம், ஈருள்ளி வகைக்குப் பலம் 1/4 அரைத்துக் கலக்கி 3 நாள் சாப்பிடத் தீரும்.

7. ஒரு படி புங்கம்பூவில் ஒருபடி பசுநெய்யைச் சிறுகச்சிறுக விட்டு பொன்னிறமாய் வதக்கிக் கொண்டு, அந்தி சந்தி திரிகடியளவு சாப்பிட்டுவர வெள்ளை, வெட்டை, மேகச்சூலை தீரும்.

9. எலுமிச்சம்பழச் சாறு, நல்லெண்ணெய் வகைக்கு 1/8 படி எடுத்து ஒன்றாகக் கலந்து 3 நாள் காலையில் மட்டும் சாப்பிடத் தீரும்.

10. நாரத்தையிலை, மாம்பட்டை வகைக்கு ஒரு தேற்றான் விதைப் பிரமாணம் அரைத்து எருமைத் தயிரில் கலந்து 3 நாள் சாப்பிடத் தீரும்.

11. நிலக்குமிழியிலையை ஒரு எலுமிச்சங்காய்ப் பிரமாணம் அரைத்து, ஈருள்ளி வராகன் எடை 15 துடன் சேர்த்து, புதுக் கலசத்தில் 1/8 படி தண்ணீர் விட்டு அதில் போட்டுப் பனியில் வைத்துக் காலையில் பிழிந்து சாப்பிடவும். இவ்வாறு 6 நாட்கள் சாப்பிடத் தீரும்.

12. 100 கதலி வாழைப்பழத்தைத் தோல் நீக்கி ஒரு பீங்கானில் போட்டு அதில் பச்சை மூங்கிலின் மேல்தோலை இடித்த தூள் (விழுது) விளாங்காய் பிரமாணமும், பச்சரிசி ஒரு சிரங்கையும் போட்டுப் பிசைந்து 30 நாழிகை வைத்திருந்து, பிறகு துணியில் முடிந்து தொங்க விட்டால் நீரிறங்கும். அந்த நீரில் 1 படி எடுத்து ஒரு நாள் சூரியபுடம் வைத்து, அடுத்த நாள் ஒரு பலம் சர்க்கரை கலந்து காய்ச்சிப் பதத்தில் இறுத்து வைத்துக் கொண்டு, வேளை ஒன்றுக்கு 1/2 வீசம்படி அளவில் சாப்பிட வெள்ளை, வெட்டை, நீர்க்கடுப்பு, எரிவு தீரும்.

13. மேற்சொன்ன கதலி பழச்சாறு படி 1, பசுவின் பால் படி 1, கற்கண்டு பலம் 6. ஒன்றாய்க் கலந்து காய்ச்சி ஓயாமல் கிண்டிக் கொடுத்துக் குறுகி வரும்போது நெய் 1/8 படி விட்டுக் கிண்டி பாகை ஒரு இலையில் விட்டு ஆற்றித் திரட்டிப் பார்க்க மெழுகு போலிருந்தால் அதைப் பதத்திலிறக்கி வைத்துக் கொண்டு, வேளை ஒன்றுக்குக் கொட்டைப் பாக்குப் பிரமாணம் பவழப்பற்பம் வைத்து உண்ணத் தீரும்.

14. பசுவின் பால், ஏரண்டத்தெண்ணெய், தேங்காய்ப் பால், எலுமிச்சம்பழச்சாறு, ஈருள்ளி, யானை நெருஞ்சில் வகைக்குச் சாறு படி 1. இவற்றை ஒன்றாய்க் கலந்து வெந்தயம், சீரகம், ஏலம், அதிமதுரம், சந்தனம் வகைக்குக் கழஞ்சு 3 அரைத்துப் போட்டு 3 நாள்வரை சிறு தீயாக எரித்து வடித்துக் குங்குமப்பூ, கோரோசனை வகைக்குக் கழஞ்சு 3 அரைத்துப் போட்டுக் கலக்கி வைத்துக் கொண்டு, வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு கரண்டி வீதம் சாப்பிட்டுவர வெள்ளை, வெட்டை, நீர்ச்சிறுப்பு, நீர்க்கடுப்பு ஆகியவை தீரும்.

15. துளசி, சீராசெங்கழுநீர், சுரை, வல்லாரை, ஈருள்ளி, கற்பூரவள்ளி, வில்வம் இவற்றின் சாறு வகைக்குப் படி 1/2. ஒன்றாகக் கலந்து அதில் சூகை நீறு, திரிசாதம், பால்கருடக்கல், அதிமதுரம், கறுஞ்சீரகம், நற்சீரகம், மலாக்கா சந்தனம், செஞ்சந்தனம், ஏலம், வகைக்குக் கழஞ்சு 2 அரைத்துப் போட்டு, நெய் படி 1 கூடவிட்டுக் காய்ச்சி வடித்து, வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு கரணடி வீதம் கொள்ளத் தீரும்.

அரையாப்புக்கு மருத்துவம்

1. பச்சைக் கொடிவேலி வேர்ப்பட்டையையும், சுண்ணாம்பையும் ஓர் நிறையாய் அரைத்துப் பூச அரையாப்புக் கட்டி வற்றும்.

2. வெள்ளைப் பாடாணத்தையும் மெழுகையும் அரைத்து வில்லை தட்டி வெதுப்பி வீக்கத்தில் வைத்துக் கட்டக் கட்டி கரைந்துபோகும்.

3. நீர்மேல்நெருப்பை அரைத்து வீக்கத்தில் வைத்துக் கட்டக் கரைந்துபோகும்.

4. கோவையிலையை அரைத்து பசுவெண்ணெயில் மத்தித்து வீக்கத்தில் கட்டத் தீரும்.

5. நீர்ப்பூலாக் கொழுந்தை அரைத்து பசு வெண்ணெயில் மத்தித்துக் கட்டத் தீரும்.

6. அவுரியிலையை அரைத்துப் வெண்ணெயில் மத்தித்தும் கட்டலாம்.

7. பழம்புளி பலம் 1, சேராங்கொட்டை எண் 10. இவற்றைப் பஞ்சுபோல் தட்டி வீக்கத்தில் கட்டலாம்.

8. வெள்ளைப் பூண்டையும், வெள்ளறுகையும் சேர்த்தரைத்து வீக்கத்தில் கட்டத் தீரும்.

9. முடக்கத்தானிலை, சுண்ணாம்பு, வெல்லம் இவகைளை அரைத்துத் தடவத் தீரும்.

10. ஆதளை வேரை நையத் தட்டி வைத்துக் கட்டத் தீரும்.

11. எருக்கம் பிஞ்சையும் வெள்ளைப் பூண்டையும் ஒரு நிறையாக உமிக்காந்தலில் வெதுப்பியரைத்து வீக்கத்தில் தடவத் தீரும்.

மேற் சொன்ன பற்றுகளுடன் வெள்ளை நோய்க்கான உள் மருந்துகளையும் வழங்குதல் வேண்டும். அரையாப்பு நோயில் உட்கொள்வதற்கான சில எண்ணெய் மருந்துகள் கீழே கூறப்பட்டுள்ளன:

1. மேல் தோல் சீவிய கொல்லன் கோவைக் கிழங்கு பலம் 2, பச்சைக் கொடி வேலி வேர்ப்பட்டை பலம் 1, அப்பைக் கிழங்கு பலம் 2, நீர்முள்ளியிலை பலம் 2 இவைகளை அரைத்து 1/2 படி விளக்கெண்ணெயில் போட்டு, எள்ளெண்ணெய் படி 1/2 கூடவிட்டு, மிருதார்சிங்கி வராகனெடை 2 பொடித்துப் போட்டுக் காய்ச்சி, மருந்துகள் மொருமொருவென வெந்த பருவத்தில் கருப்புக்கட்டி பலம் 2 தட்டிப்போட்டு இறக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். கடுகில் 12 பலமும் எண்ணெயில் ஒரு கரண்டியுமாய் 12 வேளை சாப்பிட்டுவர வேண்டும்.

உப்பு, புளி தள்ளி ஆவின் நெய், துவரம்பருப்பு, வெந்நீர் இவைகளைச் சேர்த்து 7ஆம் நாள் மேற்படி எண்ணெயைத் தேய்த்துக் குளித்து, புளி கூட்டவும்.

2. பச்சைக் கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை பலம் 8, தோல் நீக்கிய வெள்ளைப்பூண்டு பலம் 8. அரைத்து ஒருபடி நல்லெண்ணெயில் போட்டு, ஒரு படி பொடுதலைச் சாறு கூடவிட்டுக் காய்ச்சி, வெள்ளைப்பூண்டு பொன் நிறமாக வருகிற சமயத்தில் இறக்கவும். வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு கரண்டி எண்ணெயும் ஒரு கரண்டி கடுகுமாய்ச் சாப்பிட்டுவிட்டு உப்பு, புளி தள்ளிப் பத்தியமாயிருக்கத் தீரும்.

3. கொடிவேலி, மாவிலிங்கு, தலைச்சுருளி இவற்றின் இலைச்சாறு, நல்லெண்ணெய் வகைக்குப் படி 1/2. மேற்படி வேர்ப்பட்டைகள் மூன்றும் வகைக்கு வராகனெடை 5. மிளகு, வெள்ளைப்பூண்டு, கடுக்காய். கடுகுரோகணி, கஸ்தூரிமஞ்சள், கறுஞ்சீரகம் வகைக்கு வராகனெடை 4 அரைத்துப் போட்டுக் கலந்து காய்ச்சி வடித்து மூன்று நாள் சாப்பிட்டு, 6 நாள் வரை உப்பு, புளி தள்ளிப் பத்தியமாயிருந்து, 7ஆம் நாள் தலைக்குத் தண்ணீர் வார்க்க அரையாப்பு, கண்டமாலை தீரும்.

4. பொடுதலைச் சமூலம், பூவரசம்பட்டை வகைக்குப் பலம் 14 விகிதம் எடுத்து மைபோலரைத்து 1/8 படி காடி நீரில் கரைத்து, இவ்வாறே 3 நாட்கள் காலையில் மட்டும் சாப்பிட்டு உப்பில்லாப் பத்தியம் கொண்டு, நீர்க்கஞ்சி மட்டும் கொள்ளவும். மறுபத்தியம் 3 நாள் இருந்து 8 -ஆம் நாள் தலைக்குத் தண்ணீர்விட்டு, உப்பு வறுத்துக் கூட்ட அரையாப்பு, கிரந்தி, பறங்கிப்புண் தீரும்.

5. அரையாப்புக் களிம்பு: இலிங்கம், மிருதார் சிங்கி, இரசக்கற்பூரம், வெள்ளைக் குங்கிலியம், கடுக்காய், தான்றிக்காய் இவைகளை ஓர் நிறையாய்ப் பொடித்துப் பசுவெண்ணெயால் அரைத்துத் தண்ணீரில் ஒருநாள் மிதக்கப் போட்டு மறுநாள் எடுத்து விரணங்களில் போடத் தீரும்.

6. அரையாப்புக்குத் துவர்ச்சீலை: ஓதி, இலந்தை, நாவல், கறுவேல், அத்தி இவற்றின் பட்டை வகைக்குப் பலம் 5; துத்தம், துருசு, கடுக்காய், காசுக்கட்டி, வெள்ளைக் குங்கிலியம், சீனாக்காரம் வகைக்குப் பலம் 1/4. இவற்றின் பட்டைகளைச் சிதைத்து இரண்டுபடி தண்ணீரில் போட்டு 3 நாள் ஊறவைத்துக் காய்ச்சி 1/2 படியாய் வற்ற வைத்துப் பிழிந்து வடிகட்டி மற்ற சரக்குகளைப் பொடித்துப்போட்டு, 5 எலுமிச்சம் பழச்சாறு பிழிந்து ஓயாமல் கிண்டி குழம்பு பதத்தில் சீலையில் நனைத்து உலர்த்திக் கொண்டு சிறு துண்டுகளாய் வெட்டி விரணங்களில் போட்டு வர ஆறும்.

பிரமிய நோய்க்குச் சூரணம்

1. மேகராசாங்க சூரணம்: வெட்டிவேர், சீரகம்,இலவங்கப்பட்டை, சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, கிராம்பு, கோஷ்டம், நெல்லிவற்றல், நிலப்பனைக்கிழங்கு, முந்திரிப்பழம், பேரீச்சம்பழம், குங்குமப்பூ, கோரோசனை, சிறுநாகப்பூ, தாமரை வளையம், பச்சைக் கற்பூரம், சந்தனம், திரிகடுகு, அதிமதுரம், நெற்பொரி, அமுக்கராக் கிழங்கு, கற்கடகசிங்கி, தக்கோலம் வகைக்குப் பலம் 1/2. இடித்துச் சூரணித்து அதற்குச் சமன் சீனி கலந்து வேளை ஒன்றுக்குத் திரிகடிப்பிரமாணம் பசுவெண்ணெயில் 1 மண்டலம் கொள்ளக் கைகால் எரிவு, தேக வறட்சி முதலியன நீங்கும்.

2. கரந்தைச் சூரணம்: திரிகடுகு, திரிபலை, வசம்பு, இந்துப்பு, வாலுளுவையரிசி, கோஷ்டம், கறுஞ்சீரகம், ஓமம், ஏலம், மரமஞ்சள், திப்பிலிமூலம், சாதிக்காய், சண்பகப்பூ, தாளிசப் பத்திரி, இலவங்கப்பட்டை, அதிமதுரம், சாதிப் பத்திரி, கார்கோலரிசி, செவ்வியம், வாய்விடங்கம், யானைத்திப்பிலி- இவற்றை ஓர் நிறையாய் வெதுப்பிச் சூரணித்து அதற்கு நிகர் கரந்தைச் சூரணம் சேர்த்து வேளைக்குத் திரிகடிப் பிரமாணம் பசுநெய்யில் மத்தித்து, இரசப்பற்பம் வைத்துண்ண அரையாப்பு, வெள்ளை, கன்னப்புற்று, யோனிப்புற்று, தொடைவாழை முதலியன தீரும்.

3. கூழ்ப்பாண்டச் சூரணம்: பெரும்பூசணிக்காய் ஒன்றைக் கீறி குடல், மேல் தோல் நீக்கி அறிந்து, பிட்டவியலாய் அவித்து மருந்து சட்டியில் இட்டுப் பசுநெய் தெளித்துச் சிவக்க வறுத்து, இடித்த சூரணத்துடன் கடுக்காய், தான்றிக்காய், திரிகடுகு, அதிமதுரம், ஏலம், இலவங்கம், சண்பகப்பூ, கல்மதம், சீரகம் வகைக்குக் கழஞ்சு 1-வெதுப்பிப் பொடித்துச் சூரணத்தையும் ஒன்றாகக் கலந்து அதற்குச் சமன் சீனி கலந்து வேளை ஒன்றுக்குத் திரிகடிப்பிரமாணம் கொள்ள மேகம், வெள்ளைக் கடுப்பு மூத்திரக்கிரிச்சரம், நீரடைப்பு, மேகக் காங்கை முதலியன தீரும்.

4. சந்தனச் சூரணம்: சந்தனம், கோஷ்டம், நன்னாரிவேர், கடுகுரோகணி, கற்பூரம், சீந்தில் சர்க்கரை, முத்தக்காசு, மஞ்சள், இலுப்பைப்பூ, முந்திரிப்பழம், அதிமதுரம், பூலாக்கிழங்கு, ஏலம், தாமரைக் கிழங்கு, நெய்தல்கிழங்கு, மரமஞ்சள், விலாமிச்சம் வேர், நெல்லி வற்றல்-இவைகளை ஓர் நிறையாய்ச் சூரணித்து அதற்கு நிகர் சர்க்கரை கலந்து திரிகடிப்பிரமாணம் வெண்ணெயிலாவது ஆவின்பாலிலாவது கொள்ள, 21 வகை வெள்ளை நோய்களும் தீரும்.

5. அமிர்த சஞ்சீவி சூரணம்: சீந்தில் சர்க்கரை பலம் 1, சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, வால்மிளகு, ஏலம், கிராம்பு, கசகசா, தாளிசப்பத்திரி, மாசிக்காய் இவைகளை ஓர் நிறையாய் இடித்துச் சலித்த சூரணம் பலம் 1; சீனி பலம் 4. ஒன்றாகக் கலந்து திரிகடிப் பிரமாணம் வாலை இரசச் செந்தூரம் வைத்து நெய்யில் கொள்ளப் பிரமியம், பிரமேகம், மேகவூரல், வெட்டைச் சூடு, அஸ்திசுரம் முதலியன நீங்கும்.

இரசாயனங்கள்

1. சகல மேக ரசாயனம்: பறங்கிப் பட்டை, அமுக்கராக் கிழங்கு வகைக்குப் பலம் 10; நிலப்பனைக்கிழங்கு பலம் 5, தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு பலம் 2, நன்னாரிவேர், சங்கன் வேர், திரிகடுகு, திரிபலை, இலவங்கப்பட்டை, இலவங்கப்பத்திரி, சிறுநாகப்பூ, வாய்விடங்கம், மல்லி, கறுஞ்சீரகம், நற்சீரகம், குரோசாணி ஓமம், அரத்தை, சந்தனம், சிறுதேக்கு, கண்டங்கத்தரி வேர், கொடிவேலிவேர், விலாமிச்சம்வேர், தக்கோலம், வால்மிளகு, முந்திரிகை, பேரீந்து, வெட்பாலையரிசி, தாமரைக்கிழங்கு, சாதிக்காய், கிராம்பு, பத்திரி, கறிவேப்பிலை வகைக்கு பலம் 1; குங்குமப்பூ, கோரோசனை, பச்சைக் கற்பூரம் வகைக்குக் கழஞ்சு 1. இவையெல்லாவற்றையும் வெயிலில் உலர்த்திச் சூரணம் செய்து கொள்ளவும். ஆவின்பால் படி நாலில் சீனி 4 சேர் போட்டுப் பாகு செய்து அப்பால் நெய்படி 1/2 கூடவிட்டுக் கிண்டி, ஒன்றாய் உறவான பின்பு கீழிறக்கி, மேற்படி சூரணத்தைத் தூவிக் கிண்டி ஆறினபின்பு தேன்படி 1 விட்டுப் பிசைந்து கொண்டு, வேளை ஒன்றுக்குக் கொட்டைப் பாக்களவு மண்டலம் கொள்ளப் பிரமியம், கிரந்தி, கண்டமாலை, சூலை, வளிநோய்கள், லிங்கப் புற்று முதலியன தீரும்.

2. கந்தகரசாயனம்: திரிகடுகு, கிராம்பு, ஏலம், இலவங்கப்பட்டை, இலவங்கப்பத்திரி, சாதிக்காய், தாளிசப் பத்திரி, சிறுநாகப்பூ, விலாமிச்சம்வேர், ஓமம், சீரகம், குரோசாணி ஓமம், சிற்றரத்தை, சித்திர மூலம், திப்பிலி மூலம், யானைத்திப்பிலி, கறுஞ்சீரகம், கூகைநீறு, முந்திரிகை, சந்தனம், தக்கோலம், அதிமதுரம், முத்தக்காசு, சடாமாஞ்சில், மல்லி, பேரீச்சம்பழம், திரிபலை, சாதிப்பத்திரி, வெட்டிவேர், குங்குமப்பூ, நிலப்பனைக்கிழங்கு, அசுவகந்தி, நெருஞ்சில், நீர்முள்ளி, பூனைக்காலி- இவைகளின் வித்து வகைக்கு வராகன் எடை 4; பறங்கிப்பட்டை பலம் 20. இவைகளைத் தனித்தனியே இடித்து வடிகட்டி எடைப்படி ஒன்றாகக் கலந்து பிட்டவித்து உலர்த்திப் பொடித்துக் கொள்ளவும். 70 பலம் சீனியை 6 படி தண்ணீர்விட்டான் கிழங்குச் சாற்றில் கரைத்துக் காய்ச்சிப் பாகுசெய்யவும். 1 படி ஆவின் நெய்யில் சுத்திசெய்த 4 பலம் கந்தகத்தைப் போட்டுக்

கரையக் காய்ச்சிப் பாகில் விட்டுக் கிண்டி நீர்வற்றினதன் பேரில் இறக்கிச் சூரணத்தைத் தூவிக் கிண்டி ஆறவிடவும். பின்பு தேன் படி 1 கூடவிட்டுப் பிசைந்து கலசத்தில் அடைத்து நெல்லுக்குள் 10 நாள் வைத்து எடுத்துக் கழற்சிக்காய் அளவு ஒரு மண்டலம் பத்தியமாகக் கொள்ள வளிநோய்கள், பித்தம் , சிறுநீர் கிரிச்சர நோய்கள் , சூலை, சோகை, சயம் முதலியன தீரும்.

இலேகியங்கள்

1 கூழ்ப்பாண்ட இலேகியம்: கூழ்ப்பாண்டச் சாறு படி 4, தாழை விழுது, தென்னம்பூ, எலுமிச்சம்பழம் - இவைகளின் சாறு வகைக்குப் படி 1; ஆவின்பால் படி 2 - ஒன்றாய்க் கலந்து 10 பலம் சர்க்கரையைக் கரைத்துக் காய்ச்சிப் பாகு செய்து அதில் சீரகம், மல்லி, கோஷ்டம், மிளகு, மாசிக்காய், ஏலம், சாதிக்காய், சாதிப் பத்திரி, அதிமதுரம், தாளிசப் பத்திரி வகைக்குப் பலம் 1 சூரணித்துத் தூவி, நெய் படி 1/2 விட்டுக் கிண்டி மெழுகுபதத்தில் இறக்கி ஆற்றி, தேன் படி 1/2 விட்டுப் பிசைந்து, புன்னைக்காய் வீதம் சாப்பிட்டு வரப் பிரமியம், வெள்ளை வீழ்தல், அஸ்தி வெட்டை முதலியன நீங்கும்.

2. சிறு கூழ்ப்பாண்ட இலேகியம்: இரண்டு படி ஆவின்பாலில் 20 பலம் சீனியைக் கரைத்துப் பாகு செய்து அதில் பெரும் பூசணிக்காயை மேல் தோல் சீவி நறுக்கியுலர்த்தி இடித்து வடிகட்டின பொடி படி 1, கோஷ்டம், இலவங்கம். கஸ்தூரி மஞ்சள், இந்துப்பு, திரிபலை, அதிமதுரம், சாதிப்பத்திரி, திரிகடுகு வகைக்குக் கழஞ்சு 1 இடித்துச் சூரணித்து இருவகைச் சூரணத்தையும் ஒன்றாய்க் கலந்து தூவி, 1/2 படி நெய்விட்டுக் கிண்டி, மெழுகு பதத்தில் இறக்கி, வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு கொட்டைப் பாக்களவு சாப்பிட்டு வர வெட்டை, வெள்ளை, நீர்க்கடுப்பு, தேகவறட்சி முதலியன நீங்கும்.

3. தூதுவளை இலேகியம்: தூதுவளம்பூ, முருங்கைப் பூ வகைக்குப் பலம் 5; நன்னாரி வேர் பலம் 2, நிலப்பனைக் கிழங்கு, நெருஞ்சி முள் வகைக்குப் பலம் 1. சூரணித்துக் குறுணி ஆவின்பாலில் போட்டுக் காய்ச்சிக் குறுகி வரும்போது 12 பலம் சீனியைப் போட்டு நெய் படி 1/2, தேன் படி கால் விட்டுக் கிண்டித் தான்றிக் காய் பிரமாணம் கொள்ளப் பிரமியம், என்புருக்கி ஆகியன நீங்கும்.

நெய்வகை மருந்துகள்

1. பொன்னாங்காணி நெய்: பொன்னாங்காணி, பொற்றலைக் கையான் இவற்றின் சாறு, ஆவின்பால், நெய் வகைக்குப் படி 1; எலுமிச்சம்பழச்சாறு படி 1/2, அதிமதுரம் பலம் 2. ஆவின்பாலால் அரைத்துப் போட்டுக் காய்ச்சி வடித்து,

கற்கண்டு, கோரோசனை, சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி வகைக்கு கழஞ்சு 1 பொடித்துப் போட்டு, வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு கரண்டி வீதம் சாப்பிட்டால் பிரமியம், மேகக்காங்கை, காந்தல், சூடு, கைகாலெரிவு முதலியன நீங்கும். கண் குளிரும்.

2. வல்லாரை நெய்: வல்லாரை, பொன்னாங்காணி, பொடுதலை வகைக்குச் சாறு படி 1; எலுமிச்சம் பழச்சாறு படி 1/2, ஆவின்பால், நெய் வகைக்குப் படி 2, சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, மாசிக்காய், கடுக்காய்ப்பூ, காட்டாத்திப்பூ, வால்மிளகு, ஏலம், கிராம்பு, அதிமதுரம் வகைக்குக் கழஞ்சு 2. ஆவின்பாலால் அரைத்துப் போட்டு மெழுகுபதத்தில் வடித்து 2 பலம் சீனியைப் போட்டுக் கிண்டி வேளை ஒன்றுக்கு 1 கரண்டி வீதம் இரசப்பற்பம் வைத்து உட்கொள்ளச் சகல மேகம், விரணம், கிரந்தி, மேகச்சூலை, குட்டம், யோனிப்புற்று, நீர்க்கடுப்பு முதலியன தீரும்.

3. அறுகன் வேர் நெய்: அறுகன் வேர்ச் சாறு படி 4, ஆவின் நெய் படி 1 - ஒன்றாய்க் கலந்து அதில் அதிமதுரம் பலம் 1, சீரகம், சாதிப்பத்திரி, விலாமிச்சம் வேர், சிற்றாமுட்டிவேர், வில்வவேர் வகைக்கு வராகன் எடை 2; ஏலம், கிராம்பு, மிளகு, கோஷ்டம் வகைக்கு வராகன் எடை1 அரைத்துப் போட்டுக் காய்ச்சி வடித்து, வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு கரண்டி வீதம் உட்கொள்ள உடம்பு எரிவு, பிரமியம், நீர்க்கட்டு, தாகம் தீரும்.

எண்ணெய் வகை மருந்துகள்

1. கொடிவேலி எண்ணெய்: நல்லெண்ணெய் படி 1/4-இல் கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை பலம் 1/2, கருப்புக் கட்டி பலம் 1/4 அரைத்துப் போட்டு மெழுகுபதத்தில் காய்ச்சிக் கடுகுடன் வேளை ஒன்றுக்கு 1 கரண்டி வீதம் பத்தியமாய் 3 நாள், ஆறு பொழுது சாப்பிட்டு, நாலாம் நாள் தலைக்குத் தண்ணீர் வார்த்து, உப்பை வறுத்துக் கூட்ட அரையாப்பு தீரும்.

2. மேகராஜாங்கத்தெண்ணெய்: சிற்றாமணக்கெண்ணெய் படி 4, ஈருள்ளி, வரிக்குமட்டி, கையான், புளியாரை, சங்கு, வல்லாரை, பொடுதலை, செருப்படை, கறுநொச்சி, பொன்னாங்காணி, நுணா, ஆடாதோடை, கிரந்திநாயகம், வெள்ளறுகு, சிவனார் வேம்பு வகைக்குச் சாறு படி 2 - ஒன்றாகக் கலந்து கொடிவேலி, பூவரசு, நிலவாகை வேர், சுடுதுரத்தி வேர், கற்றாழைக் கிழங்கு, அப்பைக் கிழங்கு, சங்கன் குப்பி வேர் வகைக்குப் பலம் 1- இடித்துக் குறுணி நீரில் போட்டு எட்டில் ஒன்றாக வற்ற வைத்து வடித்தக் குடிநீரையும் கூட்டிச் சாதிக்காய், கிராம்பு, ஏலம், சன்னலவங்கப்பட்டை, வால்மிளகு, அதிமதுரம், கோஷ்டம், திப்பிலிமூலம், வெங்காரம், குரோசாணி ஓமம், தான்றிக்காய், கறுஞ்சீரகம்,

கார்போகரிசி, கஸ்தூரி மஞ்சள், அரத்தை, அதிவிடயம், அக்கரகாரம், கடுகுரோகணி, சடா மாஞ்சில், தாளிசப்பத்திரி, கசகசா, கஞ்சா, வலம்புரிக் காய், பறங்கிப்பட்டை, அழிஞ்சில் பட்டை, வாலுளுவை அரிசி, சிறுநாகப்பூ, தக்கோலம், வசம்பு, சுக்கு, அபின், சீரகம், யானைத்திப்பிலி, குங்குமப்பூ, சாத்திரபேதி, வாளம், சேராங்கொட்டை, சத்திச்சாரம், எவச்சாரம், நவாச்சாரம் வகைக்கு வராகன் எடை4 பொடித்துப் போட்டுக் காய்ச்சி எண்ணெய் பதத்தில் வடித்து, வேளை ஒன்றுக்கு 1 கரண்டி வீதம் கடும்பத்தியமாய் 3 நாள், ஆறு வேளை வழங்க அனைத்து மேக நோய்களும், வளி நோய்களும், சூலையும் தீரும். துவரம்பருப்பும் வறுத்த உப்பும் கூட்டிக் கொள்ளலாம்.

3. விப்புருதி எண்ணெய்: வேப்ப எண்ணெயாவது, விளக்கெண்ணெயாவது படி 1/2, ஆடுதீண்டாப்பாளை, சங்கன் குப்பி, காட்டாமணக்கு, சின்னி, அவுரி, வெள்ளறுகு, வேலம்பட்டை- இவற்றின் சாறு, புங்கம் பால், ஆலம்பால் வகைக்குப் படி 1/8 - ஒன்றாய்க் கலந்து; துத்தம், சாதிலிங்கம், மிருதார்சிங்கி, கந்தகம், சீனாக்காரம், கறுஞ்சீரகம் வகைக்கு வராகனெடை 3, கார்போகரிசி, வெள்ளைக் குங்கிலியம் வகைக்கு வராகன் எடை 5, - பொடித்துப் போட்டுக் காய்ச்சி வடித்து எண்ணெயை உள்ளுக்குக் கொடுத்து, இதே எண்ணெயை மேலேயும் போட விப்புருதிப் புண்ணும், அரையாப்புப் புண்ணும், புரை விழுந்த புண்ணும் ஆறும்.

வடகம் வகை மருந்து

கந்தக வடகம்: கந்தகம், திரிகடுகு, சாதுர்சாதம், வாய்விடங்கம், திரிபலை, சிறுநாகப்பூ வகைக்குப் பலம் 5; குக்கில் பலம் 2 1/2, சித்திரமூலப் பட்டை 1 1/4 - இவைகளைச் சேர்த்தரைத்துத் தான்றிக்காயளவு உருண்டை செய்து உட்கொள்ள மேக நோய்கள் யாவும் தீரும்.

செந்தூரம்

1. சுத்தி செய்த காந்தம், அரப்பொடி, சூதம், கெந்தி, சாதிலிங்கம் வகைக்குப் பலம் 1 எடுத்துக் கற்றாழம் பாலில் 1 நாள் அரைத்து வில்லை செய்து ஒரு சட்டியில் வைத்து, மேல் சட்டி மூடிச் சீலைமண் செய்து காடாக்கினியாக 4 சாமம் எரித்துப் பணவெடை இஞ்சிச்சாற்றில் கொள்ளச் சோகை தீரும். சித்தாதி இலேகியத்தில் கொடுக்கப் பாண்டும் மேகமும் தீரும். மற்ற அனுபானங்களிலிட வெட்டை தீரும். தாகமும் தீரும்.

2. சுத்தி செய்த கறுவங்கம் பலம் 1 எடுத்து ஆடாதோடை வேரினாலும் ஆடு தீண்டாப்பாளை வேரினாலும் வகைக்கு 2 சாமம் வறுத்துக் கல்வத்திலிட்டு

மேற்படிச் சாற்றிலும் கொட்டைக் கரந்தைச் சாற்றிலும் அரைத்து வகைக்கு 3 புடமும், வெற்றிலைச் சாற்றில் 10 புடமும் போட்டுத் தக்க அனுபானங்களில் வழங்க மேக நோய்கள் யாவும் தீரும்.

பற்பம்

1 நாகப்பற்பம்: இலுப்பை நெய்யில் 20 முறை உருக்கிச் சாய்த்துச் சுத்தி செய்யப்பட்ட 1/2 பலம் நாகத்தைக் குகையில் உருக்கிக் கண் விட்டாடும் (உலையில் வைத்து ஊதும்) போது சிற்றாமணக்கிலையைக் கசக்கி 5,6 சொட்டுப் பிழியச் சத்தமிடும். மறுபடியும், 5,6 சொட்டு விடச் சத்தமடங்கும். துருத்தியை விசையாக ஊதி மறுபடியும் 5,6 சொட்டுப் பிழிந்து மேற்படி வேரால் கிண்டி வர மல்லிகைப்பூப் போல் நீறும். இதைத் தக்க அனுபானங்களில் வழங்க வெள்ளை, குன்மம், மூலம் முதலியன நீங்கும். தாது விருத்தியுண்டாகும்.

2. கறுவங்கப் பற்பம்: கறுவங்கத்தைப் பிரண்டைச் சாற்றில் 10 தடவை உருக்கிச் சாய்க்கச் சுத்தியாகும். இதில் 1 பலம் எடுத்துச் சட்டியிலிட்டு உருக்கி ஆடுதீண்டாப்பாளை வேரால் பற்பமாகும் வரை கிண்டி நிறுத்தி அதற்குப் பாதி இரசம் சேர்த்து மூக்கரைச் சாறணைச் சாற்றில் நாலுசாமமரைத்து, 3 புடம் போட நீறும். தக்க அனுபானத்தில் வழங்க மேக நோய்கள் தீரும்.

3. வெள்வங்கப் பற்பம்: சுத்தி செய்த வெள்வங்கத்திற்குப் பாதி இரசம் சேர்த்துக் கஞ்சாவிலைச் சாற்றால் அரைத்து வில்லை செய்து காயவைத்து , அதற்கு மேற்படி இலையை அரைத்துக் கவசம் செய்து ஓட்டிலிட்டு மூடி முன்போல் புடமிட்டெடுக்கப் பற்பமாகும். இதனால் மேகம், எலும்புருக்கி, நவமூலம் முதலியன நீங்கும்.

4. கற்பூரசிலாசத்துப் பற்பம்: கற்பூரசிலாசத்தை ஆவின்பாலில் போட்டுக் காய்ச்சிக் கழுவி சுத்தி செய்து, சிறு செருப்படைச் சாற்றால் நாலுசாமம் அரைத்து லேசாய் வில்லை தட்டிக் காய வைத்து ஓட்டிலிட்டுச் சீலைமண் செய்து 50 வறட்டியில் புடம் போடவும். இவ்வாறு 3 புடம் போடவும்.

இதனைப் பசுவெண்ணெயில் கொள்ள மேலெறிவு, பித்த வெட்டை, நீர்க்கடுப்பு நீங்கும்.

5 மான் கொம்புப் பற்பம்: மான் கொம்பை இழைத்துக் கோவைச் சாற்றில் ஒரு நாள் ஊற வைத்து மறுநாள் நன்றாகக் காய வைத்து ஓட்டிலிட்டுச் சீலைமண் செய்து 50 வறட்டியில் புடம்போட நீறும். இதனை நெய், வெண்ணெய் ஆகிய அனுபானங்களில் கொள்ள மேகக் காங்கை தீரும்.

6. கல்நார் பற்பம்: கல்நாரைச் சிறு துண்டுகளாகப் பிளந்து ஓட்டிலிட்டு அதற்குக் கீழும் மேலும் கோங்கிலவம் பட்டையை இடித்துப் போட்டு, புடமிட்டெடுக்கவும். பின் மேற்படிப் பட்டையின் குடிநீர் செய்து கல்நாரை அக்குடிநீர் விட்டரைத்து வில்லை செய்து ஓட்டிலிட்டு மறுபடியும் புடமிட்டெடுக்க நீறும். இதனைத் தேனில் வழங்க மேகக் காங்கை தீரும்.

உணவு முறை

வெள்ளைநோய் மருத்துவத்தில் முக்கியமாகக் கையாளப்படுவது இரச, கந்தகப் பாடாண மருந்துகள் ஆகும். இவைகள் பத்தியத்துக்கு உட்பட்ட மருந்துகள் ஆகும். எனவே ஒவ்வொரு மருந்துக்கும் சொல்லப்பட்ட பத்திய உணவு முறைகளைக் கையாள்வது அவசியம்.

இது தவிர பொதுவாக இந்நோயில் சிறுநீர் எரிச்சல், சிறுநீர்க் கடுப்பு, உடல் உஷ்ணம் போன்ற குறிகுணங்கள் காணப்படுவதால் குளிர்ச்சியைத் தரும் உணவுப் பதார்த்தங்களான சுரை, வெண்பூசணி, பீர்க்கு, வெள்ளரி, வாழைத் தண்டு முதலியவற்றை உணவில் அதிக அளவில் சேர்க்கலாம். பொன்னாங்காணி, வல்லாரை, சிறுகீரை போன்ற கீரைகளைச் சேர்ப்பதால் உஷ்ணத்தால் ஏற்படும் மலக்கட்டு நீங்கும்.

உணவில் நெய்ப்புப் பதார்த்தங்களையும், மோர் முதலியவற்றையும் அதிக அளவில் சேர்க்கலாம்.

நோய் குணமாகும் தருவாயில் உடலுக்கு ஊட்டம் தரும் உணவுப் பொருட்களைச் சேர்க்கலாம்.

நோயின் ஆரம்பநிலையில் கார்ப்பு, உவர்ப்பு, புளிப்புச் சுவையுள்ள பொருட்களைத் தவிர்ப்பதுடன், பெண்போகம், வெயிலில் திரிதல் போன்றவற்றை அறவே நீக்கவேண்டும்.

5

நீரினை அருக்கல் நோய்கள்

முன்னுரை

சிறுநீர் தொடர்பான நோய்களைத் தமிழ் மருத்துவ நூல்கள் இருவகையாகப் பிரிக்கின்றன. அவை: 1. நீரினைப் பெருக்கல் நோய், 2. நீரினை அருக்கல் நோய் என்பனவாம்.

நீரினைப் பெருக்கல் நோயின் கீழ் மதுமேகம் என்னும் நீரிழிவு நோய் கூறப்படுகிறது. இந்நோய் பற்றித் தனியாக "நீரிழிவு நோய்" என்னும் கட்டுரையில் விளக்கப்பட்டுள்ளது.

இங்கு நீரினை அருக்கல் நோய்கள் பற்றிய பிரிவுகளையும் விளக்கங்களையும் காணலாம். நீரினை அருக்கல் நோய்கள் வளித்தாது அல்லது நாடியின் பாதிப்பினால் ஏற்படும் நோய்களே என்பதைச் "சதக நாடி" என்னும் நூலின் மூலம் அறியமுடிகிறது.

நோய் இயல்

நீரினை அருக்கல் நோய்கள் அல்லது நீர்க்கிரிச்சரங்கள் என்று கூறப்படும் நோய்களில் சிறுநீர் தன்னளவில் மிகவும் குறைந்து இழியும். சிறுநீர் இழியும் போது கடுத்தல், எரிச்சல், நீருடன் மணல் அல்லது சிறுகல் வெளியாதல் ஆகிய இயல்புகளும் காணப்படும்.

சிறுநீருடன் வெள்ளை வீழ்தல், தனியே "வெள்ளை நோய்" என்ற பிரிவில் விளக்கப்பட்டுள்ளது. சில நூலோர் இதனை நீரினை அருக்கல் நோய்களில் ஒன்று எனக் கூறினாலும் பெரும்பாலான நூலோர் அதனைத் தனியாவே கூறியுள்ளதால் அதனை இங்கு கூறாது தனியாகவே விளக்கியுள்ளோம்.

நோய் வகை

இங்கு கூறப்படும் நீரினை அருக்கல் நோய்கள் கல்லடைப்பு, நீர்ச்சுருக்கு, நீர்க்கட்டு, சொட்டு நீர், நீரடைப்பு என்பனவாம். இவ் வைந்து வகை நோய்களின் காரணங்கள், குறிகுணங்கள் முதலியவற்றை ஒன்றன்பின் ஒன்றாக அறிந்த பின்பு இதற்கான மருத்துவத்தைக் காண்போம்.

I. கல்லடைப்பு நோய்

இந்நோய் சிறுநீர் கழிக்கும்போது திடீரென்று நீரடைத்தல், குறிமுனை நோதல், நீர்ப்புழை எரிதல், இடுப்பின் பின்புறத்தும் முதுகுத்தண்டின் பக்கத்தும் நோதல், சிறுநீரில் மணலையொத்த சிறுகற்கள் கலந்திருத்தல் ஆகிய தன்மைகளை உடையதாம். இதனை அச்மரி என்ற பெயரிலும் கூறுவார்கள்.

நோய்க் காரணம்: சுனை நீர், பன்னாட்கள் தேங்கிய நீர், மாசுநிறைந்த நீர் போன்ற குற்றமுள்ள நீரினைக் குடிப்பதாலும், கல், மண், மயிர் போன்றன கலந்த அன்னத்தை அருந்துவதாலும், பழைய பண்டங்கள் மாப்பண்டங்கள் போன்ற வளிக்குற்றத்தைத் தூண்டும் பொருட்களை உண்பதாலும், மிகுதியும் மந்தத்தைத் தூண்டும் உணவுப் பொருட்களை உண்பதாலும் இந்நோய் உண்டாகும் எனக் கூறப்படுகிறது.

வகைகள்: வாதக் கல்லடைப்பு, பித்தக் கல்லடைப்பு, கபக் கல்லடைப்பு, முக்குற்றக் கல்லடைப்பு என நான்கு வகைப்படும். சில நூலோர் இதனை வாதம், பித்தம், கபம் என்ற மூன்றோடு சுக்கிரம், சர்க்கரா என்ற இரண்டினைச் சேர்த்து 5 வகை என்பர்.

1. வாதக் கல்லடைப்பு

- உந்திக்குக் கீழ் சுருக் சுருக்கெனக் குத்தலை உண்டாக்கி, நீர் இறங்கும் சமயம் நின்று நின்று இறங்கும்.
- ஆண்குறி தாங்க முடியாத வலியுடன் வீங்கிக்காணும்.
- வலியால் உட்காரமுடியாமல் துன்பம் உண்டாதலுமின்றி, அவ்வலியைத் தாங்க முடியாமல் அழுதல், பெருமூச்சுவிடுதல், வயிறு உப்பல் முதலியவற்றைப் பிறப்பிக்கும்.
- வெளியாகும் நீரில் நீர்ப்புழையின் மெல்லிய சவ்வும் வெளியாகும்.

2 பித்தக் கல்லடைப்பு

- நீர்ப்புழையில் இரும்பைக் காய்த்துச் சுட்டதுபோல் எரிச்சல் உண்டாகும்.
- அன்றியும் உடல் முற்றும் அனலாக இருக்கும்.
- சிறுநீருடன் குருதி வெளியாகும்.
- நீர்ப்புழை முழுமையும் குடைவது போலும், குத்துவதுபோலவும், கூச்செறிதல் போலும் வலித்தலுமான குறிகுணங்களைக் காட்டும்.
- நீரிழியும்போது செந்நிறமான சிறு கற்கள் வெளியாகும்.

3. கபக் கல்லடைப்பு

- நாபியில் வில்போல் நிமிர்ந்து குத்தலை உண்டாக்கும்.
- கை, கால் மூட்டுகள், இடுப்பு இவற்றில் குடைச்சலுடன் இசிவும் காணும்.
- ஆண்குறி விறுவிறுத்துக் கடுக்கும்; அங்கு வியர்வையும் உண்டாகும்.
- வெண்மை நிறமுடைய சிறு கற்கள் சிறுநீருடன் வெளியாகும்.

4. முக்குற்றக் கல்லடைப்பு

- நீர்த்தாரையின் அடிப்புறத்தில் தாங்க முடியாத வலியும், வருத்தமும் உண்டாகும்.
- சிறுநீர் விட்டுவிட்டுப் பாயும்.
- நீர் கழிக்கும் போது மணல் போலும், நொறுங்கிய கல்போலும் வந்து விழும்.
- நாளொன்றுக்குச் சிறங்கையளவு கல் வீழ்ந்து மிகவும் துன்புறுத்தும்.
- அடிக்கடி வெளியாகும் சிறுநீர் முற்றும் வெளியாகாமல் திடீரென்று அடைத்துக் கொள்ளும்.
- அச்சமயம் தாங்க முடியாத வலி ஆண் குறியிலும் எருவாய்க்கு மேற்பகுதியிலும் உண்டாகும்.
- சில வேளைகளில் கல்புரண்டு கொண்டே வந்து வெளியாவதற்கு முயன்று ஆண்குறிமுனையில் வந்து அங்கு தடைபட்டு மிகுந்த வலியையும் வீக்கத்தையும் உண்டாக்கும்.

- ❖ கற்கள் கரடு முரடாகவேனும் கூர்மையாகவேனும் இருப்பின் கீழ் வயிற்றிலும் நீர்ப்புழையிலும் தாங்கமுடியாத எரிச்சலையும் வலியையும் தந்து குருதியை மிகவும் வெளிப் படுத்தும்.

II நீர்ச்சுருக்கு

நீர்க்கடுப்பு, நீரருக்கல், மூத்திரக் கிரிச்சரம் என்ற பெயர்களிலும் அழைக்கப்படும் இந்நோய் நீர்ப்புழையில் குத்தல் , எரிச்சல், வலி ஆகியவற்றை உண்டாக்கியும் முகத்தை வீங்கச்செய்தும், சொட்டு சொட்டாய் நீரிறங்கியும் துன்புறுத்தும் இயல்புடையதாம்.

நோய்க்காரணம்: பெண்களுக்குத் துரோகம் செய்து நடுவிலே கைவிட்ட பேர்களுக்கும், பசித்திருக்கும் குழந்தைகளை அருகிலே வைத்துக் கொண்டு அவர்களுக்கு வழங்காமல் தாமே உணவு உட்கொள்வோர்க்கும், தாகம் என்று தவித்து வந்த பேர்களுக்குத் தண்ணீர் கொடுத்து அவர்களின் தாகத்தை நீக்காத பேர்களுக்கும் மூத்திரக் கிரிச்சரம் என்னும் இந் நோய் உண்டாகும் என யூகி முனிவரின் "வைத்திய சிந்தாமணி 800" என்னும் நூல் கூறுகின்றது.

மேலும் மாப்பண்டம் போன்ற பொருட்களை மிகுதியாக உண்ணுவதாலும் காலங்கள் மாறியும், பகலிலும் பெண்போகம் செய்வதும், பகலில் பால் அருந்துதல், பகலில் மிகுதியும் தூங்குதல், லாகிரி வஸ்துக்களை அதிகமாக உபயோகித்தல், வெப்பம் மிகுந்த இடங்களில் திரிதல் போன்றவையும் இந்நோய் உண்டாவதற்கான காரணங்களாகக் கூறப்படுகின்றன.

நோய் வகைகள்: இந்நோய் வாத மூத்திரக் கிரிச்சரம், பித்த மூத்திரக் கிரிச்சரம், கபமூத்திரக் கிரிச்சரம், மேக மூத்திரக் கிரச்சரம் என நான்கு வகைகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. அவை வருமாறு:

1. வாத மூத்திரக் கிரிச்சரம்

- ❖ இந்நோயில் உண்டாகும் வளியின் கேட்டினால் மேகம் என்னும் துன்பம் உண்டாகும்.
- ❖ நீர்த்தாரையில் வெண்ணீர் இறுக்கப்பட்டு நீர்த்தாரையினுள் தங்கிச் சிறுநீர் வெளியாவதைத் தடுக்கும்.
- ❖ தேகம் முழுவதும் கடுப்பு உண்டாகும்.
- ❖ சிறுநீர் இறங்குங்கால் கெட்டுப்போன மாமிசம் போன்று கறுப்பாய் வீழும்.

2. பித்த மூத்திரக் கிரிச்சரம்

- ❖ சிறுநீர் மஞ்சள் நிறமாகவும், சிவந்த நிறமாகவும் இழியும்.
- ❖ கை, கால்கள் தளர்ந்து அசதியாகக் காணும்.
- ❖ சிறுநீர் மிகவும் சுருங்கி, கடுப்புடன் வெளியாகும்.
- ❖ ஆண்குறி, விதை, குதம் இவற்றில் வாயுக்களின் செயல் மீறிக் காணும்.
- ❖ வயிறு விம்மிக் காணும்.
- ❖ வயிறு உப்புவதுடன் இரைச்சல் செய்து மேலேறும்.
- ❖ வாய் உலர்ந்து காணும்.
- ❖ மிரட்சி உண்டாகும்.

3. கப மூத்திரக் கிரிச்சரம்

- ❖ இந்நோயில் குதத்திலும், விதைப் பகுதியிலும் மிகவும் வலிக்கும்.
- ❖ உடல் முழுதும் வெளுத்துக் காணும்.
- ❖ கண் பச்சை நிறத்துடன் காணும்.
- ❖ கிறுகிறுப்பும் மயக்கமும் உண்டாகும்.
- ❖ உடல் முழுதும் கடுப்புடன் கூடிய வலியும், சொறிதலுமாகக் காணப்படும்.
- ❖ சிறுநீர் எரிச்சலுடன் இழியும்.
- ❖ அடிக்கடி சிறுநீர் கழிக்க வேண்டிய உணர்வை ஏற்படுத்தித் துன்புறுத்தும்.
- ❖ ஆண்குறியில் ஒருவித கூச்சம் உண்டாகும்.

4. மேக மூத்திரக் கிரிச்சரம்

- ❖ சிறுநீர் கழிக்கும்போது அடிக்கடி வெள்ளை நிற நூல்போல சேர்ந்து இழியும்.
- ❖ நீர்த்தாரையின் அடியில் புறாவின் எச்சம்போலும் வீழும்.
- ❖ சிறுநீருடன் இறங்கும் வெள்ளை மிகவும் கவிச்சு நாற்றத்தை உடையதாகக் காணும்.
- ❖ ஆண்குறி, குதம் இவை வேக்காட்டுடன் எரிச்சல் உண்டாகிக் காணும்.

III. நீர்க்கட்டு

நாள்கணக்காகச் சிறுநீர் பெய்யாமலே இருந்தாலும் நீர்ப்பை நிறையாது. இது நீரடங்கல் நோய் என்றும் அழைக்கப்படுகின்றது. பையில் சிறுநீர் இருத்தலும்,

வெளியாகாதிருப்பதும் இந்நோயின் இயல்பாகும். இந்நோய் பற்றி "யூகி வைத்திய சிந்தாமணி 800" என்னும் நூலில் ஏதும் கூறாதிருப்பினும் "சித்த மருத்துவம்" என்னும் நூலில் அதன் ஆசிரியர் இந்நோயைப் பற்றியும், சொட்டுநீர் என்பது பற்றியும் தன் அனுபவத்தின் படி கூறியுள்ளார். அதன் அடிப்படையில் இந்நோய் பற்றி விளக்கப்பட்டுள்ளது.

நோய்க் காரணங்கள்: இந்நோய் இருபெரும் காரணங்களால் வருவதுண்டு.

1. நீர்க் குண்டிக்காயில் உண்டான சிறு கற்கள், நீர்க்குண்டிக்காயின் புழையை அடைத்துச் சுரந்துண்டான நீரை வெளிப்படுத்தாமல் தடைப்படுத்துதல்.

அல்லது பிறப்பிலேயே புழை அடைபடுதல் அல்லது புழையில் கட்டி, கழலைகள் பிறத்தல் ஆகிய தடைகளால் சிறுநீர் வெளியாகாது இருப்பது ஒரு வகையாகும்.

2. நீர்க் குண்டிக்காய் தாபிதம் அடைவதால் இயற்கையாக நீரைப் பிரித்து வெளியாக்கும் வாயுக்கள் தங்களின் தொழிலை இழத்தலாலும், குண்டிக்காயின் நீர்ப்புழைகளில் குருதிக்கட்டி உண்டாக்கி தடை ஏறபடுத்துவதாலும், அடிபட்டு நசுங்குவதாலும், நஞ்சு உட்கொள்ளுதலாலும், மிகுந்த பேதி, அளவு கடந்து வியர்த்தல் முதலிய நோய்களாலும் வருவது மற்றொரு வகை ஆகும்.

அன்றியும் நீரிழிவு நோயின் நாட்பட்ட நிலையிலும் இந்நோய் தோன்றுவதுண்டு.

குறிகுணங்கள்

- முதலில் கூறப்பட்ட காரணத்தால் ஏற்படும் நோயில், நீர்க் குண்டிக்காயுடன் தொடரும் நீர்ப்புழைகளில் ஒன்று தடைபட்டு மற்றொன்றின் தொழில் கெடாதிருப்பின் மிகுதியும் கேடு உண்டாவதில்லை. இரண்டு புழைகளும் ஒரே காலத்தில் அடைபட்டு விடுமாயின் தீமைகள் அதிகம் உண்டாகும்.
- இந்நிலையில் சிறுநீர் முற்றிலும் கட்டுப்பட்டு சிறிதும் இறங்காமை, மயக்கம், தலைசுற்றல் என்னும் குறிகுணங்களைக் காட்டி 10 நாட்களுக்குள் படுக்கையில் கிடக்கச் செய்தல், அரட்டல், புரட்டல், கைகால் சில்லிடல், நாவறட்சி, கொறுக்கு வலி, கண்மணி சுருங்கல் என்னும் குறிகளைக் காட்டிக் கொல்வதுண்டு.

இரண்டாவது கூறிய வகையில் முதலில் கூறியது போல் தடையதிகமாக இல்லாதிருந்தாலும், தாபிதத்தால் நீர்ச்சுரப்பு கட்டுப்பட்டு, சிறு அளவில்

வெளியாகும். சிறுநீர் மிகவும் கடினப்பட்டு செந்நிறத்தோடு இழியும். உடலில் பிசுபிசுத்த வியர்வையும் உண்டாகும். அது சிறுநீர் மணத்துடன் இருக்கும். இத்துடன் கடுமையான வாந்தியும் பேதியும் உண்டாகும். மூச்சுத் தடுமாறல், மயக்கம், சோர்வு ஆகிய குறிகுணங்கள் காணும்.

IV. சொட்டு நீர்

சிறுநீர் தனக்குத் தெரிந்தோ தெரியாமலோ ஒழுகிக் கொண்டிருக்கும் இயல்புடையது இந்நோய். இதைக் குழந்தைகளுக்கு வருவது, பெரியவர்களுக்கு வருவது என இருவகையாகப் பிரிப்பர்.

1. குழந்தைகளுக்கு வரும் சொட்டு நீர்

குழந்தைப் பருவத்தில் பெரும்பான்மையும் அறிவின்மையால் தமக்குத் தெரியாமலே இரவில் படுக்கையில் நீர் பெய்வது, பெரியவர்களான பின்பும் தம்மியல்பிலேயே வந்துவிடுவதுண்டு. சிறு ஒலிக்கும் அஞ்சும் இயல்புடைய குழந்தைகள் தங்களுக்கு அஞ்சக்கூடிய நிலையுண்டாயின் தம்மையறியாமலேயே நீர் சொரிவதுண்டு. மற்றும் சில குழந்தைகள் நீர் பெய்ய வேண்டும் என விரும்பினும் சோம்பலால் பெய்யாமலே இருந்து, அந்நீர் தானாகவே சொட்டுவதுண்டு. இது ஒருவகை.

இதுதவிர வயிற்றுப்புழு, இளைப்பு நோய், நீர்ப்புழை பிறப்பிலேயே சரியான அளவில்லாது குறுகியிருத்தல், நீரருகல், அல்லது நீர்ப்பெருகல் ஆகிய நோய்களிலும் சொட்டு நீர் நோய் உண்டாகக் கூடும். இது மற்றொருவகை .

2. பெரியவர்களுக்கு வரும் சொட்டு நீர்

நோயில் அடிக்கடி நீர் வெளிப்படுதல் போன்றிருக்கும் உணர்ச்சியால் தான் அதனை அடக்கமுடியாமல், அடிக்கடி நீரைச் சிறு அளவில் சொட்டிவிட்டு எழுந்திருப்பது ஒருவகை.

சிலவேளை இருமல், சிரித்தல் அழுதல், பயப்படுதல் முதலியவைகளால் தன்னையறியாமலே நீர் சொட்டிவிடுவது மற்றொரு வகை.

நீர்ப்பெருக்கல் நோய், நீரருகல் நோய், வெள்ளை, நீர்ப்பைத் தாபிதம் என்னும் இவைகளின் கேட்டினாலும் நரம்புத் தளர்ச்சி, பாரிசவாயு, பகந்திரம், கீழ்நோக்குக் காலின் செயல் வன்மை குறைதல் ஆகியவைகளாலும் சொட்டு நீர் நோய் தோன்றும்.

V. நீரடைப்பு நோய்

சிறுநீர் அளவில் குறைந்திழிதலும் நீர்ப்பையும், நீர்ப்புழையும் எரிதலும். வயிறு விம்மி நோதலுமான இயல்புடைய நோயாகும்.

குறிகுணங்கள்

- மூக்கில் நீர் பாய்தல்
- கண் இரப்பை சற்று வீங்கிக் கண்ணீர் வடிதல்
- மார்பு நொந்து மூச்சுத் தடுமாறல்
- வாந்தி
- தலை நோய்
- மயக்கம்
- உறக்கம்
- சுரம்
- உடல் வெளுத்தல்
- உடல் ஊதல்
- கண் ஊதி மூடிக்கொள்ளல்
- வயிற்றுள் நீர் கோர்த்து ஊதல் என்னும் குறிகுணங்களைக் காட்டி சிறுநீரை மிகச்சுருக்கி, நீரில் குருதி கூடிக் கறுநிறத்தோடு இழியும்.
- நீர்ப்புழையில் எரிச்சல், நமை, நோதல் என்னும் குறிகளைக் காட்டும்.
- சிறுநீர் கழியும் போது தாங்க முடியாத எரிச்சலையும் நோவையும் தந்து சூட்டுடன் நீர்இறங்கும்.
- நீரிறங்குவதற்கு முன்பேனும் பின்பேனும் பச்சைக் குருதி வெளியாகும்.
- சிலவேளை நீருடன் குருதி கலந்து கறுத்து வெளியாவதும் உண்டு.
- மேலும் இளைப்பு, பெருமூச்சு, ஆயாசம், மார்பு நோய், முகவீக்கம், சிறுசுரம், இடுப்புநோய், ஆண்குறி வீக்கம், அடிவயிறு நோதல் என்னும் குறிகுணங்களும் காணும்.
- இந்நோய் சிறுவயதினர்க்கு உண்டாயின் சிறுநீரில் பெரிதும் குருதி கூடி இழியும்.
- இது எளிதில் தீரக்கூடிய நோய் எனினும் சிலவேளை மூன்று நான்கு திங்கள் வரையும் நிலைத்திருக்கின் முகம், கால், வயிறு மிகவும் ஊதி,

சிறுநீர் தன்னளவில் மிகவும் குறைந்து, உடல் வெளுத்தல், உடல் வன்மை குறைதல், செரியாமை என்னும் குறிகுணங்களைக் காட்டும்.

❖ இந்நோயிலிழியும் சிறு நீரைக் காய்ச்சின் அது முட்டை வேக வைக்கும் போது வெண்கரு வெளுத்து உறைவதுபோல் உறையும்.

மருத்துவம் செய்யும் முறை

கேடடைந்த வளிக் குற்றத்தையும் அழல் குற்றத்தையும் தன்னிலைப் படுத்த வேண்டும். கீழ்நோக்குக் காலின் கேட்டையும் தன்னிலைப்படுத்த வேண்டும்.

வளிக் குற்றத்தைத் தன்னிலைப் படுத்தவும், கீழ்நோக்குக் காலின் கேட்டைச் சரிப்படுத்தவும், மலம் வெளியாவதற்கும், சிறுநீர் வெளியாவதற்குமான மருந்துகளை வழங்க வேண்டும்.

அழல் குற்றத்தைத் தன்னிலைப்படுத்த குளிர்ச்சியைத் தரக்கூடியதான மருந்துகளைக் குடிநீர் வகையிலேனும் நெய் வடிவிலேனும் கொடுக்க வேண்டும்.

கல்லடைப்பு நோயில் கல்லைக் கரைக்கக் கூடியதும், சிறுநீர் எரிச்சலையும் அதில் கசியும் குருதியையும் அடக்கக் கூடியதுமான பொடி வகை, பற்ப செந்தூர வகை ஆகியவற்றைக் கொடுத்தல் வேண்டும்.

கல் பெரிதாக இருந்து, மருந்துகளினால் எளிதில் கரைந்து வெளிப்படாது துன்பங்களை விளைவித்துக் கொண்டே இருப்பின் அறுவை மருத்துவம் செய்ய அறிவுறுத்த வேண்டும்.

குடிநீர் வகை

1. நீர்முள்ளி, நெருஞ்சில், சிறுபீளை, ஏரழிஞ்சில் இவற்றின் இலைகளை ஓர் அளவாகக் கூட்டி, 8 பங்கு நீர் விட்டு, எட்டில் ஒன்றாய்க் காய்த்து, அதில் காலை, மாலை ஒவ்வோர் ஆழாக்கு உட்கொள்ள வேண்டும். அதில் விரால் மீன் தலைக்கல் பொடியை அரைச்சிட்டிகை கலந்து குடிக்கில் கல்லுடைந்து வெளியாகும்.

2. பனங் குருத்து, நெருஞ்சில், நீர்முள்ளி, சூரைவேர், காஞ்சொறிவேர், வில்வவேர், குரோசாணி ஓமம், நீர்க்கடம்பின் வேர் இவைகளை ஓர் அளவாகக் கொண்டு முறைப்படி குடிநீராக்கிக் காலை மாலைகளில் ஒவ்வோர் ஆழாக்குக் குடித்துவரக் கல் உடையும்.

3. நீர்முள்ளி, நெருஞ்சில் சுரைக்கொடி, சோம்பு, சரக்கொன்றைப்புளி, கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய் வகைக்கு ஒரு நிறையாய்க் கொண்டு

குடிநீரிட்டு அரைமுதல் ஒரு ஆழாக்காக்கிக் கொடுக்க வயிறு கழிதலும் சிறுநீரிழிதலும் உண்டாகும்.

4. காக்கணம் வேர், முட்காவேளைவேர், சிறுபீளை வேர், மூக்கிரட்டைவேர், வெட்டிவேர், விலாமிச்சம்வேர், வில்வவேர்- வகைக்கு ஓரெடையாகக் கொண்டு முறைப்படி குடிநீராக்கி, 1/2 முதல் 1 ஆழாக்கு வரை இளஞ்சூட்டில் ஒரு சிட்டிகை குங்கிலியம் பொடித்துத் தூவிக் கலக்கிக் கொடுக்கவும்.

5. கற்றாழை வேர், நிலக்கடம்பின்வேர், மிளகுக் கொடி, வெள்ளைச் சாட்டரணைவேர், பொடுதலைக் கீரை, கீழாநெல்லி - இவைகளை ஓர் நிறையாகக் கொண்டு முறைப்படி குடிநீராக்கி கால் முதல் அரை ஆழாக்கு வரை கொடுக்கலாம்.

6. இரும்புக் கிட்டம் பலம் இரண்டு, நெருஞ்சில், வெள்ளரி வித்து, பற்பாடகம், சிவதை வேர், சுரைக் கொடி, காசினிவிரை, நன்னாரி ஆகியவை வகைக்குப் பலம் ஒன்று; கள் படி ஒன்று; காடிநீர் படி ஒன்று, பசுநீர் படி ஒன்று- இவற்றைச் சேர்த்து முறைப்படி குடிநீரிட்டு அதில் வேண்டும் பொழுதெல்லாம் அரை ஆழாக்கு காலை மாலைகளில் கொடுக்கலாம். இக்குடிநீர்ப்பானை அடுப்பிலேயே சிறுதீயில் இருத்தல் வேண்டும். இதனை அடைக் குடிநீர் என்றும் பாண்டக் குடிநீர் எனவும் கூறுவர்.

7. வெள்ளறுகு, பிரம்மதண்டி, நீர்ப்பிரமி, வல்லாரை, பொடுதலை, நீர்க்கடம்பு, கீழாநெல்லி, சகதேவி, நெய்ச்சுட்டி இவைகளுள் நோய்க்குத் தக்கவாறு ஏதேனும் ஒன்றை அரைத்து எலுமிச்சங் காய் அளவு உருட்டி மோரிலேனும் அல்லது இளநீரிலேனும் 3 நாள் கொள்ள நீரினை அருக்கல் நோய் நீங்கும்.

இந்நோயில் பயன்படும் மூலிகைகள்

1. அறுகம்புல்: அறுகன் வேரின் கணுநீக்கி, கால்பலம் எடுத்து, அத்துடன் வெண்மிளகு பத்து சேர்த்துக் குடிநீரிட்டு வடித்து அதில் பாக்களவு பசுவின் வெண்ணெய் கூட்டி உட்கொள்ள நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு, நீர்ப்புழை எரிச்சல், வெள்ளை, வெட்டை, மூலக்கடுப்பு, இரசவேக்காடு ஆகியவை நீங்கும்.

2. ஆனைக்கற்றாழை: இதன் வேர் 25 கி முதல் 35 கிராம் எடுத்து 700 மிலி நீர்விட்டு ஒரு ஆழாக்காகக் குறுக்கி வடிகட்டி நாள் ஒன்றுக்கு 2 வேளையும் அரை

ஆழாக்கு வீதம் உட்கொண்டுவர நீர்க்கட்டை உடைத்து நீரைத் தாராளமாய் வெளிப்படுத்தும்; வயிறு கழியும்.

3. இசப்புக் கோல் விதை: விதைகளை ஒன்றிரண்டாய்ப் பொடித்து ஒன்றுக்கு 80பங்கு நீர் சேர்த்துக் காய்ச்சி வடிகட்டிய நீரை, நாள் ஒன்றுக்கு இரண்டு மூன்று முறையாக அரை முதல் ஓர் ஆழாக்களவாகக் கொடுத்துவர நீர் எரிச்சல் நீங்கும்.

4. முள் இலவு: இதன் இலையை அரைத்து பசுவின்பாலில் கலக்கிக் கொடுக்க, சிறுநீர் எரிச்சல் நீங்கும்.

இதன் பூவைக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க மலக்கட்டையும் நீர்க்கட்டையும் நீக்கும்.

இதன் வித்து ஒரு பங்கு, சீரகம் 1/2 பங்கு வால் மிளகு 1/4 பங்கு சேர்த்தரைத்து 4 கிராம் முதல் 10 கிராம் எடை வரையில் கொடுக்க நீர் எரிச்சல், நீர்ச்சுருக்கு, வெட்டை முதலியன நீங்கும்.

இதன் பட்டை பலம் 1/4 உடன் 2 ஆழாக்கு நீர் விட்டு ஓர் ஆழாக்காகக் காய்ச்சி வடிகட்டி 1/4 முதல் 1/2 ஆழாக்கு வீதம் தினம் 3 அல்லது 4 முறை கொடுக்க நாட்பட்ட புண், சிறுநீர் எரிச்சல், நீர்ச்சுருக்கு, நீரடைப்பு, வெள்ளை, சீதக்கழிச்சல் முதலியன நீங்கும்.

5. ஈச்ச மரம்: சிற்றீச்சன் பிசினைச் சிறிய அளவில் நீரில் கலந்து உட்கொள்ள மூத்திர சம்பந்தமான நோய்கள், செரியாக் கழிச்சல் ஆகியவை போம்.

இதன் கள்ளைப் புளிப்பதற்கு முன்பு அதிகாலையில் அரை முதல் ஒரு ஆழாக்கு வரை உட்கொண்டு வர மூத்திரக் கிரிச்சரம், உள்ளழலை நீங்கும்.

6. உருத்திர சடை: நீர்க்கிரிச்சர நோய்களுக்கு இதன் விதையை ஊறவைத்து, சர்க்கரை சேர்த்துச் சாப்பிடலாம். கொள்ளவேண்டிய அளவு ஒன்று முதல் இரண்டரை வராகன் எடையாகும்.

7. உழுந்து: உழுந்தை நீரில் ஊறவைத்து எடுத்த நீரை மறுநாள் அதிகாலையில் அருந்த மூத்திர சம்பந்தமான வியாதிகள் போம்.

8. காட்டு ஏலம்: காட்டு ஏலக்காய் 1 பங்கு, வெள்ளரி விதை 2 பங்கு சேர்த்துக் குடிநீரிட்டு 30 மிலி வீதம் உட்கொள்ள சிறுநீரைப் பெருக்கி, நீரடைப்பைப் போக்கும். வலப்பாட்டீரல் நோயைக் குணமாக்கும்.

9. மலை ஏலம் :1 இதனைக் குடிநீரிட்டோ, சூரணம் செய்தோ தக்க அளவில் உட்கொள்ள நீர்க்கடுப்பு நீங்கும்.

10. கக்கரிக்காய்: பந்தலில் காய்க்கின்ற கத்தரிக்காய்க்கு ஆகாய கக்கரிக்காய் என்ற பெயர் வழங்கும். இதனையே பெங்களூர் கத்திரிக்காய் என்றும் கூறுவர். இதன் இலையை வேகவைத்துச் சீரகம் சேர்த்து வறுத்துப் பொடித்து சர்க்கரை சேர்த்து வேளைக்கு 2 கிராம் எடை கொடுக்கச் சிறுநீர்ப் பெருக்கு உண்டாகும்.

11. கஞ்சா: கஞ்சா இலை 170 கிராம், துருசு 34 கிராம். இவ்விரண்டையும் வெண்ணெய் போலரைத்து அதற்குள் பலகறை 1 வைத்து 1, 2, 3 மண் சீலை செய்து 30 வறட்டியில் புடமிட்டு எடுத்துப் பொடித்து அதில் 8 கிராம் எடை எடுத்து எலுமிச்சம் பழ இரசம் 700 மிலி, 34 கிராம் சீனி சேர்த்துக் கலக்கிப் பொடியை அதில் போட்டு வாழைக் குருத்து இலையால் மூடி, ஓர் இரவு பனியில் வைத்து, மறுநாள் எடுத்துக் கொடுக்க நீரடைப்பு, சதையடைப்பு, சொட்டுநீர், நீரருகல், நீர்க்கட்டு முதலியன நீங்கும்.

12. கடலை: கடலையைக் வறுத்துப் பொடித்து உள்ளுக்குக் கொடுக்க நீரடைப்பு, வயிற்றுப் பொருமல் நீங்கும்.

13. கட்டுக் கொடி: இதன் இலைச் சாற்றைப் பிழிந்து நீரில் விட்டால் நீர் வெண்ணெய் போல் கட்டியாகும். இலைச்சாற்றோடு சர்க்கரை கலந்து கொடுக்க நீர் எரிச்சல், நீர்ப்பாயும் போது குத்தல் முதலியன நீங்கும்.

14. கரும்பு: கரும்பின் வேரை முறைப்படிக் குடிநீரிட்டு உள்ளுக்குக் கொடுக்கச் சிறுநீர் எரிச்சலைக் குறைக்கும்.

15. கலியாணப் பூசணிக்காய்: பூசணிக்காயைக் குடைந்து அதனுள் செம்பருத்திப் பூவைப் போட்டு ஊறவைத்து இரசம் எடுத்து அதனுடன் சர்க்கரை கூட்டிக் கொடுக்க நீர் எரிச்சல், வெள்ளை முதலியன தீரும்.

16. கலியாண முருக்கு: இதன் இலைச் சாற்றை 1 முதல் 2 தேக்கரண்டி வீதம் காலை மாலை 2 வேளையும் கொடுத்துவர மூத்திர எரிச்சல், மூத்திரத் தடை முதலிய நோய்கள் நீங்கும்.

17. கறிமுள்ளி: இச் செடிக்கு 10 பங்கு நீர் சேர்த்துக் குடி நீரிட்டு கால் முதல் அரை ஆழாக்கு வீதம் கொடுத்துவர நீர்க்கட்டு, நீர் எரிச்சல் முதலியன நீங்கும்.

18. கற்கோவை: இதன் இலையை அல்லது சமூலத்தை இடித்துப் பிழிந்த சாற்றை முறித்துத் தெளிவெடுத்து 30 மிலி முதல் 60 மிலி வீதம் நாளுக்கு 2 முறை கொடுத்துவர மூத்திரம் அதிகப்பட்டு இழியும். நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு, சோபை முதலியன நீங்கும்.

19. கற்பாசி: இதனைப் பற்கை செய்து அடிவயிற்றிலும், முள்ளந் தண்டின் அடிப்பாக எலும்பிலும் பூசச் சிறுநீரை மிகுதியும் இறங்கச் செய்யும்.

20. கற்றாழை: பேய்க் கற்றாழையின் சாற்றுடன் வெண்ணெய், கற்கண்டு, வால்மிளகுத்தூள் இவைகளைச் சேர்த்துண்ண நீர்ச்சுருக்கு, உள் சூடு நீங்கும்.

கற்றாழைச்சோறு 87 கிராம் எடுத்து சிற்றாமணக்கெண்ணெய் 340 கிராமில் ஊற வைத்து அரைத்து வெந்தயம் 8 1/2 கிராம், சிறுக அரிந்த வெள்ளை வெங்காயம் 1 சேர்த்துக் காய்ச்சிப் பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி, அதைக் காலையிலோ, இரவில் படுக்கைக்குப் போகுமுன்னரோ, ஓர் உச்சிக் கரண்டி சாப்பிட்டு வர, உடல் சூடு நீங்கும். நீர்க்கட்டு, நீர் எரிச்சல் முதலியன தீரும்.

21. காயாம்பூச் செடி அல்லது காசா: இலை பங்கு 1 க்கு 20 பங்கு நீர் விட்டு எட்டிலொன்றாய்க் குறுக்கி வடித்து அதில் 30 மிலி உள்ளுக்குக் கொடுக்க நீர் எரிச்சல், நீர்க்கடுப்பு, வெள்ளை நீங்கும்.

வேரை உலர்த்திச் சிதைத்து 10 பங்கு நீர்விட்டுக் காய்ச்சி எட்டில் ஒன்றாகக் குறுக்கி வடிகட்டி 15 மிலி முதல் 30 மிலி வீதம் தினம் 2 முறை அல்லது 3 முறை கொடுக்கப் பெண்களுக்கு உண்டாகும் மிதமிஞ்சிய வெள்ளை, நீர்க்கடுப்பு, பெரும்பாடு ஆகியவை நீங்கும்.

22. காட்டுக்கிராம்பு: இதனை அரைத்து மோரில் கலந்து கொடுக்கச் சிறுநீர் அதிகரித்து இழியும்.

23. காட்டுக் கொள்ளு: காட்டுக் கொள்ளுத் தோல் 12 கிராம் எடை எடுத்து நீர் விட்டரைத்து உருட்டி உள்ளுக்குக் கொடுக்க, நீரைப் பெருக்கித் தள்ளும்.

விதையைப் பொடித்து 130 மிகி. முதல் 325 மிகி. எடை வீதம் தினம் 2,3, வேளை கொடுத்துவர நீரடைப்பு நீங்கும்.

24. காட்டு முள்ளங்கி: இலையை உலர்த்திப் பொடித்து 8 கிராம் எடை வீதம் வெண்ணெயில் கொடுக்க நீரடைப்பு, மார்பு நோய் நீங்கும்.

25. காட்டு வெங்காயம் அல்லது நரிவெங்காயம்: இதனைக் குடிநீரிட்டு பெருவயிறு முதலிய நீரேற்ற நோய்களுக்குக் கொடுக்க நீரை இறக்கும்.

நரிவெங்காயம் 1 குன்றி, மிளகு 130 மிகி, பொட்டிலுப்பு 210 மிகி. மூன்றையும் உலர்த்திப் பொடி செய்து நீரில் கரைத்துக் கொடுக்கலாம்.

26. சிறுகீரை: சிறுகீரையைச் சமையல் செய்து சாப்பிட்டு வர நீர் எரிச்சல், வீக்கம், இரசநஞ்சு, காசம், படலம், நஞ்சு, புண் முதலியன நீங்கும்.

27. பசலைக்கீரை: இக் கீரையைச் சமைத்துண்ண நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு, வெள்ளை முதலியன நீங்கும்.

பசலைக் கீரை, கத்தரியிலை இவ்விரண்டையும் ஓரளவில் எடுத்துக் கலந்து குடிநீராகச் செய்து, அதில் வெங்காரப்பற்பம் சேர்த்துண்ண நீரடைப்பு என்னும் நோய் நீங்கும்.

28. பருப்புக் கீரை: இதன் இலைச்சாற்றை 1/4 முதல் 1/2 ஆழாக்கு வரையில தினம் 2 வேளை உள்ளுக்குக் கொடுத்துவர நீர்ச்சுருக்கு, மூத்திரவெப்பநோய், சீதபேதி, இரத்தபேதி முதலிய நோய்கள் நீங்கும்.

29. புண்ணாக்கு கீரை: இதனை வேகவைத்து உட்கொள்ள எருவும் நீரும் நன்றாய் இழியும். அனல் வெட்டை நீங்கும்.

30 புதினா: இதனையும் கற்பூரப் புல்லையும் ஓரெடையாக எடுத்துக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கச் சிறுநீரைப் பெருக்கும். தலைவலி, வாந்தி முதலியன நிற்கும். சுரம் தணியும்.நல்ல தூக்கம் உண்டாகும்.

31. முள்ளிக் கீரை: இதன் வேர் 70 கிராம் எடுத்து முறைப்படி குடிநீர் செய்து 30 மிலி வீதம் கொடுத்து வர நீரடைப்பு, வெள்ளை தீரும்.

இதன் இலையையும் வேரையும் குடிநீரிட்டுக் கொடுத்தாலும் நீர்க்கட்டை உடைத்து நீரை வெளியாக்கும்.

32. கீரைத் தண்டு: குடிநீர் செய்து அல்லது சமையல் செய்து சாப்பிட்டுவர நீர் எரிச்சல், நீர்க் கடுப்பு, வெள்ளை நீங்கும்.

33. சங்கன் வேர்ப்பட்டையின் பாலுக்கு வீக்கம், நீரேற்றம், சுரவேகம் ஆகியன நீங்கும்.

வேர்ப்பட்டையை இடித்துப் பிழிந்து பாலை 1 அல்ல 1 1/2 பலம் எடுத்து அதற்கு 2 மடங்கு வெள்ளாட்டுப்பால் சேர்த்துக் கொடுத்துவரச் சிறுநீரைப் பெருக்கி வெளிப்படுத்துவதுடன் உடல் வீக்கம், சுர வெப்பம் இவைகளைப் போக்கும்.

34. சண்பகப்பூ: பூவைக் குடிநீரிட்டு அல்லது ஊறல் நீர் செய்து 30 முதல் 60 மிலி வீதம் கொடுக்க நீர்ச் சுருக்கையும், மேக நோய்களையும் போக்கும்.

35. சத்திச்சாறணை: நான்குபலம் நிறையுள்ள காய்ச்சாத பசுவின்பாலில் அரைப்பங்கு சாற்றைக் கலந்து கொடுக்க, கட்டுப்பட்ட நீரை உடனே இறக்கும்.

36. சந்தனம்: குடிநீர், தீநீர், தைலம் இவற்றால் உட்சூடு, நீர்க்கடுப்பு, நீர் எரிச்சல், வெள்ளை தீரும்.

சந்தனத்தூள் 2பங்கு, நீர் 16 பங்கு. இதை 4 இல் ஒன்றாக வற்ற வைத்துக் குடிநீராக்கி, இதன் எடைக்கு 3 பங்கு கற்கண்டு கூட்டிக் காய்ச்சி வடிகட்டிக் கொண்டு தேவையான அளவு பன்னீர் சேர்த்து உட்கொள்ள உட்சூடு, நீர் எரிச்சல், மூலச்சூடு, நீர்க்கடுப்பு, வெள்ளை நீங்கும்.

சந்தன ஊறல் நீர் செய்தும் மேற்கண்ட நோய்களுக்குக் கொடுக்கலாம்.

37. சாலாமிசிரி: சாலாமிசிரி, சீமைத் தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு, சிங்காரக்கிழங்கு, இசப்புக்கோல் விதைத்தோல் என்கிற இந்நான்கினையும் தனித்தனியே பொடித்து ஓரெடையாகக் கொண்டு அதில் இரண்டு கரண்டியளவு ஓர் ஆழாக்குப் பாலுடன் கலந்து சிறுதீயில் காய்ச்சிக் கஞ்சிபோலச் சர்க்கரைக் கூட்டிக் குடித்து வர உடல் வலுக்கும். சிறுநீர் எரிச்சல், நீர்ச்சுருக்கு நீங்கும்.

38. சுரைக் கீரையை உள்ளிப்பூண்டு சேர்த்து சமைத்து ஒரு மண்டலம் புசித்துவரினும் அல்லது கொடியை மட்டும் குடிநீர் செய்து குடிப்பினும் நீரேற்றம் என்னும் பைசாசத் தன்மை வாய்ந்த பிணிகள் நீங்கும்.

39. செப்பு நெருஞ்சில்: முள்ளை வெந்நீரில் ஊறவைத்துக் கொடுக்கச் சிறுநீரைப் பெருக்கித் தள்ளும். நீர்க் கிரிச்சர நோய்கள் யாவும் தீரும்.

40. செம்பரத்தை: இதன் வேர்ப்பொடி, தாமரைக் கிழங்குப் பொடி, முள்ளிலவுப் பட்டைப் பொடி இம்மூன்றையும் ஓரெடையாக எடுத்து 4 கிராம் முதல் 6 கிராம் எடை வரை நீரில் கலந்து உட்கொள்ளச் சிறுநீரைப் பெருக்கும். பெரும் பாட்டை நிறுத்தும்.

பூவின் மொக்கை உலர்த்திப் பொடித்துச் சிறுநீர் எரிச்சல் நீங்கவும், ஆண்மை பெருகவும் வழங்கலாம்.

41. மணத்தக்காளி: இதன் வற்றல் 126 கிராம் கொதிக்கிற 700 மிலி வெந்நீரில் சேர்த்து ஒரு மணிநேரம் மூடி வைத்திருந்து வடிகட்டி நீர்ச்சுருக்கு போன்ற நோய்களுக்கு 35 முதல் 80 மிலி அளவு கொடுக்கலாம்.

42. துத்தி: இதன் வேர் 35 கிராம், திராட்சைப்பழம் 17 கிராம், நீர் 700 மிலி சேர்த்துக் காய்ச்சி 170 மிலி ஆகச் சுண்ட வைத்து வடிகட்டிக் கொண்டு காலை

மாலை இருவேளையும் உட்கொண்டுவர நீர்ச்சுருக்கு, மேகச் சூடு முதலியன நீங்கும்.

43. தென்னை: இளநீர் சிறுநீர் பெருக்கி மருந்துகளுடன் சேர்த்து வழங்கச் சிறுநீர் அதிகமாக இறங்கும். தனியாக வழங்க நீர் எரிச்சல், நீர்க்கடுப்பு நீங்கும். உட்சூடு குறையும்.

44. நன்னாரி: வேரை உலர்த்திப் பொடித்துப் பசுவின்பால் சேர்த்து, நீர்ச்சுருக்கு முதலிய நோய்கட்குக் கொடுக்கலாம். மேற்கண்ட நோய்கட்கு நன்னாரி வேர், சீரகம் சேர்த்துக் குடிநீரிட்டும் வழங்கலாம்.

நன்னாரி வேரை இடித்து 136 கிராம் எடை எடுத்து அத்துடன் 700 மிலி வெந்நீர் விட்டு 4 மணி நேரம் ஊறவைத்து வடிகட்டி அதில் 952 கிராம் சீரகம் சேர்த்துச் சிறு தீயிட்டு எரித்து இறக்கி வேளைக்கு 1-2 தேக்கரண்டி வீதம் நீரில் கலந்து உட்கொள்ளலாம். வெப்பம் தணியும்.

நன்னாரியை வாழையிலையில் சுற்றிக் கட்டி, கும்பிச் சாம்பலுள் புதைத்து வைத்து எடுத்து நரம்பு நீக்கி அத்துடன் வெல்லம், சீரகம் சேர்த்து அரைத்துக் கொடுக்க நீர் எரிச்சல் நீங்கும்.

45. நாயுருவி: செந்நாயுருவிச் செடியைக் குடிநீரிட்டு 19 மிலி முதல் 35 மிலி வரையிலும் கொடுத்து வரச் சிறுநீரைப் பெருக்கித் தள்ளும்.

46. நிலக்கடம்பு: இதனைக் குடிநீரிட்டு 70 முதல் 140 மிலி அளவிலேனும் அல்லது பொடி செய்து 1 முதல் 2 கிராம் எடையிலேனும் சிறுநீரைப் பெருக்கச் செய்வதற்காக வழங்கலாம். இது வாயுக்களைக் கண்டித்துச் சிறுநீரைப் பெருக்கும்.

47. நீர்ப் பிரமி: இது சிறுநீரைப் பெருக்கும். மலத்தை இளக்கி கழிச்சலை உண்டாக்கும். இலையைச் சாறு பிழிந்து நெய் சேர்த்துக் காய்சியோ சாற்றுடன் (2 வராகன் எடை) 8 கிராம் கோட்டத்தைப் பொடித்துச் சேர்த்துத் தேன் கலந்தோ வழங்கலாம்.

48. நீர்ப்பூலா: இலைச்சாறு ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்துச் சர்க்கரை அல்லது கற்கண்டு சேர்த்து நாள் ஒன்றுக்கு 3 முறை சாப்பிடச் சிறுநீர் நன்றாய் இறங்கும். உடலில் எழும் அனல் தணியும்.

49. நீர்முள்ளி: நீர்முள்ளி சமூலம், நெருஞ்சில், சுரைக்கொடி, வெள்ளரிவித்து, பறங்கிச் சக்கை, மணத்தக்காளி வற்றல், சோம்பு, கடுக்காய்த்தோல், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய், சரக்கொன்றைப் புளி வகைக்கு பலம் ஒன்றாகக் கொண்டு, ஒன்றிரண்டாக இடித்ததில் ஒரு கையளவு எடுத்து 1400

மிலி நீரிட்டு எட்டில் ஒன்றாக்கிக் காலை மாலை கொடுக்கச் சிறுநீர் நன்கு இறங்கும். நீர்க்கட்டு, நீர்ச்சுருக்கு, நீரடைப்பு, பெருவயிறு, சோபை ஆகிய நோய்களில் நல்ல பலன் உண்டாகும்.

நீர்முள்ளியை வேறு நீர்ப்போக்கி மருந்துகளுடன் சேர்த்துக் கொடுக்க நீர் நன்கு இறங்கி, மூத்திரவியாதிகள் நீங்கி, தேகத்தில் உள்ள கெட்ட நீரும் வற்றும்.

நீர்முள்ளி விதையைப் பாலில் ஊற வைத்துச் சர்க்கரை கலந்து கொடுக்க நீர் எரிச்சல் நீங்கும். உடல் வன்மை உண்டாகும். ஆண்மை பெருகும்.

50. சிறு நெருஞ்சில்: இதன் காயையும் வேரையும் பச்சரிசியோடு வேகவைத்துக் கஞ்சியை வடித்துச் சர்க்கரை கூட்டி நீர்க்கடுப்பு,வெள்ளை ஆகியவைகளுக்குக் கொடுப்பது வழக்கம்.

நசுக்கிய நெருஞ்சிக்காய் 68 கிராம், கொத்துமல்லி விதை 8 கிராம், நீர் 680 கிராம். இவற்றை நேர்பாதியாகச் சுண்ட வைத்து வடிகட்டி 40 மிலி வீதம் தினம் 2 வேளை கொடுத்துவர நீரடைப்பு, சதையடைப்பு, கல்லடைப்பு, நீர் எரிச்சல் முதலியன நீங்கும்.

விதை 103 கிராம், வால்மிளகு, சிறுநாகப்பூ, இரேவல் சின்னி, வெடியுப்பு வகைக்கு 35 கிராம் இவைகளை நன்றாய்ப் பொடித்துச் சேர்த்து வைத்துக்கொண்டு இதில் 1 முதல் 2 கிராம் கொடுத்து வர நீர் நன்கு இறங்கும். தமரக நோயோடு கூடிய வீக்கங்கள் நீங்கும்.

விதையுடன் சிலாசத்தும் சேர்த்துச் சிறுநீர்க்கட்டு நோய்க்குக் கொடுக்கலாம்.

நெருஞ்சில் இலேகியம்: நெருஞ்சில் 12 1/2 சேர், நீர் 64 சேர்- இவற்றில் நாலிலொன்றாகக் காய்ச்சி வடிகட்டி 6 1/4 சேர் சர்க்கரை சேர்த்துக் காய்ச்சிப் பாகாக்கி அத்துடன் சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கருவாப்பட்டை, ஏலம், சிறுநாகப்பூ, சாதிக்காய், வெள்ளரிவிதை வகைக்கு 16 தோலா; மூங்கிலரிசி 1/2 சேர் இவைகளை நன்றாய்ப் பொடித்து மேற்கூறிய பாகுடன் சேர்த்துக் கிளறி இலேகியமாகக் கொள்ளவும். இதில் 24 கிராம் வீதம் கொடுக்கச் சிறுநீர் எரிச்சல், நீரடைப்பு, சதையடைப்பு முதலியன நீங்கும்.

நெருஞ்சி சமூலம் 10, திரிகடுகு வகைக்கு 5, இலவங்கம் 4, ஏலம் 4, குங்குமப்பூ 1, சாதிக்காய் 3, கச்சக்காய் 4, மூங்கிலரிசி 5 பங்குகளாகச் சேர்த்துக் குடிநீரிட்டு வேளைக்கு 1/2 முதல் 1 பலம் வரை கொடுக்க நீர் எரிச்சலோடு கூடிய வெள்ளை நோயின் சார்பாக உண்டாகின்ற ஆண்மையின்மையை நீக்கி, ஆண் தன்மையை உண்டு பண்ணும். அனலை மாற்றும்.

51. நெல்லிக்காய்: நெல்லிக்காய் இலேகியம் செய்து சாப்பிட நீர்ச்சுருக்கு, வாந்தி, குன்மம், பாண்டு, காமாலை, சோகை, திமிர்வாயு, வறட்சி, உடம்பெரிவு முதலியன தீரும். செய்முறை: 2100 கிராம் நெல்லிவற்றலை 45 லிட்டர் தண்ணீரில் போட்டு எட்டில் ஒன்றாய் வற்றவைத்து வடித்து இறுத்ததில் 855 கிராம் சர்க்கரை கூட்டிப் பாகு செய்து அதில் அதிமதுரம், கூகைநீறு, முந்திரிப்பழம் வகைக்கு 70 கிராம்; பேரீச்சம்பழம், திப்பிலி வகைக்கு 105 கிராம் இவைகளை அரைத்து நெய் விட்டுக் கிண்டி மெழுகுப்பதத்தில் தேன் விட்டுப் பிசைந்து வேளை ஒன்றுக்குப் புன்னைக் காயளவு கொள்ள மேற்சொன்ன நோய்கள் நீங்கும்.

52. செம்பருத்தி: இதன் இலையை அரைத்துப் பாலில் கலக்கி நீர்ச்சுருக்கு, நீர் எரிச்சல், நீரடைப்பு முதலிய நோய்களுக்கு வழங்கலாம்.

53. பலாசு: இதன் பூவை வேகவைத்துக் குடிநீரை வடித்து, சிறிது வெடியுப்பு சேர்த்துக் கொடுக்கச் சிறுநீர் நன்றாக இழியும். அளவு 40 முதல் 80 மிலி.

54. பூசணி: பூசணி விதையை 16 முதல் 32கிராம் எடுத்துக் குடிநீரிட்டுச் சாப்பிடச் சிறுநீரைப் பெருக்கும். வெள்ளை, நீர் எரிச்சல் முதலான நோய்களைப் போக்கும்.

55. பனை: ஆனங்காயைச் (ஆண்பனைப்பூ) சுட்டு நீரில் கலக்கித் தெளிந்த நீரைக் காய்ச்சில் உப்பு உரையும். இதனை மூன்று முறை காய்ச்சி எடுத்த உப்பைச் சிறு அளவில் கொடுக்கச் சிறுநீரைப் பெருக்கும். வலப்பாட்டீரல், இடப்பாட்டீல் நோய்கள் நீங்கும்.

பூவைச் சுட்ட சாம்பலை உள்ளுக்குக் கொடுக்கச் சிறுநீர் பெருக்கை உண்டாக்கும். கழியச் செய்யும். புண்களைப் போக்கும்.

இதன் காயை முதிர்வதற்கு முன்பு வெட்டி உள்ளிருக்கும் நுங்கையும் நீரையும் சாப்பிடக் குளிர்ச்சி உண்டாகும். நீர் வேட்கை, நீர் எரிச்சல், நீர்க்கடுப்பு நீங்கும்.

56. பார்லி: பார்லி அரிசியைக் கஞ்சி காய்ச்சிஅருந்த நீர் பெருகி இழியும். நீர் எரிச்சல் நீங்கும்.

57. ஊசிப்பாலை: இதன் கீரையைக் கடைந்து உண்டாலும் குடிநீர் செய்து உட்கொண்டாலும் நீர் எரிச்சல், வெள்ளை முதலியன நீங்கும்.

58. பாவட்டை: இதன் வேர்ப்பொடி, சுக்குத்தூள் இவ்விரண்டையும் ஓரெடை சேர்த்துக் கழுநீரில் கலக்கி நீர்ச்சுருக்கு, நீர்ப்பெருவயிறு நோய்களில் வழங்க நீரைப் பெருக்கி இழியச் செய்யும். உடம்பின் நீர்ப்பெருக்கை வற்றச் செய்யும். வலப்பாட்டீரல், இடப்பாட்டீரல் வீக்கம் நீங்கும்.

59. பிடங்கு நாறி: பிடங்கு நாறியிலை 3 அல்லது 4 எடுத்து, கடுக்காய்த் தோல் 1 வராகன் எடை, கறிமஞ்சள் 1/2 வராகன் எடை இவைகளுடன் சேர்த்துக் குடிநீர் செய்து 1/4 முதல் 1/2 ஆழாக்குத் தர, பிலீக விருத்தி நீங்கும். அதனால் உண்டாகும் பெரு வயிறு தீரும். நீர்ச்சுரப்பு நீங்கும்.

60. பிரமி: இதன் இலையைத் தண்டுடன் இடித்துச் சாறு பிழிந்து ஒரு மேசைக் கரண்டியளவு கொடுக்க எரிச்சலோடு கூடிய நீர்ச்சுருக்கு நீங்கும்.

61. சிறுபீளை: இதன் இலைச்சாற்றில் 1/8 முதல் 1/4 ஆழாக்கு வீதம் குடித்துவர கல்லடைப்பு, நீரடைப்பு, நீர் எரிச்சல் போம்.

சிறுபீளை வேர்ப்பட்டை, பனைவெல்லம் வகைக்குப் பலம் ஒன்று எடுத்துக் கூட்டி மைபோல் அரைத்து, 1/2 ஆழாக்குப் பசும்பாலில் கலந்து காலை மாலைகளில் உட்கொண்டுவரக் கல்லடைப்பு, நீரடைப்பு நீங்கும்.

சிறுபீளைச் சமூலம், சிறுநெருஞ்சி, மாவிலிங்கம் வேர், பேராமுட்டி வேர் இவைகளை ஓரெடை எடுத்துப் போதிய நீர் விட்டு எட்டில் ஒன்றாய்க் குறுக்கிப் பருகக் கல்லடைப்பு நீங்கும். நீரிழியும்.

மேற்சொன்ன குடிநீரை வெங்காரம், சீனாக்காரம், வெடியுப்பு, சிலாசத்து, கல்நார், நண்டுக்கல், விரால்மீன், தலைக்கல் இவற்றின் பற்பத்திற்குத் துணை மருந்தாகக் கூட்டினால் கல்லடைப்பு முதலியன போம்.

வேரைப் பஞ்சு போல் தட்டிக் குடிநீர்செய்து வழங்க நீர்க்கட்டு நீங்கும்.

62. பெரும்பீளை: சிறுபீளை போன்றே இதனையும் வழங்கலாம்.

63. புகையிலை: புகையிலை உப்பு: புகையிலையின் காம்புகளை அல்லது இலையுடன் காம்புகளையாவது நன்றாய் ஈரமின்றி உலர்த்திச் சுட்ட சாம்பல் ஒரு பங்குக்கு 4 பங்கு சுத்தநீர் விட்டு 3 நாள் கலக்கி வெயிலில் வைத்து 4ஆம் நாள் தெளிவிறுத்துக் கொண்டு, சிறு தீயிட்டுக் குழம்பு போல வரும்வரையில் காய்ச்சி, சூரிய வெப்பத்தில் வைக்க உப்பாகும். இது வெண்ணிறம் பொருந்தியது. நிறம் வேறுபட்டிருப்பின் மறுபடியும் நீர் விட்டுக் கரைத்துத் தெளிவிறுத்து முன்போலச் செய்து கொள்ளவும்.

இவ்வுப்பைத் தனித்தாவது அல்லது மற்ற நீரை உடைக்கும் உப்புடன் அல்லது வேறு மருந்துகளுடன் கூட்டியாவது அளவுப்படி கொடுக்க நீர்க்கட்டுடையும். பெருவயிறு போன்ற நோய்கள் தீரும்.

வெடியுப்பு சுண்ணம்: வெடியுப்பு 1 பங்கு, புகையிலை 2 பங்கு எடுத்து புகையிலையைத் துண்டு துண்டாக வெட்டிக் கத்தரித்து ஒரு சட்டியில்

கொஞ்சம்பரப்பி, அதன்மீது வெடியுப்பை பரப்பி, இவ்விதமாகவே அடுக்கடுக்காகப் பரப்பி, கடைசியில் புகையிலையைக் கொஞ்சம் அதிகமாகப் பரப்பி வெளியில் வைத்துக் கொளுத்திவிட வெடியுப்பு ஒருவகை சுண்ணமாகும். இச்சுண்ணத்துக்கு நேர்பாதி நவாச்சாரம் கூட்டிப் பீங்கானில் பரப்பிப் பனியில் வைக்க நீர்றிறங்கும். இந்நீரில் நாலில் ஒரு பங்கு பொரித்த வெங்காரமும் படிகாரமும் கூட்டி எரிக்கச் சுண்ணமாகும்.

இதில் ஒரு குன்றியளவு தக்க அனுபானத்தில் கொடுக்க நீர்க்கட்டு உடையும்.

64. புளி: புளியங் கொட்டையின் மேல் தோலைக் காயவைத்து இடித்த தூள் 260 மிகி முதல் 300 மிகி. சர்க்கரை அல்லது தேன் சேர்த்து தினம் 2,3 தடவை கொடுத்து வர நீர்க்கடுப்பு, வெள்ளை, கழிச்சல் முதலியன தீரும்.

65. சிறுபுள்ளடி: இதன் வேரைக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க நீர்க்கட்டை உடைக்கும். பசியைத் தூண்டி உணவைச் செரிப்பிக்கும். உடற்கு வன்மை ஊட்டும்.

66. மாவிலிங்கு: மாவிலிங்கம் பட்டைக் குடிநீர் அல்லது பட்டை கலந்த வெண்ணெய் கொள்ள வளி நோய்கள், முப்பிணி, கல்லடைப்பு நீங்கும்.

67. வால்மிளகு: வால்மிளகு எண்ணெய் 136 கிராம், வெள்ளைக் குங்கிலியம் 136 கிராம், பறங்கிச் சக்கைத்தூள் 137 கிராம் கூட்டி இவற்றை நீர்முள்ளிச் சாறு விட்டு அரைத்துச் சுண்டையளவு உருட்டி வேளைக்கு 2,3 மாத்திரை காலை மாலை கொடுக்க நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு, வெள்ளை தீரும்.

68. முசுட்டைக் கொடியைக் குடிநீரிட்டாவது, பொடி செய்து இதர மருந்துகளுடன் சேர்த்தாவது கொடுக்க நீர்த்தாரையின் எரிச்சலைப் போக்கும்.

69. முந்திரிப் பழத்தின் சாற்றிலிருந்து சாராயம் காய்ச்சுவதுண்டு. இதனைத் தக்க அளவாய் உட்கொள்ளின் சிறுநீரைப் பெருக்கும்.

70. முருங்கை: முருங்கை இலைச்சாற்றுடன் சிறிது வெடியுப்பு சேர்த்துக் கொடுக்க சிறுநீர் பெருகும்.

71. முள்ளங்கி: முள்ளங்கி நட்டு இரண்டு மூன்று இலைகள் வந்தவுடன் அவ்விலைகளில் ஒருபிடி எடுத்து 2 முதல் 4 கிராம் சோற்றுப்பைச் சேர்த்துக் காலை மாலை 2 வேளை சாப்பிட்டு வர நீரடைப்பு நீங்கும். வெள்ளை தீரும்.

கிழங்கை நசுக்கிச் சாறு பிழிந்து 34 முதல் 100 கிராம் வரையிலும் குடித்து வரச் சிறுநீரை நன்றாய்ப் போக்கும்.

72. மூக்கிரட்டை: இதன் வேரைக் குடிநீர் செய்து குடித்துவர நீர்க்கட்டு, பெருவயிறு, சோபை ஆகிய நோய்கள் தீரும். நீர் நன்கு இழியும்.

73. வாழை: வாழைக்கிழங்கில் ஊறுகின்ற நீரைக் காலை மாலை 80 முதல் 160 மிலி வரை சாப்பிட்டு வர, குளிரிச்சியையும் வன்மையையும் உண்டாக்கும். நீர் நன்கு இழியும். பெருவயிறு, நீர் எரிச்சல், சிறுநீரில் குருதி வீழல் முதலியன தீரும்.

வாழைப்பட்டை, சருகு முதலியவற்றை உலர்த்தி எரித்து எடுத்த சாம்பலை நீரிலிட்டுத் தெளிவு இறுத்த நீரைக் காய்ச்சின் உப்பாம். இவ்வுப்பு சிறுநீரைப் பெருக்கும் தன்மை உடையதாகும்.

வாழைச் சருகு, எள்ளுச் செடி, பனைவேர், புகையிலை, நாயுருவி இவைகளின் சாம்பல் ஓர் நிறையாகக் கொண்டு அதன் அளவிற்கு நான்கு பங்கு நீர் விட்டுக் கலக்கித் தெளிவிறுத்த நீரை வடிகட்டிச் சிறு தீயால் காய்த்து, சுண்டி வரும்போது சூரியனில் வைக்க உப்பு உறையும். இதனை மீண்டும் ஒன்றுக்கு 4 பங்கு நீர்விட்டு முன்கூறியதுபோலவே எரித்து உப்பாக்கவும். ஆக 5 முறை இப்படி செய்த உப்பை எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதனில் ஒன்று முதல் இரண்டு குன்றி அளவு தக்க துணை மருந்தோடு கொடுக்கச் சிறுநீரைப் பெருக்கி இழியச் செய்யும். வாழைத் தண்டு அல்லது கிழங்கினை இடித்துப் பிழிந்த இரசத்திற்கு மூத்திரத்தைப் பெருக்கும் செய்கை இருப்பதாலும், இதில் வெடியுப்பின் சத்து சேர்ந்திருப்பதாலும் நீர்க்கட்டு, நீர் எரிவு, இரத்தக் கிரிச்சரம் ஆகியவைகளைப் போக்க இதனை உபயோகிக்கலாம். நோய் கடினமாயிருப்பின் இச்சாற்றுடன் வெடியுப்பு, வெங்காரம், படிகாரப்பற்பம் அல்லது சுண்ணம் சேர்த்துக் கொடுக்கலாம்.

74. வெங்காயம்: வெங்காயத்தைக் குடிநீரிட்டுக் குடிக்க நீரெரிச்சல், நீர்க்கடுப்பு, நீர்க்கட்டு நீங்கும்.

பச்சைக் கிழங்கைத் தின்ன பெண்களுக்குண்டான சூதகத்தடையை நீக்கும். குருதிச் சிக்கலை அறுக்கும். நீரைப் பெருக்கும்.

75. வெண்டைக்காய்: வெண்டைக்காய்ப் பிஞ்சைத் துண்டு துண்டாக வெட்டி 160 கிராம் எடுத்து 700 மிலி நீரில் சேர்த்து 300 மிலியாகக் குறுக்கி வடித்துச் சர்க்கரை 4 கிராம் கூட்டி நீர்க்கடுப்பு, வெள்ளை, இருமல், கழிச்சல் இவற்றுக்கு 35 முதல் 70மிலி வரை 3,4 மணிக்கு ஒரு முறை கொடுக்கலாம்.

76. வெள்ளரி: வெள்ளரி இலையைச் சீரகத்துடன் கலந்து வறுத்துப் பொடி செய்து சர்க்கரை சேர்த்துண்ண சிறுநீரைப் பெருக்கும்.

34 கிராம் விதையை அரைத்து 175 மிலி நீரில் அரைத்து வடிகட்டி, சர்க்கரை சேர்த்துக் கொடுக்க நீரடைப்பு, கல்லடைப்பு, நீர்ப்புழை வெடிப்பு, சதையடைப்பு, வெள்ளை, நீர் எரிச்சல் முதலியன நீங்கும்.

விதை நீரைப் போக்கும் குடிநீர், பொடி இவற்றில் சேரும். பிஞ்சு, காய் இவற்றைப் பச்சையாக உண்டாலும் உடல் சூடு குறையும்.

இந்நோயில் பயன்படும் தாது, சீவப்பொருள் மருந்துகள்

1. அயப்பற்பம்: வேங்கை வேர்ப்பட்டைச்சாறு, செங்கரும்பின் சாறு, புளிமா வேர்ப்பட்டைச் சாறு, கற்றாழை வேர்ச்சாறு இவற்றால் அரைத்துப் புடமிட்டெடுக்கப்பட்ட அயபற்பத்தைச் சாமையரிசி அளவில் தாய்ப்பாலில் உட்கொண்டு வர நீர்க்கட்டு நோய் நீங்கும். மிளகுத் தைலம் அல்லது அதன் இரசத்தில் உட்கொண்டு வர பெருவயிறு நீங்கும். 32 நாட்கள் அருந்துதல் உத்தமம்.

பெண்போகம் நீக்கவேண்டும் களிப்பாக்கு, வெங்காயம், கஞ்சா, அபின், கள், சாராயவகைகள், அகத்திக்கீரை, மோர், காடி, புளி, நெல்லிக்காய் நீக்குதல் வேண்டும்.

2. நாகப்பற்பம்: நாகத்தை வெண்சாலி நெற்கதிர்பசுங்காய்ச்சாறு, நெல்லியிலைச்சாறு, கருப்பஞ்சாறு, குறுசூல் வேர்ப்பட்டைச்சாறு, வெள்ளல்லிச்சமூலச் சாறு, காந்தள் சமூலச்சாறு, தண்ணீர்விட்டான் கிழங்குச்சாறு இவற்றால் அரைத்துப் புடமிட்டெடுக்க நாகம் பற்பமாகும்.

அவரைக் கொட்டையில் ஆறில் ஒரு கூறு அளவில் உமிழ் நீரில் கலக்குமாறு கொடுக்க நீர்க்கட்டு, வல்லை, மகோதரம், வெட்டை முதலியன நீங்கும்.

3. பித்தளைப் பற்பம் : பித்தளையைப் பொடி செய்து பொன்நிமிளை, வீரம் இவற்றை எட்டில் ஒரு பங்கு வீதம் கூட்டி சங்கத்திராவகம் விட்டு அரைத்துப்புடமிடின் பற்பமாகும்.

இதனை 2 முதல் 4 உழுந்தெடை வரை பாலில் அனுபானித்துக் கொடுக்கச் சிறுநீர் பெருக்கியாக வேலை செய்யும்.

4. மண்டூரச் செந்தூரம்: நாட்சென்ற 4 பலம் மண்டூரத்தை இடித்து 4 படி வெள்ளாட்டு நீரில் ஒரு நாள் ஊற வைத்து, நீர் சுண்டக் காய்ச்சிப் பிறகு நெருப்பிலிட்டுப் பழுக்கக்காய்ச்சி, பசுநீரில் 10 முறை தோய்த்துக் கழுவி எடுத்து, கல்வத்திலிட்டு சோற்றுக் கற்றாழைச் சாற்றால் ஒரு நாளரைத்து வில்லைதட்டி உலர்ந்தபின் ஓட்டிலிட்டுச் சீலை மண் செய்து, 2 முழ உயரப் புடம் போடவும்.

இவ்விதமாக சோற்றுக் கற்றாழைச் சாற்றில் 10 புடமும், நீர்முள்ளி, கரிசிலாங்கண்ணி, வீழி, வேலிப் பருத்தி, மாதுளம்பழம் இவைகளின் சாற்றினால் வகைக்கு 10 புடமும் போட்டு எடுத்து வைத்துக் கொண்டு இதில் வேளைக்குப் பணவெடை வீதம் கரிசாலைச் சாற்றில் தினம் காலை மாலை 2 வேளையும் கொடுக்க நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு, மகோதரம், நீர்க்கடுப்பு, சோகை முதலியன நீங்கும்.

5. வெள்வங்கப்பற்பம்: பெரும்பீர்க்கு, வெள்ளரி, கோவை. இவற்றின் சமூலச் சாறு கொண்டு, வெள்வங்கத்தை முறைப்படி அரைத்துப் புடமிடப் பற்பமாகும். இப்பற்பத்தைத் துவரை அளவு கையான் சாற்றில் 15 நாட்கள் வழங்கச் சிறுநீர்ப் பிணிகளும், மகோதரமும் நீங்கும்.

6. இலிங்கப்பற்பம்: சுத்தி செய்த இலிங்கத்தைச் சரக்கொன்றை சமூலச்சாறு, நாட்டெட்டிக்கனி இரசம், சுரபுன்னை சமூலச்சாறு, வாட்கோரை சமூலச்சாறு, திருவாத்தி சமூலச்சாறு, நறுமாமரச் சமூலச் சாறு, இவற்றால் முறைப்படி தனித்தனியே அரைத்துப் புடமிட்டெடுக்கப் பற்பமாகும்.

துவரையில் எட்டில் ஒரு கூறு என்ற அளவில் ஆம்பல் மலர்ச்சாற்றில் கொடுக்க நீர்க்கட்டு நோய்கள் நீங்கும்.

7. சண்டரசப்பற்பம்: இலிங்கத்திற்குச் சங்கத்திராவகம் விட்டரைத்து எரித்து பதங்கித்து எடுக்கப்பட்டுப் பின் மேலும் 4 முறை இவ்வாறு செய்து இலிங்கம் பதங்கிக்காமல் கீழேயே நீறாகிவிடும் பக்குவத்தில் எடுப்பதே சண்டரசப்பற்பம். இதனை நல்லவெல்லத்தில் பணவெடை கொடுக்க நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு, பெருவயிறு, சூலை, கிரந்தி, கைகால் முடக்கல், அண்டவாயு முதலியன நீங்கும்.

8. கந்தகச் செந்தூரம்: சுத்தி செய்த கந்தி பலம் 10 க்குக் கற்றாழைச்சாறு விட்டு தினம் அரைத்து எடுத்துக் கொண்டு அயத்தூள் பலம் 4க்குப் புரசம் இலைச் சாறு விட்டு 7 தினம் அரைத்து, சிறு வில்லையாகச் செய்து உலர்த்திக் குகையிலிட்டு, அதன் மேல் மேற்படி கந்தியை வைத்துக் குகைக்குச் சில்லிட்டுச் சீலை ஏழு அழுத்தமாகச் செய்து உலர்த்தி உலையிலிட்டுச் சிவக்க ஊதி ஆறவிட்டெடுக்கச் செந்தூரமாகும்.

2முதல் 4 உளுந்தெடை தேன் அல்லது இஞ்சிச்சாற்றில் வழங்க நீர்ப் பெருவயிறு, நீரடைப்பு, சோபை, காமாலை, பாண்டு முதலியன நீங்கும்.

9. கந்தக இரசாயனம்: கந்தகம் 10 பலம், அமுக்கராக் கிழங்கு பலம் 5, பறங்கிச் சக்கை பலம் 2, திரிபலா, திரிகடுகு, வாய்விடங்கம், ஏலம், இலவங்கம், சந்தனம், கடலைப்பருப்பு, சேராங்கொட்டை, சித்திரமூலவேர்ப்பட்டை வகைக்கு

பலம்1. இவைகளைத் தனித்தனியே சூரணம் செய்து, பிறகு எல்லாவற்றையும் ஒன்றுபடக் கலந்து சர்க்கரை, தேன், நெய் சேர்க்கவும்.

10 முதல் 15 குன்றி வரை கொடுக்க மூத்திரக் கிரிச்சர நோய்கள் நீங்கும். மேகநோய்கள், குன்மம், வளிநோய்கள், மூலம் ஆகியனவும் நீங்கும்.

10. தாளகப்பற்பம்: தாளகத்தைப் பனங்கள், பொற்கொன்றைச் சாறு, கருடக் கொடி கிழங்கின் சாறு, வன்னியிலைச்சாறு இவற்றால் முறைப்படி தனித்தனியே அரைத்துப் புடமிட்டெடுக்கப் பற்பம் ஆகும். ஓமத்தில் எட்டில் ஒரு கூறு அளவில் வழங்கலாம். நீர் ஏற்றத்தால் உடலில் மூவகை நீர்கள் உண்டாகின்றன. அவை உண்ணு நீர், நண்ணுநீர், புண்ணுநீர் என்பன. உண்ணு நீர் என்பது தாகத்துக்கு அதிகமாகக் குடிக்கும் நீர். நண்ணுநீர் என்பது சுபாவமாய் சிறுநீரை அடக்கியதால் பந்தப்பட்டநீர். புண்ணுநீர் என்பது சுபாவமாய் இருக்கப்பட்ட இரத்த நீர். இம்மூவகை நீர்களும் முறையே தலை உச்சிப் பள்ளத்திலும், மார்புப்பள்ளத்திலும், நாபிப்பள்ளத்திலும் கூடும்.

இதனால் தலை உச்சிப்பள்ளத்தில் சேட்பத்தினது சார்பு தோன்றிய சேட்பசீதச் சுரப்பொல்லாப் பிணி தோன்றும். இதற்குத் தாளகப்பற்பத்தைக் கார் அவலில் காய்ச்சிய சாராயத்தில் அனுபானித்து வழங்கத் தீரும்.

மார்பின் பள்ளத்தில் பித்தத்தினது சார்புதோன்றிய பித்தசீதச் சுரப் பொல்லாப் பிணி தோன்றும். இதற்குத் தாளகப் பற்பத்தைக் காரரிசியில் காய்ச்சிய சாராயத்தில் அனுபானித்து வழங்க வேண்டும்..

தொப்பூள் பள்ளத்தில் வாதத்தினது சார்பு தோன்றிய வாதசீதச் சுரப் பொல்லாப் பிணி தோன்றும். இதற்குத் தாளகப் பற்பத்தைக் காரரிசிச் சோற்றில் காய்ச்சிய சாராயத்தில் அனுபானித்தும் கொடுக்க வேண்டும்.

11. தாளகச் செந்தூரம்: மூக்கிரட்டைச் சாரணையை அரைத்து இரண்டு அடையாகத் தட்டி ஒரு சட்டிக்குள் ஒரு அடையை வைத்து, அதன்மேல் தாளகத்தை வைத்து மேலும் மற்றோர் அடையை வைத்து மேற்சட்டி கொண்டு மூடி 7 சீலைமண் செய்து அடுப்பேற்றி 8 சாமம் எரிக்கச் செந்தூரம் ஆகும்.

1முதல் 2 குன்றியளவில் வெள்ளரிக்காய்ச் சாற்றில் வழங்க நீரடைப்பு நோய் நீங்கும்.

எலிப்புழுக்கை, கோழிக்காரம், கோழிக்கரு இவற்றின் பொடி, வெதுப்பிய வெள்ளரிக்காய் இவைகளை நீரில் கலந்து கொடுக்கக் கல்லடைப்பு நோய் நீங்கும்.

12. மனோசிலை: நளிர்சுரம், காசம், கபநோய், கண்ணோய் இவற்றுடன் மூத்திரக்கிரிச்சர நோயையும் நீக்கும் என்று இதன் குணத்தில் கூறப்பட்டுள்ளது.

மனோசிலை சேர்த்துச் செய்யப்படும் சிவனார் அமிர்தம் என்னும் மருந்து எல்லாவித வளி, அழல், ஐய நோய்க்கும் வழங்கப்படும் மருந்தாகும். எனவே நீர் வெளியாகாமல் இருக்கும் நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு, பெருவயிறு நோய்களிலும் இதனைத் தக்க அனுபானத்தில் வழங்கத் தீரும்.

13. கறியுப்புப் பற்பம்: ஒரு பலம் உப்பைக் காணான் சமூலச்சாறு, தண்ணீர்விட்டான் கிழங்குச்சாறு, அத்திப்பால், கொட்டியிலைச்சாறு இவற்றைத் தக்க அளவு எடுத்து முறைப்படி தனித்தனியே அரைத்துப் புடமிட்டெடுக்கப் பற்பமாகும்.

இதனில் துவரையில் கால் பங்கு என்ற அளவில், குளிர்ந்த நீருடன் சேர்ந்த பேரரத்தைக் குடிநீரில் கொள்ள நீர்க்கட்டு, நீரருகல், நீர்ச்சுருக்கு போன்ற நோய்கள் நீங்கும்.

14. படிகாரப் பற்பம்: படிகாரத்தை நீரில் கரைத்துக் கனத்த சீலையில் வடிகட்டி, பீங்கான் பாத்திரத்தில் கொட்டித் தூசுபடாமல் சீலையால் மூடி இரவிபுடத்தில வைக்கப் படிகாரம் மலினமற்றுக் கட்டியாய் நிற்கும். இதனைக் கோழிமுட்டை வெண்கருவினால் அரைத்துச் சுத்த வெண்மையடையும் மட்டும் குக்குடப்புடம் இட்டு நீர்க்கட்டு, சதையடைப்பு, நீர் எரிவு முதலிய நோய்களுக்குப் பசுவெண்ணெய், நெய் முள்ளிச்சாறு, சிறுபீளைச்சாறு, சிறுநெருஞ்சில் சாறு இவைகளில் கொடுக்கக் குணமாகும்.

அளவு: 2முதல் 4 குன்றியளவு வழங்கலாம்.

15. நவாச்சாரம்: நவாச்சாரத்தை நீர்முள்ளிக் குடிநீரில் கொடுக்கச் சிறுநீரைப் பெருக்கி, மஞ்சள் காமாலை, ஊதுகாமாலை, கல்லீரல் கட்டி, வீக்கம் ஆகியவற்றைக் குணமடையச் செய்யும்.

16. நவாச்சாரக் குழம்பு: 1 பலம் நவாச்சாரத்தைக் கல்வத்திலிட்டுக் கொடிக் கள்ளிப்பால் விட்டு நன்றாய் மைபோலரைத்துச் சிமிழில் பதனம் பண்ணிக் கொள்ள வேண்டும். குன்றியளவு மட்டும் வழங்க மலக்கட்டு, நீர்க்கட்டு, பெருவயிறு, நீராம்பல் முதலியன நீங்கும். வயிற்றுப்போக்கு நிற்க முரிவாக எலுமிச்சம்பழம் நல்கலாம்.

17 நவாச்சார எண்ணெய்: எண்ணெயில் நவாச்சாரத்தையும், நீர்முள்ளி சாற்றையும் கூட்டி அருந்த வேண்டும். மகோதரம், நீராம்பல், நீர்க்கட்டு, நீர் எரிச்சல், நீரடைப்பு, நீர்ச்சுருக்கு, குன்மம், புழு, கிருமி இவை நீங்கும்.

18. பச்சைக் கற்பூர வைப்பு: சூடன் 1 பலம், வெடியுப்பு 4 1/2 பலம், உவர் உப்பு 1/2 பலம், புனுகு, ஏலம், கஸ்தூரி இவைகள் வகைக்கு அரைக்கழஞ்சு. இவற்றை எடுத்துக் கொண்டு, கல்வத்தில் போட்டரைத்து சந்தனத்தைலம் விட்டுப் பிசறி ஒரு குப்பியில் அரைப்பங்கு இட்டு, மாக்கல்லால் வாயை மூடி, 7 சீலைசெய்து தாளியில் அரைவாசி மணலிட்டு, அதில் குப்பியை வைத்து மேலும் மணலிட்டு ஓடு கொண்டு மூடி சீலைமண் செய்துலர்த்தி அடுப்பேற்றி ஒரு சாமம் தீபம் போல் எரித்து ஆறவைத்துக் கொள்ளவும். இது சிறு பொடியாய்த் தகடு போலிருக்கும். இது தாமரைப்பூ செங்கழுநீர்ப்பூ போல வாசனையுடன் காணும். இதனால் நீர்க்கடுப்பு, கல்லடைப்பு ஆகியன நீங்கும்.

19. பஞ்சலவணச் சூரணம்: பிடாலவணம், சோற்றுப்பு, இந்துப்பு, கல்லுப்பு, வளையலுப்பு இவற்றைச் சம எடையக நிறுத்தெடுத்துச் சூரணம் செய்து கொள்ளவும். 10 முதல் 20 குன்றியளவில் வெந்நீரில் கொடுக்க மூத்திரக்கிரிச்சரம், மலபந்தம் முதலியன தீரும்.

20. வெங்காரம்: பொரித்த வெங்காரத்தை 5 முதல் 10 குன்றி எடை வரை இளநீரில் போட்டுக் கொடுக்க நீர்க்கட்டு குணமாகும்.

21. வெங்காரப் பற்பம்: வெங்காரத்தைக் கோழி முட்டை வெண்கருவால் சுத்த வெண்மை நிறமடையுமட்டும் அரைத்துக் குக்குடப்புமிட்டுப் பதமாக எடுத்துத் தக்க அளவில் நீரினைப் போக்கும் குடிநீருடன் கொடுக்க நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு, கல்லடைப்பு, சொட்டு நீர், நீர்ச்சுருக்கு ஆகிய நீர்க்கிரிச்சர நோய்கள் நீங்கும்.

22. வெடியுப்பு: வெடியுப்பு 2 வராகன் எடை எடுத்து ஒரு சேர் கஞ்சியில் கலந்து சுவைக்காகத் தேன் அல்லது கற்கண்டு கூட்டி அடிக்கடி அருந்தலாம். இதனால் நீர்க்கட்டு, நீர்க்கடுப்பு, தோல்வறட்சி, தாகம் முதலியன நீங்கும்.

23. வெடியுப்புச் சுண்ணம்: 10 பலம் ஆமை ஓட்டைத் தூள் செய்து இரண்டு பங்காக்கி ஒரு பங்கை ஒரு குடுவையிலிட்டு அதன் மேல் 2 பலம் எடையுள்ள ஒரு வெடியுப்புக் கட்டியை வைத்து மேலே மற்றொரு பாதி ஆமைவோட்டுத்தூள் கொண்டு மூடி, குடுவைக்கு மேல் ஓடிட்டுச் சீலைமண் செய்து ஒரு இலகுபுடம் இட்டெடுக்கச் சுண்ணமாகும்.

இச்சுண்ணத்தை முள்ளங்கிச்சாறு, இளநீர் அல்லது சிறுபீளைச் சாற்றில் கொடுக்க நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு, நீர்எரிச்சல் முதலியன நீங்கும்.

24. பவழப் பற்பம்: பவழத்தைக் கீழா நெல்லிக் கற்கத்தினுள் வைத்துப்புடமிட்டெடுத்த பற்பத்தை நிசிநீரில் உண்ண நீர்க்கடுப்பு நீங்கும்.

பவழத்தையும் கற்பூரசிலாசத்தையும் சரியெடை கூட்டி வச்சிரவல்லிச் சாற்றால் நான்கு சாமங்கள் ஆட்டி, கஜபுடமிட்டு மறுபடியும் அங்ஙனமே புளியாரைச் சாற்றாலும் செய்யின் பற்பமாகும். இதனை வெண்ணெயில் உண்ண நீர்க்கடுப்பு, மேகம், நீர்க்கட்டு ஆகியன நீங்கும்.

25. புட்பராகப் பற்பம்: புட்பராகத்தைச் சிறுபீளைச் சாற்றிலிட்டு 2 சாமம் வெயிலில் வைத்து எடுத்து மூசையிலிட்டு ஊத நீறும்.

பற்பம் ஒரு அரிசி எடையளவில் முள்ளங்கிக் கிழங்குச்சாறு, தேன் இவையிரண்டும் தனித்தனியே 1 வராகன் எடை சேர்த்த கலவையில் கொடுக்க நீரருகல் நீங்கும்.

26. முத்துப்பற்பம்: வெள்ளைச் சாறுவேளைச் சமூலச்சாறு, எருக்கு சமூலச்சாறு, அகத்தியிலைச் சாறு, மருதம்பட்டைச்சாறு ஆகிய சாறுகளினால் முத்தினை முறைப்படி தனித்தனியே அரைத்துப் புடமிட்டெடுக்கப் பற்பமாகும்.

இதனை அவரைக் கொட்டையின் ஆறில் ஒரு கூறு தேனில் கலந்து கொடுக்க, நீரருகல், நீர்க்கட்டு, பொருமல், நீர் எரிச்சல், நீர்ப்பீனிசம், நீரொழுக்குச் சோபை, இலிங்கப்புண், யோனிப்புற்று முதலியன தீரும்.

27. வெடி அன்னபேதி செந்தூரம்: சுத்தி செய்த அன்னபேதி 1 பங்கு, சுத்தி செய்த வெடியுப்பு கால்பங்கு. இவ்விரண்டையும் எலுமிச்சம் பழச்சாறு விட்டு இரண்டு அல்லது மூன்று புடமிடச் செந்தூரமாகும். இதனை ஒரு குன்றி முதல் இரண்டு குன்றியளவில் தக்க துணை மருந்துடன் கொள்ள நீர் வெளியாகாமல் துன்புறுத்தும் நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு, பெருவயிறு, பாண்டு, சோபை, காமாலை முதலிய நோய்களுக்கு வழங்கலாம். இரத்தக் குறைவால் வரும் நோய்களுக்கும் நீரை வெளியேற்றப்பட வேண்டிய நோய்களுக்கும் இது சிறந்த மருந்தாகும்.

28. கற்பூர சிலாசத்துப் பற்பம்: சுத்தி செய்த சிலசாத்தைக் கல்வத்திலிட்டு சிறு செருப்படையின் சாற்றால் அரைத்து இலேசாக வில்லை செய்து காயவைத்து ஓட்டிலிட்டுசீலைமண் பலமாகச் செய்து காயவைத்து, 50 எருவில் புடமிட்டு ஆறவிட்டு எடுத்த பிறகு முன்போல 3 புடமிட்டெடுக்க வெண்மையான பற்பமாகும்.

இதனைப் பசுவெண்ணெயில் கொடுக்க நீர்க்கடுப்பு, பித்த வெட்டை நீங்கும்.

மேற்கண்ட பற்பம் இரண்டு கழஞ்சை அகலிலிட்டு அதன்மேல் சுத்தி செய்த வெங்காரம் இரண்டு கழஞ்சிட்டு மேலே பற்பத்தையிட்டு அகல்மூடிச் சீலை செய்து 3 கன வறட்டி கொண்டு புடமிட்டு ஆறியபின் எடுக்கவும்.

இதனை வெண்ணெயில் கொடுக்க நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு, நீர்க்கடுப்பு நீங்கும்.

கல்லடைப்பு நீங்க விரால்மீனின் தலைக்கல் பொடியை வெள்ளரிவிதைச் சாற்றில் கூட்டிப் பற்பத்தைச் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். அல்லது முள்ளங்கிச் சாறு கால்படியில் கால்பணவெடை பற்பம் கூட்டிக் கொடுக்கக் கல் வீழும்.

29. கல்நார்: பசுவின் நீரில் சுத்தி செய்த கல்நாருக்கு ஆடுதின்னாப் பாளைச்சாறு விட்டு அரைத்து வில்லை செய்து உலர்த்திச் சில்லிட்டுச் சீலை செய்து கஜபுடம் இட்டெடுக்கப் பற்பமாகும். இதனை 2 முதல் 4 குன்றி எடை நெய் அல்லது வெண்ணெயில் அனுபானித்துக் கொடுக்க நீர்க்குறி எரிச்சல், நீரடைப்பு, விந்து நட்டம் முதலியன நீங்கும்.

30. கற்சுண்ணம்: கற்சுண்ணத்தைக் குழைத்துப் புறவளையமாக உந்தியைச் சுற்றிப் போட வயிற்றுவலி, நீர்ச்சுருக்கு, நீர் அடைப்பு முதலியன நீங்கும்.

மூத்திரக் கிரிச்சரம், மூத்திர எரிச்சல் ஆகியவற்றில் சுண்ணாம்புத் தெளிநீரைப் பசுவின்பாலில் கூட்டிக் கொடுக்கக் குணம் உண்டாகும்.

31. கோமூத்திர சிலாசத்து: நெல்லெடை கோமூத்திர சிலாசத்தைக் கோதுமை மாவுடன் கலந்து வர்த்தி செய்து மூத்திர துவாரத்தில் சொருக எரிச்சலோடு கூடிய நீர்ச்சுருக்கு குணமாகும்.

மூத்திரநாளப் புண்களுக்குப் பசுவின் காய்ச்சாத பாலில் நெல்லெடை மருந்தை அனுபானித்துக் கொடுக்கத் தீரும்.

32. நண்டுக்கல் பற்பம்: சுத்தி செய்த கல்நண்டை முள்ளங்கிச்சாற்றால் மைபோலரைத்து உலர்த்திப் பிறகு சிறுபீளைச் சாற்றால் அரைத்து உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும்.

1 முதல் 2 குன்றியளவில் நீரைத்தள்ளும் மூலிகைச் சாற்றில் வழங்க நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு, கல்லடைப்பு முதலியன தீரும்.

இரண்டு வராகனெடை பொரிகாரத்தை 1 படி நீரிலிட்டு எட்டிலொன்றாகக் காய்ச்சி அதில் நண்டுக்கல் குன்றியளவு கரைத்துக்கொடுக்க நீரடைப்பு, கல்லடைப்பு, நீர்ச்சுருக்கு, நீர்க்குத்து, துன்மாங்கிச அடைப்பு, கிரிச்சரம் முதலிய பிணிகள் நீங்கும்.

33. கிளிஞ்சல் பற்பம்: ஒரு பலம் சுத்தி செய்த பெருங்கிளிஞ்சலுக்கு மாவிலிங்கம் வேர்ப்பட்டைச்சாறு, ஊசிமல்லிகைச் சாறு, வெள்ளெருக்கஞ்சாறு

புளிமாச மூலச்சாறு இவற்றால் தனித்தனியே தக்க முறையில் கரைத்து வில்லைதட்டி உலர்த்திப் புடமிட்டெடுக்கப் பற்பமாகும்.

குன்றிமணியில் எட்டில் ஒரு பங்கு பலத்தைச் சுக்கில் கலந்து கொடுக்க வாதநீர்க்கட்டு நோயும், இஞ்சியில் கொடுக்கப் பித்த நீர்க்கட்டு நோயும், பேரரைத்தையில் கலந்து கொடுக்கக் கப நீர்க்கட்டு நோயும் தீரும்.

34 பசு நீர் : பசுவின் சிறுநீரை வடிகட்டி ஒன்று முதல் இரண்டு அவுன்சு வரை கொடுத்துவர மகோதரம், நீர்க்கட்டு, மலக்கட்டு, தோல் பிணிகள் தீரும்.

எட்டு அவுன்சு பசுவின் நீரில் ஒரு கடுக்காய்த் தோலிட்டு ஊறவைத்துக் கலந்து வடிகட்டி ஒரு அவுன்சு நீரைக் கொடுக்க மலசலக் கட்டு நீங்கும்.

35. வெள்ளாட்டு நீர்: வெள்ளாட்டு மூத்திரத்தை வெதுப்பி வடிகட்டி வேளைக்கு ஒன்று முதல் ஒன்றரை அவுன்சு வீதம் சடாமாஞ்சில் அல்லது தசமூல்க் குடிநீருடன் கொடுக்கக் காக்கைவலி குணமாகும். இதற்குச் சிறுநீர் பெருக்கிச் செய்கையும் மலமிளக்கிச் செய்கையும் உண்டு.

36. பசுவின்பால்: பசுவின் பாலுடன் சோடா சேர்த்து அருந்த நீர்க்கட்டு, நீர் எரிவு, வாந்தி, வயிற்று வலி தீரும். நல்ல பசி உண்டாகும்.

37. வெண்ணெய்: எருமை வெண்ணெயினால் பித்த மூத்திரக் கிரிச்சரம் நீங்கும்.

நீர் எரிச்சல், நீர்ச்சுருக்கு, நீரடைப்பு, வெள்ளை முதலிய நோய்களுக்குக் கல்நார் பற்பம், சிலாசத்துப் பற்பம், குக்கில் பற்பம் முதலியவற்றை உள்ளுக்குக் கொடுக்கும்போது பசுவெண்ணெயை அனுபானமாகக் கொண்டால் விசேஷ நன்மை உண்டாகும்.

38. பூநாகம்: பூநாகத்தைச் சுத்தி செய்து உலர்த்திச் சூரணித்து கொடி முந்திரிகைப் பழச் சாற்றில் 3 வராகன் எடை சேர்த்துக் குடிக்க கல்லடைப்பு, நீரடைப்பு உடனே நீங்கும்.

39. மான் கொம்புப் பற்பம்: மான் கொம்பை நான்காய் பிளந்து சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி ஒரு நாள் குப்பைமேனிச் சாற்றில் ஊறவைத்து, மேற்படி இலையை அரைத்துக் கவசம் செய்து காயவைத்து ஓட்டில் பரப்பி மேலோடு கொண்டு மூடிச் சீலைமண் செய்து, 50 எருவில் புடம் போட்டெடுத்து ஆவின்பால் விட்டரைத்து, வில்லை தட்டிக் காயவைத்து முன்போல் புடமிட்டெடுக்கவும்.

இப்பற்பத்துடன் பவழப்பற்பம் சேர்த்துத் தக்க துணைமருந்துகளுடன் வழங்க நீரடைப்பு, கல்லடைப்பு, சதையடைப்பு, நீர் எரிச்சல், சயம், ஈளை, இருமல், மேக காங்கை முதலியன தீரும்.

கலைமான் கொம்பை இழைத்துக் கோவைச் சாற்றில் ஒருநாள் ஊறவைத்து மறுநாள் நன்கு காயவைத்து ஓட்டிலிட்டுச் சீலைமண் செய்து 50 வறட்டியில் புடமிடப் பற்பமாகும்.

தேன், பசுநெய், பசுவெண்ணெய் இவைகளில் ஒன்றில் கொடுக்க மேற்கண்ட பிணிகள் நீங்கும்.

I

"ஆத்மரட்சாமிர்தம்" என்னும் "வைத்திய சாரசங்கிரக" நூலில் கூறப்படும் சில மருத்துவ முறைகள் வருமாறு:

நீர்ச் சுருக்கு தீர

1. ஈருள்ளிச் சாறு அரைக்கால் நாழியில் வெங்காரம் 1 வராகன் எடை பொரித்துப்போட்டு 3 நாள், 6 வேளை சாப்பிடத் தீரும்.

2. இளநீரைக் கண் திறந்து அதில் சீரகம், சீனி, பாசிப்பயறு வகைக்கு 1 வராகன் எடைப்போட்டு ஓரிரவு வைத்துக் காலையில் மருந்தை எடுத்து அரைத்து இளநீரில் கரைத்துச் சாப்பிடவும். இவ்வாறு 3 நாள் 6 வேளை சாப்பிடத் தீரும்.

3. கீழாநெல்லியிலை 1 படி, சீரகம் 1 வராகன் எடை அரைத்து எருமைத் தயிரில் கலக்கி 3 நாள் கொடுக்கத் தீரும்.

4. கடுக்காய், சுக்கு, சீரகம் 1 வராகன் எடை எடுத்து அரைத்து எருமைத் தயிரில் கலக்கி 3 நாள் கொடுக்கத் தீரும்.

5. கடுக்காய், சுக்கு, சீரகம் 1 வராகன் எடை; ஈருள்ளிப்பூண்டு 1, கீழாநெல்லி சமூலம் 1 பிடி- இவைகளைக் குடிநீர் செய்து உண்ணலாம்.

6. அரைக்கால்படி வெந்நீரில் சந்தனம், பசுவெண்ணெய் வகைக்கு ஒரு கொட்டைப் பாக்களவு போட்டுச் சாப்பிட உடனே நிற்கும்.

7. வெந்நீரில் எலுமிச்சம்பழம் பிழிந்து கற்கண்டு கலந்து சாப்பிடத் தீரும்.

8. எலுமிச்சம்பழச் சாறும் நல்லெண்ணெயும் கலந்து சாப்பிடத் தீரும்.

9. முத்தக்காசு, ஆவாரம் விதை, புளியம்கொட்டை மேல்தோல் இவைகள் வகைக்கு 1 பலம் எடுத்துப் பொடித்து ஒருபடி இளநீரில் ஒரு இரவு ஊறவைத்துக் காலையில் மூன்று நாள் சாப்பிடத் தீரும்.

10. 1 வராகனெடை நீர்முள்ளி விரையை பசுநெய் விட்டு வெதுப்பிப் பொடித்து அரைக்கால்படி தேங்காய்ப் பாலில் கலந்து 3 நாள் சாப்பிடத் தீரும்

11. ஒரு சிரங்கை பசும்பாலில் ஒரு கொட்டைப் பாக்களவு புத்தான் சோற்றை அரைத்துக் கலக்கிச் சாப்பிட நீர்க்கடுப்பு தீரும்.

12. எலுமிச்சங்காயளவு கட்டுக் கொடியிலையை அரைத்துக் கால்படி நீரில் கலக்கி அதில் சீரகம், ஏலம் வகைக்கு 1 வராகன் எடைப் பொடித்துப் போட்டு ஒரு துட்டெடை சீனி கலந்துண்ணத் தீரும்.

கல்லடைப்பு தீர

1. சங்கிலை, ஈருள்ளி, பச்சை நெல்லுமி இவைகளை ஓர்நிறையிடித்துச் சாறு பிழிந்து நாளொன்றுக்குக் கால்படி சாறு கொடுக்க உடனே கல்தெறித்து நீரிறங்கும்.

2. ஒருபலம் வெடியுப்பைச் சட்டியில் இறக்கி, ஒருபடி நீர்விட்டு அரைப்படியாய் வற்ற வைத்து அதில் கோவைத் தண்டையிடித்துப் போட்டு நாளொன்றுக்குக் கால்படியாக இரு நேரம் கொள்ள, கல் உடைந்து நீரிறங்கும்.

3. நெருஞ்சில் வேர், சிறுபீளைவேர், சிறுகீரைவேர், சீரகம் வகைக்குப் பலம் 1 சிதைத்துப் போட்டுக் குடிநீர் செய்துண்ணத் தீரும்.

4. கோவைத் தண்டை இடித்துப் பிழிந்த சாறு 1/4 படியில் பொரித்த சீனாக்காரம், சுண்ணாம்பு வகைக்கு 1 வராகன் எடை பொடித்துப் போட்டுக் கொடுக்க கல் உடைந்து நீர் நன்கு இறங்கும்.

5. நெருஞ்சில், சிறுபீளை, மாவிலங்கு, பேராமுட்டி இவற்றின் வேர்கள் வகைக்குப் பலம் 10 நசுக்கி, 10 படி நீரில் போட்டு 1 படியாய் வற்ற வைத்து, நாளொன்றுக்கு 1/4 படி வீதம் கொடுக்கத் தீரும்.

சதையடைப்பு தீர

1. முள்ளிலவு, நாவல், பூலா, வெட்பூலா, முத்தக்காசு, நன்னாரி, முல்லை, சீந்தில், செந்தாமரை, சிற்றாமுட்டி, சீதேவி செங்கழுநீர், சிறுகீரை, விராலி, வெட்டிவேர், விலாமிச்சம்வேர், பொன்னாங்காணி வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து 1 படி இளநீரில் அரைப்படியளவுக்குக் குறுக்கிய குடிநீரைக் கொடுக்கத் தீரும்.

2. முற்றின கோழிக் கல்லீரலில் இருக்கும் சிறுகல்லும் வெள்ளரி விரையும், பூநாகமும் வெல்லமும் வகைக்கு ஒரு கொட்டைப் பாக்களவு அரைத்து பசுவின் பாலில் கலக்கி 3 நாள் கொடுக்கத் தீரும்.

3. நாயுருவி, நெருஞ்சில், வாழைச் சருகு, ஈருள்ளி, சிறுபீளை இவைகளின் சாறு வகைக்கு 1/8 படி கலக்கி, தெளிவினை இறுத்து அதில் பொரிகாரம்,

அதிமதுரம் வகைக்கு 1/2 வராகன் எடை பொடித்துப் போட்டு நாள் ஒன்றுக்கு 1/4 படி வீதம் 3 நாள் கொடுக்க நீரடைப்பு, சதையடைப்பு நீங்கும்.

4. பசுநெய் 1 படி, மூக்கு வெட்டிச் சுத்தி செய்த சேராங்கொட்டை 15 நறுக்கிப் போட்டுக் காய்ச்சி கறுப்பாய் வருகிற பதத்தில் இறக்கி வைத்துக் கொண்டு நாளொன்றுக்கு ஒரு காசெடை வீதம் 5 நாட்கள் கொடுக்கத் தீரும்.

நீரடைப்பு தீர

1. கற்றாழஞ் சோற்றில் கடுக்காயைப் பொடித்துப் போட்டுக் கொஞ்சம் நேரம் வைத்திருந்துப் பிழிந்து வடிகட்டின தண்ணீர் 1/4 படியில் பொரித்த வெங்காரம் 1 வராகன் எடை பனைவெல்லம் 1/4 பலம் சிதைத்துப் போட்டுக் கொடுக்க மலம் கழிந்து நீரும் இறங்கும்.

2. பசலி, நீலக்கத்திரியிலை வகைக்குப் பலம் 10 இடித்துக் குடிநீர் செய்து 1/4படி வீதம் கொடுக்கத் தீரும்.

3. குறிஞ்சா இலை, கல்லத்திப்பட்டை, கடுகுரோகணி, திரிகடுகு, நாயுருவி, கொழுஞ்சி வேர் வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து இடித்து, 1 படி நீரில் போட்டு 1/4 படியாய் வற்ற வைத்துக் கொடுக்கவும். இவ்வாறு 3 வேளையும் கொடுக்கத் தீரும்.

4. சுறாமீன் தலைக்கல் இரண்டு எடுத்து இளவெந்நீரில் உரைத்துக் கொடுக்க உடனே நீரிறங்கும்.

5. கோவைத் தண்டுச் சாறு, தேங்காய்ப் பால் வகைக்கு 1/8படி எடுத்து ஒன்றாய்க் கலந்து நற்சீரகம் 1 வராகன் எடை பொடித்துப் போட்டுக் கொடுக்கத் தீரும்.

6. நீராகாரத்தில் பழங்கூரை வைக்கோலை ஊறவைத்துப் பிசைந்திறுத்துக் கால்படி சாப்பிட நீரடைப்பு, கல்லடைப்பு, சதையடைப்பு தீரும்.

7. வெங்காரம், கற்பூரசிலாசத்து, வகைக்குப் பலம் 1, எலுமிச்சம்பழச் சாற்றாலாட்டி வில்லை தட்டி, சுண்ணாம்புக் குகையில் வைத்துச் சிறுபுடம் போட்டு ஒரு வராகன் எடை வீதம் தேனில் கொடுக்க நீரடைப்பு, கல்லடைப்பு, சதையடைப்பு, நீர்ச்சுருக்கு முதலின தீரும்.

8. வெடியுப்பு, பொரிகாரம், அண்டஓடு, பலகறை, கற்பூரசிலாசத்து, சீனாக்காரம் வகைக்கு 1 பலம் எலுமிச்சம்பழச் சாற்றினால் மைபோலரைத்து வில்லை தட்டிக் காயவைத்துக் கற்சுண்ணக் குகையில் வைத்துச் சில்லிட்டு மூடி, கவுதாரிப் புடம் போட்டு எடுத்த பற்பத்தை 1 வராகன் எடை இளநீரிலோ, ஈருள்ளிச்

சாற்றிலோ, எலுமிச்சம்பழச் சாற்றிலோ கொள்ள நீரடைப்பு, கல்லடைப்பு, சதையடைப்பு, நீர்ச்சுருக்கு முதலியன தீரும்.

9. வெள்ளரிக்காய்ச் சாறு 1 படி, பெரும்பூசணிக் காய், தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு, வாழைக் கிழங்கு, சீந்தில் தண்டு, கோவைத் தண்டு, நிலப்பனைக்கிழங்கு இவற்றின் சாறு வகைக்கு 1/2 படி; பசுவின்பால் 5படி, நெய் 1 படி, இளநீர் 3/4 படி - இவைகளை ஒன்றாய்க் கலந்து, அதில் சந்தனம், வெட்டிவேர், விலாமிச்சம் வேர், பொன்னாங்காணி, நன்னாரி, நெருஞ்சில், சிறுபீளை இவற்றின் வேர்; அதிமதுரம், சாத்திரபேதி, கூகைநீறு, முந்திரிப்பழம், பேரீச்சம் பழம், ஏலம், கிராம்பு, சீரகம், சுக்கு, திப்பிலி, மிளகு, திப்பிலி மூலம், செவ்வல்லிக் கொடி, அரத்தை வகைக்கு 3 கழஞ்சு அரைத்துப் போட்டுக் காய்ச்சி வடித்துக் கற்பூரம் 1 வராகன் எடை, கற்கண்டு 1 பலம் பொடித்துப் போட்டு வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு கரண்டி வீதம் சாப்பிட நீரடைப்பு, கல்லடைப்பு, சதையடைப்பு, மேகம் ஆகிய நோய்கள் தீரும்.

10. தேங்காய்ப் பால், பொடுதலைச் சாறு, வகைக்கு 1 படி எடுத்து ஒன்றாகக் கலந்து காய்ச்சி வடித்து 3 நாள், 6 வேளை கொள்ள நீர்க்கட்டு, நீர்க்கடுப்பு தீரும்.

11. 1/8 படி எலுமிச்சம் பழச் சாற்றில் 5 சோகி சுட்ட சாம்பலையும் ஒரு கழஞ்சு பொரித்த வெங்காரத்தையும், ஒரு பாக்களவு பசுவெண்ணெயும் கலந்து 5 வேளை சாப்பிடச் சிறுநீரில் இரத்தம் கலந்து இறங்குவதும், கல்லடைப்பும் தீரும்.

12. வெள்ளரி விதை, விரால் மீன் தலைக் கல், அதன் பற்பம் ஆகியவற்றை அரைத்துக் கால்படி வெள்ளரிக் காய்ச் சாற்றில் ஒரு வேளையும், முள்ளங்கியை இடித்துப் பிழிந்த சாற்றில் ஒரு வேளையும் கொடுக்கக் கல்லடைப்பு தீரும்.

13. வெங்காரம், சிலாசத்து, மான்கொம்பு, கல்நார் இவைகளை ஓர் எடை எடுத்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பருத்திச் செடி சமூலம் சுட்ட சாம்பல் 1 படியை 4 படி நீரில் போட்டுக் கலக்கி நான்கு நாள் ஊறவைத்து 4ஆம் நாள் தெளிவிறுத்து அத்தெளிவினால் 4 சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டிக் காயவைத்து ஓட்டிலிட்டுச் சீலை செய்து 30 எருவில் புடமிட்டு எடுக்கவும்.

பின் அதில் நவாச்சாரம், சூடன், பூநீறு, வீரம் வகைக்கு 1 கழஞ்சு சேர்த்து மேற்படி நீரால் 1 சாமம் அரைத்து வில்லை செய்து காயவைத்துச் சுண்ணாம்புப் பொடிக்குள் வைத்து முழுப்புடம் போடக் கறுத்திருந்தால் முட்டை வெள்ளைக் கருவினால் அரைத்து மீண்டும் ஒரு புடம் போட வெளுத்து நீறும். அதற்குப் பாதி அளவு சுத்தி செய்த இலிங்கம் சேர்த்துப் பொடித்து இரண்டு பணவெடை இளநீரில் கொள்ளப் பெருவயிறு, கல்லடைப்பு, சதையடைப்பு, நீர்ச்சுருக்கு, நீரடைப்பு, நீர்க்கட்டு யாவும் தீரும்.

14. காளமேக நாராயணச் செந்தூரத்தை நெற்பொரி, ஓமம், சுக்கு, மிளகு இவைகளை வெதுப்பிப் பொடித்த சூரணம் திரிகடி அளவும் அரைப்பணவெடை செந்தூரமும், முருங்கைப்பட்டைச் சாற்றில் கலந்து கொடுக்கப் பல்வித வாத நோய்கள் நீங்குவதோடு, நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு, சதையடைப்பு ஆகியனவும் நீங்கும்.

15. சலமஞ்சரி: கந்தகம், காந்தம், அயம், வெங்காரம், சீனம், சங்குப்பொடி, சிலாசத்து, சாத்திரபேதி, கல்நார் வகைக்கு 1 வராகனெடை. வெடியுப்பு 1 பலம்; இவைகளை மைபோலரைத்து அனலில் வைத்து உருகினவுடன் ஆற்றியெடுத்துப் பணவெடை வீதம் இளநீர், பழச்சாறு, வெந்நீர், கரிப்பான் குடிநீர் ஆகியவற்றில் அனுபானித்து வழங்க நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு, மகோதரம், பாண்டு, சோபை முதலியன தீரும்.

16. நீரடைப்புக்கு எண்ணெய்: விளக் கெண்ணெய் 1/4 படியில் ஈருள்ளி 1 பலம் சிதைத்துப் போட்டு பொன்னிறமாய்க் காய்ச்சி வடித்துப் பொரித்த வெங்காரம், கடுக்காய்த் தூள் வகைக்கு 1 கழஞ்சு போட்டுக் கலக்கிக் கொடுக்கத் துன்மாங்கிசம், நீரடைப்பு, கல்லடைப்பு ஆகியன தீரும்.

17. சதாவேரி நெய்: சதாவேரிக் கிழங்குச் சாறு 12 படி, குழிமீட்டான் கிழங்குச் சாறு, நெல்லிக்காய்ச் சாறு, பெரும்பூசணிக்காய்ச் சாறு, கரும்புச் சாறு வகைக்குப் படி 1; பசுநெய் 4 படி. ஒன்றாகக் கலந்து திரிகடுகு, திரிபலை, வெட்பாலையரிசி, கொத்துமல்லி, ஏலம், சீரகம், இலவங்கப்பத்திரி, சிறுநாகப்பூ, விலாமிச்சம்வேர், அதிமதுரம், கூகைநீறு, முந்திரிகை, பேரீச்சு, இந்துப்பு, ஓமம், கோரைக் கிழங்கு, சிறுதேக்கு, கோஷ்டம், சந்தனம் வகைக்கு 3 கழஞ்சு அரைத்துப் போட்டுக் காய்ச்சி வடித்து வேளையொன்றுக்கு ஒரு கரண்டி வீதம் சாப்பிட்டுவர மூத்திரப்பாளை, நீர்க்கடுப்பு, குத்து, கைகாலெரிவு நீங்கும். தேகப்புஷ்டி உண்டாகும்.

18. கூழ்பாண்டச் சூரணம்: ஒரு பெரும்பூசணிக் காயைக் கீறி குடல், மேல் தோல் நீக்கி, அறிந்துப் பிட்டவியலாய் அவித்துப் பிழிந்துச் சட்டியிலிட்டுப் பசுநெய் தெளித்துச் சிவக்க வறுத்து இடித்து எடுத்த சூரணத்துடன் கடுக்காய், தான்றிக்காய், திரிகடுகு, அதிமதுரம், ஏலம், இலவங்கம், சண்பகப்பூ, கல்மதம், சீரகம் வகைக்கு, ஒரு கழஞ்சு எடுத்து வெதுப்பிப் பொடித்த சூரணத்தையும் ஒன்றாகக் கலந்து அதற்கு நேரெடை சீனி கலந்து வேளை ஒன்றுக்குத் திரிகடிப்பிரமாணம் கொள்ள மூத்திரப்பாளை, மூத்திரக்கிரிச்சரம், கல்லடைப்பு, நீரடைப்பு, வெள்ளை, பெரும்பாடு முதலியன தீரும்.

19. பெரும்பூசணி நெய்: பெரும்பூசணிக்காய்ச் சாறு படி 8, வெள்ளரிக்காய்ச் சாறு படி 4, தண்ணீர்விட்டான் கிழங்குச் சாறு படி 2, பசுநெய் படி 1, இளநீர் படி 2 இவற்றை ஒன்றாய்க் கலந்து அதில் ஏலம், சந்தனம், இலவங்கம், இலுப்பைப்பூ, கூகைநீறு, மெருகன் கிழங்கு, முந்திரிப்பழம், பேரீச்சம்பழம், கோஷ்டம், சிறுநாகப்பூ, முத்தக்காசு, செங்கழுநீர்க்கிழங்கு, திப்பிலி, கார்கோலரிசி, அதிமதுரம், மிளகு வகைக்கு கழஞ்சு 3 அரைத்துப் போட்டுக் காய்ச்சி வடித்துத் தேன் படி 1/2 சர்க்கரை படி 1/4 கலந்து கொண்டு வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு கரண்டி வீதம் சாப்பிட்டு வர நீர்க்கிரிச்சரம், தேக எரிவு, வறட்சி தீரும்.

பத்தியம்: கைப்பு, புளிப்பு தள்ளவும்.

II

"சித்த வைத்தியத் திரட்டு" என்ற நூலில் கூறப்பட்டுள்ள சிகிச்சை முறைகள் வருமாறு.

1. மகா ஏலாதிக்குளிகை

ஏலம், இலவங்கம், வால்மிளகு, சந்தனம், வெட்டிவேர், விலாமிச்சம்வேர், அகில்கட்டை, தாமரை மகரந்தம், தாமரை வளையம், அதிமதுரம், அக்கரகாரம், அமுக்கரா, குங்குமப்பூ, பச்சைக் கற்பூரம், கஸ்தூரி, மான்கொம்பு, சடாமாஞ்சில், உருத்திராக்கம், கோரோசனை, அம்பர் இவைகள் வகைக்கு 2 1/2 வரான் எடை; அப்பிரகப் பற்பம், வெள்ளிப் பற்பம், முத்துப் பற்பம், பவழுப்பற்பம் இவைகள் வகைக்கு 11/4 வராகன் எடை. சுத்தி செய்ய வேண்டியவைகளைச் சுத்தித்து, பொடிக்க வேண்டியவைகளைப் பொடித்துக் குழிக்கல்லில் சேர்த்து மாதுளம்பூச்சாறு, இளநீர், தாய்ப்பால் இவைகளில் தனித்தனியே நன்றாக அரைத்துக் குன்றியளவு மாத்திரை செய்து நிழலில் உலர்த்தவும்.

இளநீர், பால், சர்க்கரை, தேன் ஆகியன அனுபானங்களாம். இதனை 1மண்டலம் கொள்ள மன்மதனை ஒத்த அழகும் நீண்ட ஆயுளும் உண்டாகும். கண்காசம், கல்லடைப்பு, நீரிழிவு, சோபை, உழலை, வாந்தி, தாபசுரம் முதலியன நீங்கும்.

2. வசந்த குசுமாகர மாத்திரை

இலிங்கம், வெங்காரம், இலவங்கம், திப்பிலி, கோஷ்டம், அக்கரகாரம், அதிமதுரம் வகைக்கு 1/4 பலம்; கோரோசனை, குங்குமப்பூ, பச்சைக் கற்பூரம் வகைக்கு 1 வராகன் எடை- இவைகளை முறைப்படி சுத்திசெய்து கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து, இஞ்சிச் சாற்றில் 2 நாளும் முலைப்பாலில் 2 நாளுமாக நன்றாக அரைத்துப் பாசிப்பயறளவு உருட்டி நிழலில் உலர்த்தவும். தக்க அனுபானத்தில்

கொடுக்கச் சிறுநீர் நோய்கள், சுரங்கள், கபகாசம், தும்மல், தாகம், ஏப்பம் முதலியன தீரும்.

3. மகா வசந்த குசுமாகர மாத்திரை

பொன், அயம், முத்து, பவழம், அப்பிரகம், காந்தம், வங்கம், நிமிளை, கந்தகம், செம்பு- இவற்றின் பற்பங்கள், நாபி சமஅளவு - இவற்றைக் கல்வத்திலிட்டு குமரிச்சாற்றால் 3 நாள் அரைத்துத் திரண்ட பிறகு, முத்துச் சிப்பியினில் வைத்து மற்றொரு முத்துச் சிப்பியால் பொருந்துமாறு மூடி வெங்காரத்தையும் குன்றிமணிப் பருப்பையும் பழச்சாற்றால் அரைத்து மேற்படி முத்துச் சிப்பிக்குக் கவசம் இட்டு உலர்ந்தபின் மேலும் கவசித்து உலர்த்தவும். இவ்வாறாக நன்றாக இறுகி உலரும் வரை மேற்படியாகக் கவசம் இடவும். இதை மணல் மறைவில் எரித்துப் பதம் வந்த பிறகு ஆறவிட்டெடுத்துச் சீலையை நீக்கிச் சிப்பியுடன் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்துச் செங்கழுநீர்ப்பூச்சாறு, கோங்கிலவம்பூச்சாறு, தாமரைப்பூச்சாறு, மாதுளம் பூச்சாறு, இவைகளில் தனித்தனியாக நன்றாக அரைத்தபிறகு, வெட்டிவேர்க் குடிநீர், விலாமிச்சம் வேர்க் குடிநீர் இவைகளில் முறையே ஒவ்வொரு நாள் அரைத்து, மருந்து எடைக்கு 1/8 பங்கு கஸ்தூரி, 1/8 பங்கு குங்குமப்பூ, 1/16 பங்கு பச்சைக் கற்பூரம் சேர்த்து வெட்டிவேர் கியாழத்தினால் 3 நாள் அரைத்துக் குன்றியளவு மாத்திரை செய்து நிழலில் உலர்த்தவும்.

பல்வேறு அனுபானங்களில் கொடுக்கப் பலவித நோய்கள் தீரும். வெள்ளரி விதை, சிலாசத்துபற்பம், சர்க்கரை சேர்ந்த அனுபானத்தில் கொடுக்க நீர்க்கட்டு நோய் நீங்கும்.

4. குங்கிலியப் பற்பம்

மட்டை போக்காத இளநீரின் மேற்புறத்தைச் சீவித் துவாரமிட்டு அதில் வெண்குங்கிலியத்தைப் பொடித்துப் போட்டு, ஒருவாயகன்ற பாத்திரத்தில் சுத்த நீர் விட்டு அதில் மேற்படி காய் முக்கால் திட்டம் மறையும்படி வைத்து எரிக்கவும். எரிக்கும்போது ஒரு குச்சிகொண்டு துவாரத்தில் செலுத்திப் பார்க்கக் குங்கிலியம் உருகியிருக்கும்.

அதையெடுத்து இளநீர் அடங்கிய வேறொரு பாத்திரத்தில் கொட்டி, ஆறினபின்னர் அதையெடுத்து முன்போலவே மேலும் 9 முறை செய்து நுண்ணிய துகளாகப் பொடித்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதுவே முடிவுபெற்ற பற்பம்.

ஆயினும் இதைக் கோழிமுட்டை வெண்கருவிலேனும் சோற்றுக் கற்றாழைச் சாற்றிலேனும் அரைத்துக் குக்கிடப் புடமிட்டும் உபயோகிக்கலாம்.

ஒன்று முதல் 4 குனறிமணி அளவு நோய் பலம் நோயாளி பலம் அறிந்து சீதவீரிய மூலிகைகள் ஒன்றில் அனுபானித்துக் கொடுக்க நீர் எரிச்சல், நீர்க்கட்டு, வெள்ளை, வெட்டை முதலியன தீரும்.

5. படிக வெங்காரப் பற்பம்

படிகாரத்தை நீரில் கரைத்துக் கனத்த சீலையில் வடிகட்டிப் பீங்கான் பாத்திரத்தில் கொட்டி, தூசு படாமல் சீலையில் மூடி, இரவிபுடத்தில் வைக்க, படிகாரம் மலினமற்றுக் கட்டியாய் நிற்கும். இதைக் கோழிமுட்டை வெண்கருவினால் அரைத்து வெண்மையடையுமட்டும் குக்குடப்புடமிடவும். நீர்க்கட்டு, சதையடைப்பு, நீரெரிவு முதலிய நோய்களுக்குப் பசுவின் வெண்ணெய், நெய், முள்ளிச்சாறு, சிறுபீளைச்சாறு, சிறுநெருஞ்சில் சாறு ஆகியவைகளில் கொடுக்கக் குணம் உண்டாகும். அளவு ஒன்று முதல் நான்கு குன்றிமணி அளவு ஆகும்.

வெங்காரத்தையும் மேற்கண்ட முறையிலேயே பற்பமாக்கி, மேற்கண்ட நோய்களில் வழங்கலாம்.

6. கௌரிசிந்தாமணி செந்தூரம்

சுத்தித்த இரசம் 1 பலம், கந்தகம் 1பலம், பொரிகாரம் 1 பலம். இவைகளைக் கல்வத்திலிட்டு முறைப்படி பொடித்து, பொடியை ரெட்டினால் கொட்டைப் பாக்களவாய் கிழிகட்டி மணல் மறைவில் வரிசையாக வைத்து 10 வறட்டி மணல்மேல் அடுக்கி எரித்துக் குளிர்ந்தபின் ரெட்டுக்களை நீக்கி மருந்தை எடுத்துப் பொடித்துக் கொள்ளவும். மருந்துப் பூலாம்பழம்போல் கறுப்பாக இருக்கும்.

அவரைத் தைலத்தில் ஒரு குன்றிமணி அளவு கொடுக்க சதையடைப்பு, மூத்திர அடைப்பு, உஷ்ணம் முதலியன நீங்கும். வேறு பல அனுபானங்களில் மற்ற நோய்களும் தீரும்.

7. மண்டூரச் செந்தூரம்

1000 வருடம் சென்ற இரும்புக்கிட்டத்தை நெருப்பிலிட்டுக் காய்ச்சிப் பசுவின் நீரில் 10 முறைத் தோய்க்கச் சுத்தியாகும். ஒவ்வொரு முறையும் புதிதாக மூத்திரத்தை உபயோகிக்கவும்.

இவ்வாறு சுத்தி செய்த மண்டூரம் 1 பங்கு, கந்தகம் 1/10 பங்கு, இரசம் 1/10 பங்கு, இலிங்கம் 1/10 பங்கு, உப்பு 1/10 பங்கு, வெங்காரம் 1/10 பங்கு. இவைகளைக்

கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்துப் பழச்சாற்றால் 10 புடமும், கரிசாலைச் சாற்றால் 10 புடமும், செருப்படையில் 10 புடமும் , செம்பைச் சாற்றில் 10 புடமும், அரசம்பட்டைச் சாற்றில் 5 புடமும் போட்டுப் பொடித்துக் கொள்ளவும்.

குன்றியளவு திரிகடுத்தூள் தேனில் கொள்ள விஷப்பாண்டு, காமாலை, கபநோய்களுடன், நீர் நோய்கள் யாவும் தீரும். காமம் சுரக்கும், தேகம் மின்னும், உடல் இறுகும்.

8. தாளிசாதி சூரணம்

தாளிசம், இலவங்கப்பட்டை, ஏலம், சுக்கு, அதிமதுரம், பெருங்காயம், நெல்லிமுள்ளி, கோஷ்டம், திப்பிலி, சீரகம், சதகுப்பை, ஓமம், நற்சீரகம், திப்பிலிக்கட்டை, கிராம்பு, சாதிப்பத்திரி, கற்கடகசிங்கி, சாதிக்காய், தான்றிக்காய், கடுக்காய், சடாமாஞ்சில், மிளகு, சிறுநாகப்பூ, சண்பகமொக்கு, வாய்விடங்கம், இலவங்கப்பத்திரி வகைக்கு 8 வராகனெடை; கொத்துமல்லி 18 வராகன் எடை; இவைகளைச் சுத்தித்து நன்றாக வெயிலில் உலர்த்த வேண்டியவைகளை உலர்த்தி பொன்வறுவலாக வறுக்க வேண்டியவகைகளை வறுத்துப் பொரிக்க வேண்டியவைகளைப் பொரித்து, பொடித்து வடிகட்டி சீனி 46 வராகனெடை சேர்த்துக் கலந்து அளவுப்படி 2 நேரம் கொள்ள நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு முதலான கிரிச்சர நோய்களும் மற்றும் பல வாத, கப நோய்களும் தீரும்.

9. வெண்பூசணி இலேகியம்

வெண்பூசணிக் காய்ச் சாறு 4 படி, தாழை விழுதுச்சாறு, தென்னம்பூச்சாறு, பழச்சாறு இவை வகைக்கு 1 படி; பசுவின்பால், உப்பு, சர்க்கரை 10 பலம். இவற்றை ஒன்றாய்ச் சேர்த்துக் கரைத்து வடிகட்டி அடுப்பிலிட்டுக் காய்ச்சிப் பாகுபதம் வரும்பொழுது சீரகம், கொத்துமல்லி, கோஷ்டம், மிளகு, மாசிக்காய், ஏலம், சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, அதிமதுரம், தாளிசம் இவை வகைக்கு 1 பலம் இடித்துப் பொடித்துச் சூரணித்து மேற்படி பாகில் தூவிக் கிண்டி 1/2 படி நெய்யும், தேன் 1/4 படியும் சேர்த்துக் கிண்டவும். இதனால் வெள்ளை, வெட்டை, அத்திசுரம் முதலிய நோய்களுடன் நீர்ச் சுருக்கு, நீர் எரிவு முதலியனவும் தீரும்.

10. புளியாரை நெய்

புளியாரைச் சாறு 1 படி, வன்னிச் சாறு 1 படி, பொன்னாங்காணிச்சாறு 2 படி; செவ்விளநீர் உப்பு, ஆவின் நெய், காராம் பசு பால் 5 சேர்; சீரகம், மாசிக் காய், அதிமதுரம் வகைக்கு 5 வராகன் எடை. இம்மூன்று சரக்குகளையும் பசும்பால்விட்டு அரைத்துப் பாலில் கரைத்து, சாறுகள், நெய், பால் எல்லாம் ஒன்றாகக் கலந்து

ஒரு பாத்திரத்தில் ஊற்றி அடுப்பேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்து மெழுகுபதத்தில் வடித்து அதில் சாதிப் பத்திரி, ஏலம், வகைக்கு 2 1/2 வராகன் எடை, கற்கண்டு 1 பலம் இவைகளைப் பொடித்துத் தூவிக் கலந்து விடவும்.

பொட்டுக் கரண்டியளவு 2 வேளை 1 மண்டலம் உட்கொள்ள நீர் எரிச்சல், நீர்ச் சுருக்கு இவற்றுடன் பித்த வெட்டை, வாய்வு, மயக்கம் முதலியன தீரும்.

11. வெண்பூசணி கிருதம்

வெண்பூசணிக்காய்ச்சாறு 2 படி, தாழை விழுதுச் சாறு 1 படி, தென்னம்பூச்சாறு 1 படி, கற்றாழைச் சாறு 1 படி, செவ்விளநீர் 1 படி, ஆவின் நெய் 2 படி. இவைகளைப் பாத்திரத்தில் சேர்த்து, அதில் சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, மாசிக்காய், திரிபலை, சீரகம், ஏலம், வால்மிளகு, காட்டாத்திப்பூ, கற்கடக சிங்கி, கொத்துமல்லி விதை, குரோசாணி ஓமம் இவை வகைக்கு 3 3/4 வராகன் எடை. இவைகளைப் பொடித்துப் பசும்பாலால் நன்றாக அரைத்து 2 படி பாலில் கலந்து மேற்படியில் ஊற்றி அடுப்பிலிட்டுப் பக்குவத்தில் எரித்து வடிகட்டி அதில் சீனிக்கற்கண்டு 2 பலம் பொடித்து போட்டுக் கலந்து விடவும்.

பொட்டுக் கரண்டியளவில் 2 வேளை உட்கொள்ள நீர் எரிச்சல், வலி, வெள்ளை, வெட்டை முதலியன தீரும்.

12 குங்கிலிய வெண்ணெய்

வெள்ளைக் குங்கிலியம் 5 பலம் நன்றாகப் பொடித்துக் கொள்ளவும். ஒரு சட்டியை அடுப்பிலேற்றி அதில் எண்ணெய் உழக்கு ஊற்றி, சிறு தீயில் இலேசாக எரித்துப் புகையாமல் கொதித்து வரும்பொழுது மேற்படி பொடியைத் தூவி நன்றாகக் கிண்டிப் பாகாக வரும்பொழுது, ஒரு சட்டியில் படி தண்ணீர் ஊற்றி அதில் குங்கிலியப் பாகை ஊற்றிக் கையினால் நன்றாகப் பிசைய வெண்ணெய் போலாகும். இதைத் திரட்டி எடுத்து வேறொரு பாத்திரத்தில் இளநீர் வைத்திருந்து அதில் போட்டுக் கையினால் பிசையத் தூய்மையுள்ள வெண்ணெய் போலாகும்.

இதனை வழித்து, ஏலரிசியைப் பொடித்துப் போட்டுப் புன்னைக் காயளவு 2 வேளை கொடுக்க நீர்க்கடுப்பு, மேக வெள்ளை, உட்காங்கை முதலியன தீரும்.

13. சகதேவித் தைலம்

தேவகந்தச்சாறு 1 படி, பசுநெய் 1 படி, எள் நெய் 1 படி, இவைகளை ஒன்றாகக் கலந்து அதில் அதிமதுரம், சந்தனம், நன்னாரி வேர், வெட்டிவேர், விலாமிச்சம் வேர், திப்பிலி மூலம், இலவங்கம், கடுகுரோகணி, நெய்தல் கிழங்கு இவை வகைக்கு 1

வராகன் எடை. பசுவின்பால் விட்டரைத்து, மேற்படிச் சாற்றில் கலந்து, அடுப்பிலிட்டு எரித்து, பதத்தில் வடித்து, காலை மாலை பொட்டுக் கரண்டி வீதம் உள்ளுக்குச் சாப்பிட்டுக் கொண்டும், 4 நாட்களுக்கு ஒரு முறை தலை முழுகிக் கொண்டும் வர கண் புகைச்சல், உடல் எரிச்சல், நீர் எரிச்சல், நீர்க்கடுப்பு, ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் உண்டாகின்ற வெள்ளை ஒழுக்கு முதலியன தீரும்.

14. மேகநாதத் தைலம்

பூவரசம்பட்டைச்சாறு, சோற்றுக் கற்றாழைச் சாறு, வெள்ளறுகுச்சாறு, பிரம்மதண்டுச் சாறு, வெள்ளை வெங்காயச்சாறு, சிற்றாமணக்கு நெய் இவை வகைக்கு 1 படி. இவைகளைச் சேர்த்துக் காய்ச்சி வடித்து அதில் இரசக்கற்பூரம் 1 பலம் நன்றாகப் பொடித்துக் கலக்கவும். சிலாசத்து பற்பம் 1 பலம், கல்நார் பற்பம் 1 பலம் இவைகளையும் சேர்த்துக் கலக்கவும்.

அளவு: கால் முதல் 1 அவுன்சு. மூத்திரக்கிரிச்சர நோய்கள், மேகம், வெள்ளை, வெட்டை யாவும் தீரும். இச்சாபத்தியம்.

15. நீர்முள்ளிக் குடிநீர்

நெருஞ்சி, நெல்லிவற்றல், நீர்முள்ளி, பறங்கிச் சக்கை, மணத்தக்காளி வற்றல், சரக்கொன்றைப்புளி, சோம்பு, வெள்ளரிவித்து, சுரைக்கொடி, கடுக்காய், தான்றிக்காய்- இவை வகைக்கு ஒரு வராகன் எடை எடுத்துக் குடிநீர் விதிப்படி நீர்விட்டுக் காய்ச்சி வடிகட்டி, காலைமாலை 2 வேளையும் 1/2 ஆழாக்கு வீதம் தர நீரைப் பெருக்கிக் கழித்து நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு, சோபை முதலிய நோய்களை நீக்கும்.

III

"அகத்தியர் வைத்திய சிந்தாமணி" என்னும் நூலில் கூறப்பட்டுள்ள சில சிகிச்சை முறைகளை இனிக் காணலாம்:

1. மகா ஏலாதிச் சூரணம்

ஏலரிசி, அதிமதுரம், தாமரைவளையம், நிலவேம்பு, முத்தக்காசு, கொத்துமல்லி, அகில், வெட்டிவேர், கோஷ்டம், சந்தனம், சடாமாஞ்சில், தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு, அமுக்கரா, நிலப்பனைக் கிழங்கு, சிற்றேலம், நன்னாரி, முந்திரிகை, இலவங்கம், நெருஞ்சில் வேர், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, தாளிசப்பத்திரி, நெய்தல் கிழங்கு, கறுஞ்சீரகம், சீரகம், சாதிக்காய், நெல்லிப்பருப்பு, கச்சோலம், எவச்சாரம், தக்கோலம் வகைக்கு 1/2 பலம்.

கஸ்தூரி, குங்குமப்பூ, கற்பூரம்-வகைக்கு 1/2 நிடகம்.

செய்முறை: சரக்குகளைச் சுத்திசெய்து காயவைத்து இடித்துச் சூரணித்துக் கடைச்சரக்குகளையும் சேர்த்து இடித்துச் சூரணித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அனுபானம்: சர்க்கரை.

தீரும் நோய்: மூத்திரக் கிரிச்சரம், பாண்டு, கை கால் எரிவு, மேகம், வாந்தி, என்புசுரம், பீனிசம் முதலியன.

2. யோகராச குக்குலு

மைசாட்சி குங்கிலியம் 100 பலம்

கற்கண்டு 5 பலம்

ஓமம், அசமதா ஓமம், செவ்வியம், வசம்பு சுட்ட சாம்பல், வாய்விடங்கம், சுக்கு, சிறுதேக்கு, சீரகம், கறுஞ்சீரகம், அதிவிடயம், கொடிவேலி, பெருங்காயம், கடுகு, யானைத் திப்பிலி, திப்பிலிமூலம், மருட் கிழங்கு, ஆடுதீண்டாப்பாளை வேர், கடுகுரோகணி வகைக்கு 1/8 பலம்.

கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய் வகைக்கு 3/4 பலம்.

செய்முறை: மேற்கண்ட சரக்குகளை முறைப்படி சுத்தி செய்து இடித்துச் சலித்துச் சூரணம் செய்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்கள்: மூத்திரக் கிரிச்சரம், சூலை, நடுக்குவாதம், திமிர்வாதம், சோணிதவாதம் முதலியன.

3. கந்தகச் சூரணம்

கந்தகம் 6 பலம், சித்திரமூலம், கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய், வாய்விடங்கம், ஏலம், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, இலவங்கப்பட்டை, இலவங்கப்பத்திரி, சேராங்கொட்டை, சம எடை.

அனைத்தையும் சுத்தி செய்து தனித்தனியே இடித்துப் பொடித்துப் பின் அனைத்தையும் ஒன்று கலந்து துணியில் சலித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

அனுபானம்: நெய், தேன், வெண்ணெய், சர்க்கரை.

தீரும் நோய்: மூத்திரக் கிரிச்சரத்துடன் குன்மம், குட்டம், மகோதரம், மலக்கட்டு இவை தீரும். உடல் பலம் உண்டாகும். தாது விருத்தியும் காயசித்தியும் உண்டாகும்.

4. கற்சூராதி சூரணம்

பேரீந்து, இந்துப்பு, சடாமாஞ்சில், மஞ்சள், சீரகம், கோஷ்டம், சந்தனம், தக்கோலம், குங்குமப்பூ, நெல்லிமுள்ளி, கொத்துமல்லி, சாதிக்காய், இலுப்பைப்பூ, அதிமதுரம், இலவங்கப்பட்டை, இலவங்கப்பத்திரி, சிறுநாகப்பூ, ஏலம், தாளிசப்பத்திரி, அதிவிடயம், சிலாசத்து, கிரந்தி தகரம், திராட்சை, அமுக்கரா, கருங்காலிப்பட்டை, கூகைநீறு, மிளகு, வாழைப்பூ, அத்திப்பிஞ்சு, முத்தக்காசு, சீந்தில், ஆடாதோடை, வேப்பீர்க்கு, பறங்கிப்பட்டை, பொன்னாங்காணி, சிறுபீளைவேர், விலாமிச்சம் வேர், வெட்டிவேர், சிறுகீரை, நெருஞ்சில்வேர், குமிழ்வேர், செங்கழுநீர்க் கிழங்கு, தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு- சம அளவு.

செய்முறை: சரக்குகளைச் சுத்தித்து இடித்துப் பொடியாக்கிச் சலித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அனுபானம்: நெருஞ்சில் குடிநீர், தாழை விழுது நீர், பச்சையரிசி கழுவியநீர்.

தீரும் நோய்: நீர்க்கட்டு, மூத்திரக் கிரிச்சரம், மேகம், யோனிச்சூலை, ஆண்குறி நோய்கள், கைகால் எரிச்சல் முதலியன.

5. பூசணிக்காய் நெய்

பூசணிக்காய் நீர், முசுமுசுக்கைச்சாறு, தாமரை வளையச் சாறு, தண்ணீர் விட்டான் சாறு, கரும்புச்சாறு, ஓரிலைத் தாமரைச் சாறு, நெய், பால் வகைக்கு 1 குறுணி.

கற்கச்சரக்குகள்: சிறுதேக்கு, சுக்கு, இலுப்பைப்பூ, அரத்தை, சந்தனம், நன்னாரி, சண்பகப்பூ, கடுக்காய், இலவங்கம், சிறுநாகப்பூ, ஏலம், கொத்துமல்லி, வெட்டிவேர், சாதிக்காய், விலாமிச்சம் வேர், அதிமதுரம், தாமரைத்தாது, கொட்டிக் கிழங்கு, சாத்திரபேதி, வெட்பாலையரிசி, சீந்தில் கிழங்கு, முந்திரிகை, கோஷ்டம், மஞ்சிட்டி வகைக்கு 3 கழஞ்சு.

செய்முறை: கற்கமாக மேற்படிச் சரக்குகளை அரைத்துச் சாறுகளுடன் கலந்து காய்ச்சிப் பதத்தில் இறக்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

அனுபானம்: சர்க்கரை.

தீரும் நோய்: மூத்திரக்கிரிச்சரம், உடல் இளைப்பு, தாது நட்டம், உள்வரட்சி, இரத்த மேகம்.

6. கதலிக்கந்த கிருதம்

வாழைக்கிழங்கு நீர், பசுநெய், பால், சந்தனம், மரமஞ்சள், திப்பிலி மூலம், முந்திரிகை, ஏலம், இலவங்கப் பட்டை, இலவங்கப்பத்திரி, சிறுநாகப்பூ, விளாவரிசி, அதிமதுரம், விலாமிச்சம் வேர், வெட்டி வேர், அகில் -வகைக்கு 1 பலம்.

செய்முறை: கடைச்சரக்குகளைச் சூரணித்து வாழைக் கிழங்கு நீர் விட்டுக் கற்கமாக அரைத்து மற்ற சரக்குகளுடன் கலந்து 3 நாட்கள் காய்ச்சிவைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்: மூத்திரக் கிரிச்சரம், தலைசுற்றல், மேகம், கை கால் எரிவு இவை தீரும். பசி உண்டாகும். நல்ல பலம் உண்டாகும்.

7. சித்தபலாதித் தைலம்

சிற்றா முட்டி வேர்த்தோல், சிறுகீரை, கற்றாழை, சிறுபீளை, முடக்கறுத்தான் வகைக்கு 5 பலம்.

தண்ணீர், வெங்காயச் சாறு வகைக்கு 12 படி.

விளக்கெண்ணெய் 1 படி.

செய்முறை: இவற்றை ஒன்றாகக் கலந்து காய்ச்சிப் பதத்தில் இறக்கிக் கொள்ள வேண்டும். இதுவே சித்த பலாதித் தைலம்.

சிலாசத்து, வெங்காரம், ஏலக்காய், கடுகுரோகணி, சீரகம், படிகாரம், வெள்ளரிவிதை- வகைக்கு ஒரு நிடகம். இவற்றைப் பொடித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

மேற்படி சித்தபலாதித் தைலம் பொட்டுக் கரண்டி அளவும் தூள் செய்து வைக்கப்பட்டுள்ள பொடி வெருகடியளவும், அதே அளவு சர்க்கரையும் கலந்து உண்ணவேண்டும்.

தீரும் நோய்: மூத்திரக் கிரிச்சரம், மேகம், கழிச்சல் நோயில் உண்டாகும் நீர்ச்சுருக்கு இவை நீங்கும்.

8. மகா ஏலாதித் தைலம்

அத்தி, மகிழ், இலந்தை, ஆவாரை, மா, நெல்லி, கருவேல், நாவல், மருது, ஓதி, வெட்பாலை, குன்றி, வெள்வேல், புலித்துடக்கி, கடலழிஞ்சில், புரசு, அரளி, வறட்பூலா, கடம்பு, ஆல், அரசு, நீர்ப்பலா, ஏரழிஞ்சில், ஆத்தி ஆகிய பட்டைகள் வகைக்கு 50 பலம்.

வெட்டிவேர், கோரைக் கிழங்கு, அமுக்கரா, நிலப்பனைக் கிழங்கு, கோவை, வல்லாரை, நன்னாரி, சீந்தில், ஆவாரை, நெருஞ்சி இவ்வேர்கள் வகைக்கு- 20 பலம்.

தாமரை வளையம் 20 பலம்.

பட்டைகளை ஐந்தில் ஒரு பாகமாகவும் வேர்களை எட்டில் ஒரு பாகமாகவும் சுருக்கிக் குடிநீர் செய்து கொள்ள வேண்டும்.

இத்துடன் நல்லெண்ணெய் 20 படி, பால் 40 படி சேர்த்துக் கொண்டு, அத்துடன் சந்தனம் 40 பலத்தைக் குடிநீரிட்டுச் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

கற்கச் சரக்குகள்: சாதிக்காய், ஏலம், சடாமாஞ்சில், இலவங்கம், இலவங்கப்பத்திரி, இலவங்கப் பட்டை, மஞ்சள், செவ்வல்லிக் கொடி, அதிமதுரம், குக்கில், சந்தனம், செஞ்சந்தனம், சதகுப்பை, சிறுநாகப்பூ, கிரந்தி தகரம், மரமஞ்சள், சீரகம், கறுஞ்சீரகம், கோஷ்டம், வெள்ளை போளம், அகில்பட்டை, கடுக்காய், ஏறழிஞ்சில், செண்பகப்பூ, சரள தேவதாரு, தாளிசப் பத்திரி, மஞ்சிட்டி, பெருங்குரும்பை, சாதிப்பத்திரி, தேத்தாங் கொட்டை, சிறுகுமிழ் வேர், கஸ்தூரிமஞ்சள், சாம்பிராணி, தக்கோலம், கல்நார். கல்மதம், கோரோசனை வகைக்கு-5 பலம்.

இலவு, முள்ளிலவு, கருங்காலி, இலந்தை, வேம்பு, வில்வம், கருவேல், கொன்றை, வெள்வேல், ஆவாரை-பிசின்கள் வகைக்கு 2 பலம்.

சந்தனம், சீரகம் வகைக்கு 100 பலம்.

செங்கழுநீர், நெய்தல் கிழங்கு, வகைக்கு 2 பலம்.

தாமரை வளையம் 2 பலம்.

கற்கச் சரக்குகளை அரைத்து முன் மருந்துடன் கலந்து காய்ச்சிப் பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

பயன்படுத்தும் முறை: பாலில் கலந்து உள்ளுக்குச் சாப்பிடவும், தலை முழுகவும் உடலில் பூசவும் பயன்படும் .

தீரும் நோய்: நீரடைப்பு முதலிய நீர்நோய்கள், மூத்திரப்பாதையில் ஏற்படும் நோய்கள், மேகம் முதலியன தீரும்.

9. நீர்க்கட்டு நோய்க்குச் சில எளிய மருந்துகள்

1. பச்சைப்புனுகை 1 பணத்தளவு எடுத்து வெந்நீரில் கரைத்துக் கொடுக்க நீர்க்கட்டு நோய் நீங்கும்.

2. கற்பூரசிலாசத்து 1பலம் எடுத்து அனலில் வாட்டிப் பொடி செய்து எலுமிச்சம் பழச்சாற்றில் உண்ண நீர்க்கட்டு விடும்.

3. வெங்காரம், சங்கு, கருவங்கம், கற்பூரம் சம அளவு எடுத்து எலுமிச்சம்பழச் சாற்றில் அரைத்துக் குன்றிமணியளவு உருண்டை செய்து உண்ண நீர்க்கட்டு நீங்கும்.

4. செப்பு நெருஞ்சில், சிறு புள்ளடி, சிறு நெருஞ்சில், கண்டங்கத்தரி, தூதுவளை, மாவிலங்கு, சிறுபீளை வேர்- சம அளவு ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு அதில் சீரகம், ஏலம், மிளகு இவற்றைத் துணியில் முடிந்து போட்டுக் கொதிக்க வைத்துக் குடிநீரில் வெங்காரம் மற்றும் துணியில் உள்ள சரக்குகளையும் சேர்த்து அரைத்துக் குடிக்க நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு, கல்லடைப்பு நீங்கும்.

5. வெங்காரத்தைப் பொடித்து முருங்கையிலைச் சாற்றில் உண்ண நீர்க்கட்டு நீங்கும்.

6. பெரும்பீளை வேரை எலுமிச்சம்பழச் சாறு விட்டரைத்து எலுமிச்சம்பழ அளவு உண்ண நீர்க்கட்டு, கல்லடைப்பு தீரும்.

7. கோவைக் கிழங்கை உலர்த்திப் பொடி செய்து, நெய்யில் குழைத்துத் தின்ன நீர்க்கடுப்பு, மேகம், பெரும்பாடு தீரும்.

IV

"தேரையர் மகா கரிசலில்" கூறப்பட்டுள்ள சில சிகிச்சை முறைகள்:

1. கொன்றைக் கிருதம்

கொன்றை வேர் 2 பங்கு; வெட்டிவேர், மறுவேர், கொழுஞ்சி வேர், பலாவேர், வேங்கைவேர், மாவேர், நாரத்தை வேர், கொங்குவேர், சிவகரந்தை வேர், கொல்லிவேர், சங்கம்வேர், கொட்டைக் கரந்தை வேர், உத்தாமணிவேர், கோவைவேர், புன்னைவேர், ஆடுதீண்டாப்பாளை வேர், கொடிவேலிவேர், மயிற்கொன்றைவேர் ஆகிய இவ்வேர்களையெல்லாம் கொன்றை வேருக்குச் சம எடை எடுத்துக் கொண்டு, நன்றாக உலர வைத்து இடித்துப் பொடியாக்கித் தேவையான அளவு நீர்விட்டுக் குடிநீர் செய்து கொப்பரைத் தேங்காய், மிளகு, திப்பிலி, சுக்கு, ஏலம், சித்திரமூலம், கோங்கு, கிராம்பு, இலவங்கப்பட்டை ஆகிய கற்கத் திரவியங்களை அரைத்துக் கலந்து இரு பங்கு நெய் சேர்த்துக் கடுகு பதத்தில் காய்ச்சி எடுக்க வேண்டும்.

தீரும் நோய்: நீர்ச்சுருக்கு நோய், மேகப்பிணி, சொறி நோய், கபநோய், கொங்கையைப் பற்றிய நோய்கள் முதலியன.

2. கோடாசலக் குளிகை

திரிகடுகு, திரிபலா, கோஷ்டம், தாளகம், பவழம், கோவை, நிலப்பனை, இலந்தை, தும்பை, பிச்சிப்பூ, கஞ்சா இவற்றின் வேர்கள் சம அளவு எடுத்து அவற்றில் சாணிநீர் விட்டு ஊறி உலர்ந்தபின் முறைதவறாமல் அரைத்துப், பின் கோங்கு இரசத்தில் 2 நாள் அரைத்து, பின் கோபுரந்தாங்கி இலைச் சாற்றினால் 2 நாள் அரைத்து, பின் அழிஞ்சில் இரசத்தால் 2 நாள் அரைத்துப் பின் பன்றியின் சிறுநீரால் 2 நாள் அரைத்துப் பின் கோழி முட்டைக் கருவால் 2 நாள் அரைத்து, குயில் முட்டைக் கருவினால் 2 நாள் அரைத்து மாத்திரையாக உருட்டிக் காயவைத்து, அதனைக் கோவை இலைச் சாற்றில் தக்க அளவில் சாப்பிட நீர்க்கட்டு நோய் நீங்கும்.

3. நீர்க்கடம்பு குடிநீர்

நீர்க்கடம்பு, கற்றாழஞ்சோறு, மிளகு- இவைகளைச் சேர்த்துக் குடிநீர் செய்து உட்கொள்ள நீர்க்கட்டு நோய் நீங்கும்.

நீர்க்கடம்பு, கற்றாழஞ்சோறு, சுக்கு, திப்பிலி -இவற்றைக் குடிநீர் செய்து உட்கொள்ள நீரிழிவு, நீர்க்கட்டு என்னும் இருநோயும் நீங்கும்.

நீர் நோய்களில் அனுசரிக்க வேண்டிய யோகாசன முறைகள்

சொட்டு மூத்திரம் அல்லது அதி மூத்திர நோய்களில் கீழ்க்கண்ட யோகா முறைகள் பயன்தரும்.

1. சிரசாசனம், 2. சர்வாங்காசனம், 3. சப்த வீராசனம், 4. மத்ஸ்யாசனம், 5. சிம்மாசனம், 6. மகா முத்ரா, 7. பத்ரகோணாசனம், 8. உத்தியானா, 9. நாடி சோதனா பிராணாயாமம் (அந்தர கும்பகம் மற்றும் பாகிய கும்பகத்துடன்).

சிறுநீரில் சுக்கிலம் கலந்து இழியும் காலங்களில் கீழ்க்காணும் யோகாசன முறைகளைச் செய்யலாம்.

1. சிரசாசனம், 2. சர்வாங்காசனம் 3. பட்சிமோத்தாசனம், 4. பத்ர கோணாசனம், 5. மூலபந்தாசனம், 6. கண்டாசனம், 7. கும்பகமில்லாத உச்சயினி மற்றும் நாடி சோதனா பிராணாயமம் முதலியன.

உணவு முறைகள்

கல்லடைப்பு நோயில் நீரைப்பெருக்கி நீர்ப்பையைக் கழுவுவது போன்று அங்கு சேர்ந்துள்ள சிறு கற்களை வெளியாக்கிச் சிறு நீரைப் பெருக்கக் கூடியதான உணவுகளைக் கொடுத்தல் வேண்டும்.

கற்களை உண்டாக்கக்கூடிய உப்புவகைகளைப் பெருக்கும் காய்கறிகளான தக்காளி, முட்டைகோஸ், வெள்ளைக் காலி பிளவர், முதலியவற்றை நீக்கவேண்டும். உப்பு கலந்த நீர்களை அருந்தாதிருத்தல் வேண்டும்.

நீரடைப்பு நோயில் எளிதில் செரிக்கும் உணவுகளையே உட்கொள்ளல் வேண்டும். மிகுந்த கார்ப்பு, புளிப்பு நீக்குதல் நன்று. குறுவை, கார் அல்லது மணக்கத்தை அரிசியிலான சோறும், வெண்டை, பீர்க்கு, புடல், வாழைப்பூ, அத்திப்பிஞ்சு, அவரைப்பிஞ்சு, முள்ளங்கி, சிறுகீரை, தாளிக்கீரை, பசலைக் கீரை, காசினி, வெந்தயக் கீரை ஆகியவற்றையும் உண்ணலாம். மீன், நண்டு வகைகள் ஆகாது. கொதிநீரில் பனங் கற்கண்டு கூட்டிக் கொள்ள நற்பலன் தரும். காபி,டீ அருந்துதல் ஆகாது.

நீர்க்கட்டு நோயில் நீரைப்பெருக்கும் உணவு வகைகளைக் கொடுத்தல் வேண்டும். பொரிக்கஞ்சி, பார்லி அரிசிக் கஞ்சி, இரண்டு முறை வடித்த சோற்றை நன்றாய்க் கடைந்து வடித்த கஞ்சி முதலியவைகளைக் கொடுக்கலாம். அத்துடன் சிறிது சோம்பு, நெருஞ்சில் கூட்டிக் காய்த்து வடித்துக் கொடுத்தல் நலம்.

நோய் வன்மை குறைந்து வரும்பொழுது உணவுப் பொருட்களைச் சிறுகச் சிறுக ஏற்றிக் கொண்டே வருதல் நன்று. நீரைப் பெருக்கும் உணவுப் பொருட்களையும் உடற்கு ஊட்டம் தரும் பொருட்களையும் படிப்படியே சேர்க்க வேண்டும். மிகுந்த காரம், புளிப்பு, உப்பு சேர்ந்த பொருட்கள் ஆகாது.

6

பெருவயிறு நோய்

முன்னுரை

இதனைப் பெரும்பண்டி, மகோதரம் என்றும் அழைப்பர். மேலும் நீராம்பல், பிறநீர்க்கோவை, வெப்புப்பாவை, கவுசி, கெண்டை, நீராமை, பிலீகை ஆகிய சொற்களும் பெருவயிற்று நோயின் தன்மைகளையே உணர்த்தும்.

"சதகநாடியில்" கூறப்பட்டவாறு பெருவயிறு நோய் வாதநாடி தன்னிலையில் பிறழ்ந்து நடப்பதாலும், வாதம் என்னும் தாது உடலில் தன்னிலை மீறி நடப்பதாலும் உண்டாகும் நோய் என்று உணரப்படுகிறது. எனவேதான் அந்நோய் பற்றி இங்கு விளக்க முற்பட்டுள்ளோம்.

நோய் இயல்

வயிறு நாளுக்குநாள் இயற்கைக்கு மாறாகப் பெருத்துக் கொண்டே வந்து அதனுள் நீர் சுரந்து வருவதும், வயிற்றினுள் உள்ள உறுப்புகளாகிய ஈரல்கள், குடல், கருப்பையின் கழலை ஆகியவற்றில் யாதேனுமொன்று பெருத்து வருதலுமான இயல்புடையது இந்நோய் ஆகும்.

இந்நோயைப் பற்றி விளக்கமுற்பட்ட "ஆத்மரட்சாமிர்தம்" என்னும் நூல் இந்நோயை உதர ரோகம் என்னும் தலைப்பின் கீழ் கொண்டுவந்துள்ளது. அந்நூலின் கூற்று பின்வருமாறு:

- ❖ தேகம் வெளுத்து வற்றிக் கருவிகள் மந்தித்து வயிறு பெருக்கும். அன்னம் செல்லாது; மலம் தீயும். இது பெருவயிறு எனப்படும்.
- ❖ அக்கினி அதிகரித்து நீருண்டாகித் தேகம் கனத்து வயிற்றில் வாயுவும் சலமும் கோர்த்துப் பெருக்கும். இராக்காலத்தில் வாயு கலைந்து துன்பம்

மிகச் செய்யும். நெஞ்சுவரண்டு தாகம் மிகும், ஆயாசம் களைப்பு உண்டாகும். இதனை மகோதரம் என்பர்.

❖ தேகம் வெளுத்து வற்றி மார்பின் கீழ் வயிறும் காலும் வீங்கிப் புளிப்பிலும் பல தின்பண்டங்களிலும் இச்சையுண்டானால் நீராம்பல் எனப்படும்.

❖ தேகத்தில் அக்கினி அதிகப்பட்டு நீர்க்கோர்த்துக் கண்டவர்கள் யாவரும் பயப்படும்படி வீக்கம் கண்டால் பிற நீர்க்கோவை எனப் பெயர்பெறும்.

❖ சுரம், வாயு அதிகரித்து, உடல் காயம் வற்றிக் கனல் போல வெதும்பி வயிற்றில் கட்டியுண்டாகி இடது புறத்தில் புரண்டு ஈரலை முட்டி உதரம் பொருமிச் சோர்வு, மயக்கம், நித்திரைபங்கம், அன்னத் துவேஷங்கள் கண்டு கைப்பு, புளிப்பு மிக விரும்பினால் வெப்புப்பாவை என்று அழைக்கப்படும்.

❖ நடுவயிற்றிலாவது, வலது பக்கத்திலாவது கட்டி போல் திரண்டு நலிந்து வயிறு ஊதி வலித்தால் கவுசி என்று பெயர் பெறும்.

❖ இடது பக்கத்தில் அதுபோல் கண்டால் கெண்டை எனப்படும்.

❖ வயிற்றில் ஆமைபோல் கட்டி உண்டாகி, உடல் மருகி, அக்கினி சுவாலையாயிருந்து அன்னம் செல்லாதிருந்தால் நீராமை எனப்படும்.

❖ வயிற்றில் ஈரலைப் பற்றிக் குழவிபோல் திரண்டு குறுக்கே கிடந்து புரளும்; மேல் நோக்கி ஏறும்; ஓக்காளிக்கும்; அன்னத்தைத் தள்ளும்; உடல் வற்றிப் பலம் கெடும்; பந்தமுறும்; புளித்தேப்பம் இடும், இது பிலீகை என்று சொல்லப்படும்.

நோய்க் காரணங்கள்

❖ உமி,கல், மண், மலர், முள் இவைகள் கலந்த உணவை உட்கொள்ளுதல்

❖ சுனைநீர், குற்றமுள்ள நீர், வண்டு மொய்த்த நீர், தேரை தங்கிய நீர், கள், காராயம் இவைகளை அடிக்கடி பருகல்

❖ மருந்தீட்டாலும்

❖ மேக நோயாலும்

❖ செம்பின் களிம்பாலும்

❖ ரச, கந்தப் பாடாணங்களினால் ஆன மருந்துகளை உடல் வன்மையறியாமல் அளவு கடந்து உண்பதாலும்

- செறியாமையாலும் இந்நோய் உண்டாகும் என்பர்.
- வயிற்றில் கட்டி தோன்றல் வயிற்றினுள் நீர், சீழ், இரத்தம், மாமிசம், சதை ஆகியன அதிகரித்துப்பெருத்துக் காணப்படுவதாலும் இந்நோய் உண்டாகும்.
- வயிற்றில் கல்லீரல், மண்ணீரல் ஆகியன பெருத்து வளர்வதாலும் இந்நோய் தோன்றும்.
- சிறுநீரக நோய்கள், தமரக நோய்கள் இவற்றாலும் இந்நோய் தோன்றும்.
- மேலும் பலரும் வீற்றிருக்கும் உயர் சபையில் உண்மையை விடுத்துப் பலவாறாகத் திரித்துப் பேசுபவர்களுக்கும், அற்பப் பொருள்களுக்காக அநியாயம் செய்பவர்களுக்கும், ஆலயத்தில் மோசம் செய்தவர்களுக்கும்,மற்றவர்களுக்குக் கிடைக்கவிருக்கும் நன்மைகளைக் கிடைக்காமல் செய்து தான் அதைப் பறித்துக் கொள்ள முயல்பவர்களுக்கும், பலரும் உணவருந்தும் பந்திகளில் கெடுதல் விளைவிப்போருக்கும், அற்பப் பலத்தினை உடையவர்களை வஞ்சனை செய்பவர்களுக்கும் இந்நோய் வந்து சேரும் என்று நூல்களில் கூறப்பட்டுள்ளது.

நோய் வகை

"யூகி வைத்திய சிந்தாமணி 800" என்னும் நூலில் இந்நோய் 32வகையாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. அவையாவன:

1.வளிப் பெருவயிறு
2. அழல் பெருவயிறு
3. ஐயப் பெருவயிறு
4. வளிஐயப் பெருவயிறு
5. பித்தக் கபப் பெருவயிறு
6. முக்குற்றப் பெருவயிறு
7. கல் பெருவயிறு
8. வில் பெருவயிறு
9. வழுவைப் பெருவயிறு
10. நழுவைப் பெருவயிறு

11. நீராம்பல் பெருவயிறு
12. ஊராம்பல் பெருவயிறு
13. வெப்புப்பாவைப் பெருவயிறு
14. குலைமுட்டிப் பெருவயிறு
15. கீழ்க் கவிசைப் பெருவயிறு
16. மேல் கவிசைப் பெருவயிறு
17. பக்ககவிசைப் பெருவயிறு
18. பழுக் கவிசைப் பெருவயிறு
19. மாப்பெருவயிறு
20. சூல் பெருவயிறு
21. வல்லைப் பெருவயிறு
22. நச்சுப் பெருவயிறு
23. பாண்டுப் பெருவயிறு
24. சோபைப் பெருவயிறு
25. காமாலைப் பெருவயிறு
26. குன்மப் பெருவயிறு
27. உதரப் பெருவயிறு
28. கூர்மப் பெருவயிறு
29. பிலீகைப் பெருவயிறு
30. சுரப் பெருவயிறு
31. நீர்ப் பெருவயிறு
32. மாங்கிசப் பெருவயிறு

நோய்க் குறிகுணங்கள்

1. வளிப் பெருவயிறு

- இந்நோயில் கண்கள் ஆகாயத்தின் நிறத்தைப் போன்று கருமையாகக் காணும்
- சுரம் காய்ந்து அதிக நீர் வேட்கை உண்டாகும்
- அதிசாரம் போன்று வயிறு கழியும்

- உடல் வெதும்பி மிகுந்த வியர்வை உண்டாகும்
- உடல் முழுவதும் மஞ்சள் நிறமடையும்
- தோல் சுறசுறப்புடன் காணும்
- வயிறு துருத்தி போலாகி நரம்புகள் புடைத்து மயிற்கண் போல் பல நிறங்களை உடையதாகும்.
- உண்ட உணவு செரிக்காமல் மலம் கழியும்.

2. அழல் பெருவயிறு

- உடல் வெளுத்துக் காணும்.
- உடல் மெலிந்து வற்றிப் பலமிழந்து காணும்.
- உணவில் விருப்பமில்லாதிருக்கும்.
- அடி வயிற்றில் இரைச்சலும் உப்புசமுமாகக் காணப்படும்.
- முகம் பிணத்தின் முகத்தைப் போல் காணப்படும்.
- புளியேப்பம் உண்டாவதுடன் பசியும் எடுக்கும்.
- அடிவயிற்றில் வீக்கம் காணும்.
- மனச் சஞ்சலம் உண்டாகும்.

3. ஐயப் பெருவயிறு

- உடல் நடுக்கல் ஏற்படும்
- உணவில் உருசியின்மை காணும்.
- உறக்கமின்மை உண்டாகும்.
- குளிர்க் காய்ச்சல் தோன்றும்.
- இரைப்பு உண்டாகும்.
- மிக்க சினம் கொள்வர்.
- வயிறு உப்புசம் காணும்.
- உடல் பஞ்சுபோல் மிக வெளுக்கும்.
- சிறுநீரும் மலமும் கடுத்து இழியும்.
- இருமலும் கோழைகக்கலும் காணும்.

4. வளி ஐயப் பெருவயிறு

- உடல் வெளுத்து, நொந்து கடுப்புடன் காணும்

- வயிற்று மடிப்புகள் மறையும்படி வயிறு வீங்கிக் காணும்.
- வயிற்றின் நரம்புகள் புடைத்து விம்மி மேலெழுந்து காணும்.
- வாயில் மிகவும் துர்நாற்றம் வீசும்.
- அடிவயிறு பேரொலி செய்யும். எனினும் மலம் வெளியாகாது.
- விதைகள் பெரிதும் வீங்கிக் காணும்.

5. அழல் ஐயப் பெருவயிறு

- இந்நோயில் நாடி முதல் மார்பு வரை வயிறு பிதுங்கலாக மிகவும் புடைத்துக் காணும்.
- வயிற்றின் உள்ளே உள்ள காற்று வெளியே செல்லாமல் தம்பித்துக் காணும்.
- மலம் கட்டும்.
- சிறுநீர் குறைந்து இழியும்.
- மார்பில் வலிக்கும்.
- மூளையில் பாதிப்பை உண்டாக்கிக் கண்ணின் ஒளியைக் கெடச் செய்யும்.
- உடல், கை கால்கள் வீங்கிக் காணும்.

6. முக்குற்றப் பெருவயிறு

- உடல் மஞ்சளித்துக் காணும்.
- வாத நாடி படபடத்து நடக்கும்.
- கண் பஞ்சுபோல் வெளுத்துக் கண்ணீர் வடிந்து கொண்டே இருக்கும்.
- உடல் முழுதும் பெருத்து, மிகவும் வீங்கிக் காணும்.
- கை, கால்கள் மிக மெலிந்து வற்றிக் காணும்.
- உடல் வற்றி வயிறு வீங்கிக் காணும்.
- தலை சுற்றல், மயக்கம் காணும்.

7. கல் பெருவயிறு

- மேல் வயிறு கல்போல் கடினப் பட்டு வீங்கும்.
- உடல் மஞ்சளித்து வீங்கும்.
- உணவு செல்லாது.

- இருமல், இளைப்புக் காணும்.
- முகம் கறுத்து இறுகிக் காணும்.
- வயிற்று நரம்பு புடைத்துப் பசுமை நிறமடையும்.
- உடல் நாளுக்கு நாள் வெளுக்கும்.
- சிறுநீரும், மலமும் சரியாக இழியாமல் சுருங்கும்.

8. வில் பெருவயிறு

- வானத்தின் வில்போல வயிறானது குவிந்து வளைந்து அழுத்தாமாயிருக்கும்.
- மேல் வயிறு வலித்துக் கடுத்து உப்புசத்துடன் இரையும்.
- விரை வீங்கிக் காணும்.
- சிறுநீரும் மலமும் அளவில் சுருங்கி, மிகவும் தாங்க முடியாத வலியோடு கழியும்.
- நீர் வேட்கை அதிகம் உண்டாகும்.
- மனக் கலக்கம் காணும்.
- மயக்கம் உண்டாகும்.

9. வழுவைப் பெருவயிறு

- நீர் ஊற்று போல் வயிற்றில் தண்ணீர் பெருகித் தோல்பை போலத் தளதளத்து வீங்கிக் காணும்.
- அந்நீர் நாளுக்கு நாள் சுரந்து மேல்நோக்கி, கை, கால்களை மரம்போல் திமிர்க்க செய்யும்
- வயிற்றினுள் சோற்றுக்குப் பதில் மாமிசத்தை அடைத்தாற்போலக் காணும்.
- பசியைக் கெடுத்துப் படுக்கையில் தங்காது வருந்தச் செய்யும்.
- சோற்றைக் காணும் போது வெறுப்புண்டாகும்.

10. நழுவைப் பெருவயிறு

- அடிவயிற்றில் பந்தைப்போல் உருண்டு திரண்டு ஒரு கட்டி காணும்.
- அதை அழுத்திப் பார்க்க ஓரிடத்திலிருந்து மற்றோரிடத்திற்கு நழுவிப் போகும்.

- மேல் வயிற்றில் தீயைப் போல அனலையும் எரிச்சலையும் உண்டாக்கும்.
- வன்மை குறைந்து மேல்மூச்சு வாங்கும்.
- சரியாக நடக்க முடியாது.
- தாபமும், தளர்ச்சியும் காணும்.
- தாங்க முடியாத உடல் எரிச்சல், தளர்ச்சி, நா வறட்சி, நெஞ்சு புண்ணாதல் முதலியன தோன்றும்.

11. நீராம்பல் பெருவயிறு

- நாவறட்சியுடன் இருமல் காணும்.
- அடிவயிறு கதித்து விம்மிக் காணும்.
- கடைக்கண் மிகவும் வெளுத்துக் காணும்.
- புறங்கால் அதைத்து வீங்கிக் காணும்.
- மூச்சு விடுவதற்குச் சிரமம் ஏற்படுவதுடன் மயக்கமும் உண்டாகும்.
- மலம் மிகவும் இளகிக் கழிச்சல் போலாகும்.
- கால் கைகள் நீட்டமடக்க முடியாதிருக்கும்.
- உடல் தளர்ச்சி, வடிவு வேறாதல் முதலிய குறிகுணங்கள் காணும்.

12. ஊராம்பல் பெருவயிறு

- மேல் வயிறு பொருமிக் கொண்டு மிக்கத் துன்பம் விளைவிக்கும்.
- உடல் குன்றி, மனத் துயரத்தை ஏற்படுத்தும்.
- மயக்கமும் தியக்கமும் உண்டாகும்.
- முகம் வியர்த்து வெளுத்து நொந்து காணும்
- உடல் வெப்பத்தினால் வற்றிப் போகும்.
- தலை கனத்துக் காணும்.
- அடிக்கடி சினம் கொள்ளல் முதலிய குறிகுணங்களை ஏற்படுத்தும்.

13. வெப்புப்பாவைப் பெருவயிறு

- அடிக்கடி சினத்துடன் பேசச் செய்யும்.
- வயிற்றுள் காற்று சேர்ந்து வயிறு மிக உப்பிக் காணும்.
- உடல் அதிர்ந்து காணும்.
- கைப்பும், புளிப்பும் உள்ள பொருட்களில் வெறுப்புண்டாகும்.

- நாவில் உப்புச் சுவை உள்ளதுபோல் தோன்றும்.
- கல்போல உடம்பெங்கும் கனத்துக் காணும்.
- வயிறு புரண்டு வெதும்பும்.
- விலாப் பக்கங்களில் கட்டி போல் எழும்.

14. குலைமுட்டிப் பெருவயிறு

- அம்மிக் குழவி போல் கழலை அடிவயிற்றின் பக்கத்தில் தோன்றிப் பாய்ந்து வலிக்கும்.
- உணவு செல்லாது.
- அபானத்தை இறுக்கி, மலத்தைக் கட்டச் செய்யும்.
- உடல் முழுதும் வற்றிக் கருகிக் காணும்.
- தலை, முகம், கை, கால் வீக்கம் உண்டாகும்.
- மூச்சு, குரல் கம்மும்.

15. கீழ்க் கவிசைப் பெருவயிறு

- அடிவயிற்றில் வில்லைப் போலக் கட்டி உண்டாகி வயிறு வீங்கிக் காணும்.
- மேல் வயிறு வில்போலக் கனத்து வலி ஏற்படும்.
- மூட்டுகள் தோறும் குடைச்சல் உண்டாகும்.
- மனம் மிகவும் நொந்து, பெருமூச்சு அடையச் செய்யும்.
- வாய் பிதற்றல், மனதில் தோன்றியபடியெல்லாம் பேசுதல்.
- மலம், சிறுநீர்ச் சுருங்கல் முதலிய குறிகுணங்கள் காணும்.

16. மேல் கவிசைப் பெருவயிறு

- இந்நோயில் வயிற்றுப் பக்கம் உள்ள ஊன் திரட்சிகள் எல்லாம் திரண்டு மேல் வயிற்றை வில்லைப் போல் வளையச் செய்யும்.
- வயிற்றின் நரம்பு, தோல் யாவும் சுருங்கிக் காணும்.
- படபடப்பு, பெருமூச்சு முதலியன உண்டாகும்.
- மார்பில் அடைப்பதுடன், குத்தல் வலி காணும்.
- வாய் குமட்டி, உமிழ் நீர் மிகுதியாக வடியும்.
- உணவில் வெறுப்புண்டாகும் ஆகிய இக்குறிகுணங்கள் காணும்.

17. பக்கக் கவிசைப் பெருவயிறு

- ❖ பக்கங்களில் கவிசை (கட்டி) போல் பற்றிக் காணும்
- ❖ வயிறு கனத்துக் கல்போல் காணும்.
- ❖ அடிவயிற்றில் குமுறல் உண்டாகும்.
- ❖ மிகுந்த தாகமும், உடல் எரிச்சலும் காணும்.
- ❖ வயிறு பொருமி உப்பும்.
- ❖ புளித்தேப்பம், நெஞ்சில் எரிச்சல் உண்டாகும்.
- ❖ மலமும் சிறுநீரும் சுருங்கிக் காணும்.

18. பழுக் கவிசைப் பெருவயிறு

- ❖ இந்நோயில் உடலின்கண் அமைந்த பழுவென்பு முள்ளைப் போல் வயிற்றுள் எழும்பி, வயிறு முழுமையும் கனத்து விம்மும்.
- ❖ அதனால் உப்புசமும் மேல் மூச்சம் உண்டாகும்.
- ❖ அதிக தாபத்தையும் உறக்கத்தையும் ஏற்படுத்தும்.
- ❖ அன்னம் ஏற்றுக் கொள்ளாது.
- ❖ வயிற்றுள் அடிக்கடி காற்றுக் கூடி வீங்கும்.
- ❖ உண்ட சிறு உணவும் செரியாமல், உடல் ஊதி மூச்சுத் திணறச் செய்யும்.

19. மாப்பெருவயிறு

- ❖ இந்நோயில் மந்தம் உண்டாகி, உணவு கொள்ள முடியாமல் செய்வதன்றி, சிறிது உண்ணினும் அது செரியாமல், உடலின் குருதி வன்மை குறைந்து, உடல் வற்றிக் காணும்.
- ❖ வயிற்றின் நரம்புகள் புடைத்து வெளியாகி, வயிறு முழுவதும் நாளுக்கு நாள் பெரிதும் வீங்கிக் கொண்டேவரும்.
- ❖ வீக்கம் எளிதில் வாடாது, மூச்சுத் திணறலும் உண்டாகும்.
- ❖ மலம் கட்டும்.
- ❖ அடிக்கடி மயக்கம் உண்டாகும்.
- ❖ வயிற்றில் சுரந்து வீங்கிய நீரை வெளிப்படுத்துவதற்குச் செய்யப்படும் எந்த மருத்துவத்திற்கும் அது குறையாமல் கிணற்று நீர் சுரப்பது போல் சுரந்து கொண்டே இருக்கும்.

20. சூல் பெருவயிறு

- பெண்கள் சூல் கொண்ட பொழுது வரும் நோயாகும்.
- மனவருத்தம் மிகவும் உண்டாகி மயக்கம் ஏற்படும்.
- உடல் முழுதும் அழன்று காணும்.
- உணவு செல்லாது.
- மிகு நீர்வேட்கை உண்டாகும்.
- கை, கால் மூட்டுகள் வீங்கும்.
- உடலில் சுரம் தோன்றி,
- உருசியின்மை உண்டாகும்.
- உடல் முழுதும் உளைச்சலுடன் நோகும் என்னும் குறிகுணங்களைக் காட்டி வயிறு ஊதி நீர் சுரக்கும்.

21. வல்லைப் பெருவயிறு

- இந்நோயில் உந்திக்கும் மார்பு என்புக்கும் நடுவில் உள்ளங்கை அகலமுள்ள கட்டி தமர்கொண்டு அடைத்தாற் போல் அடைத்துக் கொண்டு, கருங்கல்லைப் போலக் கடினமாகக் காணும்.
- அதனால் உணவு செல்லாமை
- சுடுநீரின்மேல் இச்சைகொள்ளல்
- கால் கைகள் வெளுத்துச் சத்தற்றுப் போதல் என்னும் குறிகுணங்களைக் காட்டும்.

22. நச்சுப் பெருவயிறு

- உடல் மெலிந்து விதைகள் வீங்கித் தளர்ந்து காணும்.
- பிறரோடு துடுக்காகவும் படபடத்தும் பேசச் செய்யும்.
- எப்போதும் மனத்துயரத்துடன் காணப்படும்.
- உடல் மிக நலிந்து திமிர்த்தலும் காணும்.
- உடல் நடுக்கலும் தோன்றும்.

23. பாண்டுப் பெருவயிறு

- இந்நோயில் உடலின் குருதிவன்மை குறைந்து, உடல் முழுதும் வீங்கி, முகத்தின் நிறம் வேறுபாடடைந்து, நாடி சரியாக நடைபெறாது.

- மயிர் சிவந்திருக்கும்.
- இரத்தமில்லாமல் உடல் மெலிந்து என்புக்கூடாகி நடக்கவும் முடியாதிருக்கும்.
- பெருமூச்சு விடுதல், புறங்கால் வீங்குதல் முதலியன காணும்.
- மயிலைப் போன்று கண்களை மூடிக் கொண்டேயிருப்பர்.
- முகம் குளுப்பை போல் வீங்கும்.
- வயிறு பெருத்துக் கொண்டே வரும்.

24. சோபைப் பெருவயிறு

- இந்நோயில் மேல் வயிறு அழுத்தமாயும் அடிவயிறு குழைந்து உப்பியும் காணும்.
- கை, கால்கள், விரை இவையாவும் வீங்கும்.
- மேல்மூச்சு, இருமல், தாகம், உடம்பெல்லாம் குளிர்தல் முதலியன காணும்.
- சிறுநீரும் மலமும் சுருங்கிப்போகும்.

25. காமாலைப் பெருவயிறு

- இந்நோயில் காமாலை நோய் போல உடல் முழுதும் மஞ்சளித்து, உடல் நடுக்கத்தோடு, குளிர்ச்சி உண்டாகும்.
- மூக்கு, முகம், மார்பு இவைகளில் வியர்வை உண்டாகும்.
- உடல் முழுவதும் வீங்குவதோடு, புறங்காலும் வீங்கிக் காணும்.
- அடிவயிறு மிகவும் சுருங்கி உளைந்து காணும்.
- சுரமும், கோழையும் தோன்றும்.
- சுகமான உறக்கமிராது.
- தலை வலிக்கும்.
- மனம் மிகச் சலித்துக் காணும்.

26. குன்மப் பெருவயிறு

- உண்ட உணவு செரியாமல் வயிற்றில் குத்துதல்
- குடலைப் புரட்டி வலித்தல்
- வாந்தி உண்டாதல்

- அசீரணத்துடன் பேதி உண்டாதல்
- விலாப்பக்கம், இடுப்பு, வயிறு ஆகிய இடங்கள் வீங்கிக் கல்லைப் போலக் கடினப்பட்டு காணப்படுதல்.
- சிறுநீர் பசுவின் நீர்போல் இறங்கல் என்பன குன்மப் பெருவயிற்றின் குணங்களாகும்.

27. உதரப் பெருவயிறு

- நா வறட்சி
- கண் சிவத்தல்
- வயிற்றுள் காற்றுக் கூடி வயிறு உப்புதல்
- நீர்வேட்கை
- பசியின்றி வயிறு கனத்திருத்தல்
- மலம் போகாதிருத்தல்
- அடிவயிற்றிலிருந்து மார்பு, கழுத்து வரையிலும் வயிறு ஒரே வீக்கமாகக் காணப்படுதல் எனும் குறிகுணங்கள் காணும்.

28. கூர்மப் பெருவயிறு

- இந்நோயில் கண்களின் பசை உலர்ந்து வறட்சியடைந்து, இருகண்களும் சிவந்து சுருங்கிக் காணும்.
- இருமல், இளைப்பு, நீர்வேட்கை முதலியன உண்டாகும்
- வயிற்றில் ஆமை போலக் கட்டி உண்டாகும்.
- உணவு செல்லாது.
- பலம் குன்றிக் காணும்.
- வயிற்றில் இரைச்சலுடன் குமுறலும் உண்டாகும்.

29. பிலீகைப் பெருவயிறு

- இந்நோயில் உடலைத் தொட்டுப் பார்க்க ஆமைஓடு போன்று சுரசுரத்துக் காணும்.
- அடிக்கடி மலமும் சிறுநீரும் இழியும்.
- அபான வாயு மிகுந்து காணும்.
- உடல் முழுதும் வீங்காமல் சில இடங்களில் மட்டும் வீங்கும்.

- உணவை மிகுதியாக உண்ணச் செய்யும்.
- சிறுநீர் மிகுதியாகப் போனாலும் மயக்கம் ஏதும் ஏற்படுவதில்லை.
- கண்களில் இரத்தம் காணும்.

30. சுரப் பெருவயிறு

- காலோடு வயிறு பொதிந்து புறங்காலும் கணுக்காலும் வீங்கத் தொடங்கும்.
- அதற்கு மேல் மார்பு, பிடரி, இவற்றில் பச்சை நரம்பு, புடைத்துத் தோன்றி, வயிறு மிகப் பொருமி வீங்கும்.
- சுரமும் அசதியும் உண்டாகும்.
- உடல் முழுதும் மிகுந்த தாபத்துடன் எரிச்சலும் உண்டாகும்.
- மிகுதியான எரிச்சலினால் கண் வீங்கிக் காணும்.

31. நீர்ப் பெருவயிறு

- உடல் முற்றும் நீர் கோர்த்து வீங்கும்.
- உடல் மஞ்சள் நிறத்துடன் தோன்றும்
- வயிறு உப்புசத்துடன் உழலையும் காணும்.
- ஆண்குறி தளர்ச்சியுற்று இருக்கும்.
- முதுகுடன் சேர்ந்து வயிற்றில் நீர்கோர்த்து வீங்கும்.
- உடல் தாதுக்கள் எல்லாம் ஒன்றன் பின் ஒன்றாகக் குறைந்து, ஐம் பொறிகளையும் கலங்கச் செய்யும்.

32. மாங்கிசப் பெருவயிறு

- இதில் வயிற்றில் உள்ள சதைகள் அளவிற்கு விஞ்சி வளர்தலும், வயிறு பொருமி அடிவயிற்றில் கல்லைப்போல் அழுத்தமும் காணும்.
- உடல் வெப்பம் கொண்டு உலர்ந்து வற்றிப்போய், அடிக்கடி தண்ணீரைப் பருகச் செய்யும்.
- சொற்கள் குழறும்.
- மேல் நோக்குக் கால் மிகுந்து அடிக்கடி ஏப்பம் விடச் செய்யும்.
- சிறுநீரிலும், மலத்திலும் இற்றுப்போன சதை காணப்படும்.

பொதுக் குறிகுணங்கள்

- வாய் நீர் ஊறல்
- வாய் கைப்பது போல் தோன்றல்
- பசியின்மை
- சிறிது உண்ணினும் எளிதில் செரியாமை
- வாய் குமட்டி வாந்தியாதல் அதில் சிறிது பித்தநீர் கலந்திருத்தல்
- நாளுக்கு நாள் உணவை வெறுத்தல்
- உடல் வன்மை குறைந்து கொண்டே வருதல்
- பெருமூச்செறிதல்
- சிலவேளை அடிக்கடி கழிதல்
- சில வேளை வயிறு கழியாமலே இருத்தல்
- நாளுக்குநாள் கையும் காலும் சூம்பிக் கொண்டே வருதல்
- முகத்தில் மங்குண்டாதல்
- முக எலும்பு மோடிட்டுக் கண், தாடை உதடு இவைகள் வறண்டு சுருங்கல்
- கணுக்கால் சிறிது வீங்கிக்காணல்
- உடல் வெளுத்தல்
- சிறுநீர்ச் சுருங்கல் என்பவற்றோடு
- வயிற்றின் தோல் சுருக்கமடைந்து மினுமினுத்துக் குருதிநாளங்கள் புடைத்து விம்மித் தோலில் நீல நிறத்தோடு கொடி கொடியாகத் தோன்றி வயிறு வீங்கிக் கொண்டு வரும்.
- வயிறு முன்புறமாகப் பெருத்துக் கொண்டே வந்து, நீர் பெருகப் பெருக மேல்நோக்கி மார்புவரையிலும், வயிற்றின் இருபக்கங்களிலும் முட்டிப் பெருகும்.
- வயிற்றின் பெருக்குக்கேற்ப வயிற்றின் இயற்கை மடிப்புகள் போய், வயிற்றின் சதை சத்தற்றுத் தோல் விரிந்த அளவிற்கு வெளுத்துக் கோடு கோடாகக் காணப்படும்.
- தொப்புளும் குவிந்து மெலிந்து தோலோடு தளதளத்து வெளிக்காணும்.
- வயிற்றில் நீர் பெருகப் பெருக வயிறு தளதளப்போடு, உடல் அசையும்போதெல்லாம் தோல் பையிலுள்ள நீர் அலைதல் போல வயிற்றிலுள்ள நீர் மோதும்.

- ❖ அன்றியும் தொடை, கால், விதை, ஆண்குறி இவைகளிலும் நீர் சுரந்து தளதளத்துக் காணப்படும்.
- ❖ மேலும் நீர்க்கட்டு, மேல்மூச்சு, மார்பு துடிதுடித்துப் படபடத்தல், மயக்கம், முதுகு வீங்கல் என்னும் குறிகளைக் காட்டும்.

மருத்துவம் செய்யும் முறை

இந்நோய் வளித்தாது தன்னளவில் கூடி உதானன் என்னும் மேல் நோக்குக் காலைத் தூண்டி புளித்தேப்பம், வாந்தி, வாய்குமட்டல், சுவையின்மை ஆகியவற்றை உண்டாக்கும். சமானன் அல்லது நடுக்காலின் தூண்டுதலால் உண்ட உணவினைச் செரியாமல் செய்யும். வியானன் என்னும் பரவுகாலின் தூண்டுதலால் உணவின் சாரத்தையும், குருதியையும் உறிஞ்சி உடலில் பரவவொட்டாதவாறும் செய்யும். உடல் வன்மையையும், குருதியின் நிறம், எடை முதலியவற்றையும் கெடுத்து, உடலையும் வெளுக்கச் செய்யும்.அபானன் என்னும் கீழ்நோக்குக்கால் கட்டுப்படுத்தப் படுவதால் சிறுநீரும் மலமும் வெளியாகாமல் உடலில் நீர் கோத்து வீங்கும்.

எனவே தன்னளவில் மிகுந்த உயிர்த்தாதுக்களையும், கால்களையும் தன்னிலைப் படுத்தவும், அவைகளால் கட்டுப்பட்ட மலம், சிறுநீர் ஆகியவற்றை வெளியாக்கவும் செய்யவேண்டும். பின்னர்க் கேடடைந்த குருதியின் வன்மை, நிறம் முதலியவைகளைப் பெறவும் மருத்துவம் செய்தல் வேண்டும்.

கல்லீரல், மண்ணீரல் ஆகிய உள்உறுப்புகள் பாதிக்கப்பட்டு அதனாலும் இந்நோய் உண்டாகக்கூடிய வாய்ப்பு இருப்பதால், அச்சமயங்களில் அவ்வுறுப்புகளின் பாதிப்புகளை நீக்குவதற்குண்டான மருத்துவம் செய்யவேண்டும்.

இந்நோய் முற்றிய நிலையில் இருதயம் பாதிக்கப்படும் நிலையில் அதை பலப்படுத்துவதற்குண்டான மருத்துவமும் செய்தல் வேண்டும்.

உணவுப் பழக்கவழக்கங்களிலும் தேவையான மாறுதல் செய்து கொள்வது அவசியம்.

கழிச்சலுக்கும் நீர்ப் பெருக்கிற்கும் குடிநீர்

1. நீர்முள்ளிக் குடிநீர்

நெருஞ்சில், நீர்முள்ளி, நெல்லிவற்றல், மணத்தக்காளி வற்றல், சரக்கொன்றைப்புளி, சோம்பு, வெள்ளரிவித்து, சுரைக்கொடி, கடுக்காய்,

தான்றிக்காய்-இவை வகைக்கு ஒரு வராகன் எடை எடுத்துக் குடிநீர் விதிப்படி நீர்விட்டுக் காய்ச்சி வடிகட்டிக் காலைமாலை 2 வேளையும் 1/2 ஆழாக்கு வீதம் தர, நீரைப் பெருக்கிக் கழித்துப் பெருவயிறு நோயையும், நீர்க்கட்டு, சோபை நோய்களையும் நீக்கும்.

2. மண்டூராதி அடைக்குடிநீர்

மண்டூரம், செங்கல் கிட்டம், சங்கன்வேர், நெருஞ்சி சமூலம், சாறு வேளை வேர், கோவைத் தண்டு, நீர்முள்ளி சமூலம், தான்றிக்காய், கடுக்காய், நெல்லிக்காய், புளியிலை, வேப்பம்பட்டை, பிரமியிலை, கறிமஞ்சள், மணலிக் கீரை, நன்னாரி, வழுதுணை, கொன்றைப்பட்டை, கற்றாழை, ஆடுதீண்டாப்பாளை, செங்கந்தாரி, சிறுகுறிஞ்சான், சுரைக்கொடி, பாதிரிவேர், புறங்கை நாறி- இவை வகைக்குப் பலம் 1. இவைகளை இடிந்து ஒரு பானையில் இட்டு வெள்ளாட்டு நீர் 2 படி, பசுநீர் 2 படி அதில் சேர்த்து அடுப்பிலிட்டு நன்றாகக் கொதிக்க வைத்துப் பிறகு தணலிலேயே வைத்திருக்க வேண்டும். வேண்டும்பொழுது வேண்டிய அளவை வடித்துக் கொள்ளவேண்டும்.

அளவு: 1/4 ஆழாக்கு வீதம் நாள் ஒன்றுக்கு 2 அல்லது 3 வேளையாகக் கொடுக்கப் பாண்டு, சோபை, காமாலை, பல்வகைப்பட்ட பெருவயிறு நோய்கள் தீரும். உப்பில்லா பத்தியம் தேவை. கஞ்சி வடிவான உணவையே தரவேண்டும்.

3. காக்கட்டான் வேராதிக் குடிநீர்

காக்கட்டான் வேர்ப் பலம் ஒன்று, நெருஞ்சிமுள், நீர்முள்ளி, காசினி விரை, வகைக்குப் பலம் 1/2- இவற்றை முறைப்படிக் குடிநீரிட்டுக் காலை, மாலை 2 வேளை கொடுக்கலாம்.

4. சிறுகீரையாதிக் குடிநீர்

சிறுகீரை பலம் 1/2, மூக்கிரட்டை பலம் 1/2, சுரைக்கொடி பலம் 1/2, அவுரிவேர் பலம் 1/2 , இவைகளை ஒன்றாகச் சேர்த்து 1/2 படி நீர்விட்டு ஆழாக்காகக் காய்த்து, அரையாழாக்கு வீதம் காலை மாலைகளில் கொடுக்கவும்.

பசுநீர் ஆழாக்கில் ஒரு பெருங்கடுக்காயை விரைநீக்கித் தட்டிப்போட்டு ஊறவைத்து வடித்துக் காலை 5 மணிக்குத் தரலாம்.

காலை 7.30 மணிக்கு வெடியுப்புச் செந்தூரம் ஒரு குன்றி எடை, நவாச்சாரம் 10 குன்றி எடை, அயவீரச் செந்தூரம் 2 குன்றி எடை, உலோக மண்டூரம் ஒரு குன்றி எடை கூட்டித் தேனில் இழைத்துக் கொடுத்துப்பின் நீர் முள்ளிக் குடிநீர் ஒரு ஆழாக்காகக் கொடுக்கவும்.

காலை 6 மணிக்குக் கொடுக்கும் இஞ்சிச்சாற்றை நாள் ஒன்றுக்கு 1/8 ஆழாக்காகப் பெருக்கிக் கொண்டே வந்து ஒரு ஆழாக்குஅளவு வந்ததும் அந்த அளவிலேயே நோய் நீங்குமட்டும் கொடுக்கவும்.

வயிற்றின் வீக்கம் பெரிதாக இருப்பின் மேலுக்குச் சரக்கொன்றைப் புளி, வெடியுப்பு, எலிப்புழுக்கை, ஆகிய மூன்றையும் சேர்த்து, நீர்விட்டு அரைத்து வயிற்றின்மேல் பற்றிடவும். அல்லது

சரக்கொன்றைப்புளி, எலிப் புழுக்கை, கடுகுரோகணி, இவற்றைக் கூட்டி அரைத்து வயிற்றுக்குப் பற்றிடவும். இதனால் சிறுநீரும் மலமும் கழிந்து வயிற்றில் தங்கிய காற்றும் வெளியாகும்.

பாண்டுப் பெருவயிறு, சோபைப் பெருவயிறு நோய்களில் சிறுநீரைப் பெருக்கச் செய்யும் மருந்துகளை வழங்குவதுடன் கேடடைந்த இரத்தத் தாதுவைச் சரிசெய்யவும், அதனை உடலில் விருத்தி செய்யவும் தேவையான மருந்துப் பொருட்களையும். உணவுப் பொருட்களையும் வழங்க வேண்டும்.

இரத்தத்தை விருத்தி செய்ய அயப்பற்பம், காந்தப்பற்பம், வெள்ளிப் பற்பம், அயநாகப்பற்பம் முதலியனவும் செந்தூரங்களில் அயச்செந்தூரம், காந்தச் செந்தூரம், எ.்.கு செந்தூரம், மண்டூரச் செந்தூரம், ஆறுமுகச் செந்தூரம், அயவீரச் செந்தூரம், வெள்ளிச் செந்தூரம், தங்கச் செந்தூரம் முதலியனவும் பயன்படும்.

மேலும் அயச்சம்பீர கற்பம், அய பிருங்கராஜ கற்பம் முதலிய மருந்துகளும் பாண்டு, சோபை நோய்களில் பெரிதும் பயன்படும்.

காமாலைப் பெருவயிறு, பிலீகைப் பெருவயிறு நோய்களில் கல்லீரல், மண்ணீரல் போன்ற உள்ளுறுப்புக்கள் பாதிக்கப்பட்டிருக்கும். இச்சமயங்களில் அவற்றை வன்மைப் படுத்துவதற்கான சிறப்பு மருத்துவம் கையாள வேண்டும்.

வழுவைப் பெருவயிறு, நழுவைப் பெருவயிறு, பக்கப் பெருவயிறு, வில் பெருவயிறு போன்ற நோய்களில் வயிற்றில் கட்டி இருப்பது போன்ற நிலை உணரப்படுகின்றன. எனவே இந்நிலையில் இரசம், கந்தகம் சேர்ந்த இரசகந்தி மெழுகு, வான்மெழுகு, சண்டரசப் பற்பம் போன்ற பெரிய மருந்துகளையும், சேராங் கொட்டை சேர்ந்த நந்தி மை, சேராங் கொட்டை நெய், இடிவல்லாதி மெழுகு, போன்ற உயர்ந்த மருந்துகளையும் நோய்க்குத் தக்கவாறு வழங்க வேண்டும்.

வளி, அழல், ஐயப் பெருவயிறு நோய்களுக்குச் சிறப்புச் சிகிச்சை முறைகள் "சித்த மருத்துவம்" நூலில் கண்டபடி:

1. வெள்ளிப் பற்பம் தக்க அளவில் மிளகு இரசம், மிளகுக்குடிநீர், மிளகுத்தைலம் தேன் முதலிய ஏதேனும் ஒன்றில் கலந்து காலை, மாலை கொடுக்கலாம்.

2. அயநாகப் பற்பத்தைத் தக்க அளவில் வெள்ளாட்டுப்பால் அல்லது முலைப் பாலில் காலை, மாலை கொடுக்கக் குணமாகும்.

3. வங்கச் செந்தூரத்தைத் தக்க அளவில் காலை, மாலை வெந்நீரில் கொடுக்கலாம்.

4. காந்தச்செந்தூரத்தைத் தக்க அளவில் காலை, மாலை வெற்றிலைச் சாற்றில் கொடுக்கக் குணமாகும்.

5. தங்கச் செந்தூரத்தை அதேபோல் காலை, மாலை வெற்றிலைச் சாற்றில் கொடுக்கக் குணமாகும்.

6. வளிப் பெருவயிறு நோயில் உண்டாகும் விக்கலுக்குத் தாளகச் செந்தூரத்தைத் திப்பிலிப் பொடியுடன் கூட்டிக் காலை மாலை கொடுக்கக் குணமாகும்.

7. இரசச் செந்தூரத்தை எருக்கம் பழுப்பிலைச் சாற்றிலும், தங்கச் செந்தூரத்தைக் கற்றாழைச் சாற்றிலும் தக்க அளவில் அனுபானித்துக் காலை, மாலை கொடுத்து வர அழல் பெருவயிறு குணமாகும்.

8. தங்கச் செந்தூரத்தைத் துளசிச் சாற்றிலும், அப்பிரகப் பற்பத்தைப் பசுவின் பாலிலும், வெள்ளிச் செந்தூரத்தைக் கற்றாழைச் சாற்றிலும், நாகச் செந்தூரத்தை நெய்தல் பூச்சாற்றிலும், பலகறைச் செந்தூரத்தை வெள்ளைப்பூண்டுச் சாற்றிலும் தக்க அளவில் காலை மாலைக் கொடுத்துவர குணமாகும்.

I

"சித்த வைத்தியத் திரட்டு" என்ற நூலில் கூறப்படும் பெருவயிறு நோய்க்கான மருந்துகள் வருமாறு:

ஐயப் பெருவயிறு

1. கோடா சூரி மாத்திரை

இதில் ஒரு மாத்திரை இரு வேளையாகக் குமட்டிக்காய்ச் சாற்றில் கொடுத்துவரப் பிலீகம், நீராம்பல், கவிசை என்று கூறப்படும் பெருவயிறு நோய்கள் நீங்கும்.

2. வெங்கார மாத்திரை

வெங்காரம், திப்பிலி, மிளகு, இந்துப்பு, சுக்கு, நேர்வாளம், காந்தப்பொடி, பெருங்காயம், கழற்சிப்பருப்பு இவைகளைச் சம அளவில் முறைப்படி சுத்தித்து கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து, நீர்விட்டு அரைத்து உருட்டி எருக்கம் பழுப்பினால் மூடி, ஒரு குடைவுப் பானையில் வைத்து மேல்மூடிச் சீலை செய்து கோழிப்புடம்போட்டு எடுத்து, கல்வத்திலிட்டுக் கடுக்காய்க் குடிநீரினால் அரைத்துச் சிறுதேற்றான் விதைப் பிரமாணம் மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தவும்.

இம்மாத்திரையை எண்ணெயில் தோய்த்து அருந்த மலம் கழியும். நல்ல தண்ணீரில் அனுபானித்து வழங்க நீராம்பல், மகோதரம், எண்வகைக் குன்மம், அண்ட வாதம் முதலியன நீங்கும்.

இதற்குப் பத்தியம் காடை, கவுதாரி, மீன், சம்மங்கிக் கோழி.

3. சலோதாரி மணி

வெங்காரம், திரிகடுகு, படிகாரம், கடல்நுரை, சூரைவித்து, இந்துப்பு, காயம்; வகைக்குப் பலம் ஒன்று; நேர்வாளம் பலம் இரண்டு; முறைப்படி சுத்தித்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து 3 சாமம் இளநீரால் அரைத்து, இலவம் விதை அளவு உருட்டி நிழலில் உலர்த்தவும். இதனைத் தேன், பால் இவைகளில் அனுபானித்துக் கொடுக்கப் பெருவயிறு, நீர்க்கட்டு, நீரடைப்பு, சதையடைப்பு, அந்தரவாயு, இருமல் முதலியன தீரும்.

4. நவக்கிரகப் பூபதி

மனோசிலை, அரிதாரம், இரசம், கந்தகம், வெங்காரம் இவைகளைச் சம அளவு தனித்தனியாக நன்றாகச் சுத்தித்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்துச் செருப்படைச் சாற்றால் அரைத்து, குப்பிவாயை அடைத்து, வாலுகா இயந்திரத்தில் 45 நாழிகை முத்தீயால் எரித்து ஆறவிட்டு மருந்தினை எடுத்து, இஞ்சிச் சாற்றால் நன்றாக அரைத்துக் கடலை அளவு மாத்திரைகளாக உலர்த்தி, ஒரு மாத்திரையை இஞ்சிச் சாற்றில் அனுபானித்துக் கொடுக்க நீராம்பல், வல்லை, நாட்பட்ட வயிற்றுநோய், முறைக்காய்ச்சல், விடாவியர்வை ஆகியவை நீங்கும்.

5. வெள்ளீயப் பற்பம் அல்லது வெள்வங்க பற்பம்

ஒரு மண்பாண்டத்தில் ஈண்டு என்று சொல்லப்படும் ஈயத்தண்டின் சமூலம் ஒரு வீசை எடுத்து நறுக்கிச் சிதைத்து நான்கு வீசை தண்ணீர் விட்டு அதில் 1 பலம் வெள்ளீயத்தைப் போட்டு மேல் சட்டிமூடி அடுப்பிலிட்டு 7 நாள் வரைக்கும்

தீபாக்கினியாய் எரித்து, எட்டாவது நாள் காலையில் அவ்வெள்ளீயத்தை எடுத்து அலம்பி உடனே வெள்ளைப்பூண்டுச் சாறு 6 பலம் விட்டு அரைத்து அன்றைய நாள் முடிவில் வில்லை செய்யவும். இதைக் கோவைப்பழவிதை 5 பலமும், பீர்க்கம்பழவிதை 5 பலமும் எடுத்து அம்மியில் மிருதுவாகப் பொடித்துப் பின் கல்வத்திலிட்டு அதில் குப்பைமேனிச் சாறு 6 பலம் விட்டு ஒரு நாளும், செங்கழுநீர்ப் பூச்சாறு 6 பலம் விட்டு ஒரு நாளும் வெற்றிலைச் சாறு 6 பலம் விட்டு ஒரு நாளுமாக அரைத்து மூசை செய்ததில் 9வது நாள் காலையில் வெற்பேந்தி எண்ணெய் அரைபலம் விட்டு மேல் மூசை மூடி 5 நாழிகைக்குள் குடசப்பாலையிலையை அரைத்துக் கனக்கப்பூசி மறு 5 நாழிகைக்குள் சீலைமண் செய்து 20 நாழிகை வெயிலில் உலர்த்தி 10-ம் நாள் காலையில் 64 வறட்டியில் புடம் போட்டு ஆறவிட்டு எடுத்தால் வெண்ணிறமடைந்த பற்பம் கிடைக்கும்.

வெற்பேந்தி எண்ணெய் செய்முறை: ஒரு மண்பானையின் அடியில் நான்கைந்து துவாரமிட்டு அந்தப் பானைக்குள் மலைதாங்கிப் பூண்டின் சமூலம் துணித்து உலர்த்திப்போட்டு மேல் மூடிச் சீலை செய்யவும். பின் ஒரு பள்ளந்தோண்டி, அதில் ஒரு சட்டியைப் புதைத்து அந்தச் சட்டியின் மேல் சரக்கு போட்ட பானையை வைத்து மேலே வறட்டியடுக்கிப் புடம் போட்டால் உள் சரக்கினின்றும் தைலம் அச்சட்டியில் இறங்கும். இதுவே வெற்பேந்தி எண்ணெயாம்.

வெற்பேந்தி எண்ணெயால் முடிக்கப்பட்ட வெள்ளீயப்பற்பத்தைச் சர்க்கரை, நெய், குளிர்ந்த நீர், சீரகம், பசுவின்பால், மஞ்சள் என்ற அனுபானங்களில் கொள்ள பித்தச்சுரம், கபசுரம், உன்மாதம், மகோதரம், மேகஉஷ்ணம், வாத உஷ்ணம் இவை நீங்கும்.

6. காரீயப் பற்பம் அல்லது கருவங்கப்பற்பம்

சுத்தி செய்த காரீயம்ஒரு பலத்தைக் கல்வத்திலிட்டு சிறுபூனைக்காலிச்சாறு, மூன்றுபலம் விட்டு ஒரு நாளரைத்து, மறுநாள் குப்பைமேனிச்சாறு 3 பலம் விட்டரைத்து, மூன்றாம் நாள் ஓரிதழ் தாமரைச் சாறு 3 பலம் விட்டரைத்து, 4-ஆம் நாள் கோவைச்சாற்றால் அரைத்து, 5-ஆம் நாள் காலையில் அதை உருட்டி வில்லை செய்து 6 -ஆம் நாள் நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும். பச்சையாயிருக்கின்ற நாட்டு நிலாவாரையிலை 4 பலத்தை 1 பலம் துளசிச் சாற்றால் அரைத்து மூசை செய்து ஒரு நாள் உலர்த்தி முன் வில்லை செய்த காரீயத்தை 7-ஆம் நாள் காலையில் மூசையில் வைத்து வரனைத் தைலம் 1 பலம் அந்த மூசையில் வார்த்து மேல் மூசையால் மூடி, அரைத்த மண்ணை அந்த

மூசையின் மேலே பூசி எட்டாவது நாள் ஒரு மண் சீலையும் 9-ஆம் நாள் ஒரு மண்சீலையும் செய்து உலர்த்தி 10-ஆம் நாள் காலையில் 90 வலிய வறட்டியில் புடமிட்டு ஒரு நாள் ஆறவிட்டு எடுத்துப் பார்க்க வெண்மையான பற்பமாகும்.

தினையளவு பற்பத்தைத் தேன், குளிர்ந்த நீர், பசுநெய், பசும்பால், இளநீர், மோர் ஆகியவற்றில் வழங்க வல்லை, மகோதரம், ஈளை, இருமல், காசம், பாண்டு, விடசுரம், மேகம், பைத்தியம், சன்னி, பல்வலி, காதிரைச்சல், தலையிடிப்பு, சூலை ஆகியவை தீரும்.

தினை, வரகு, அபினி, கொள்ளு, புளி, அகத்திக்கீரை, கலியாணப் பூசணிக்காய், பெண்போகம் இவைகளை நீக்குவது அவசியம்.

வரனனைத் தைலம் செய்முறை: வாய்விடங்கம் ஒரு வீசை, மயிலிறகு 1/4 வீசை இரண்டையும் கல்வத்திலிட்டு நொச்சியிலைச்சாறு 25 பலம் விட்டு ஒரு நாள் அரைத்து, மறுநாள் நெல்லிக்காய்ச் சாற்றால் அரைத்து ஒரு மொத்தையாயுருட்டி, 2 நாள் நிழலில் உலர்த்தி, 5-ஆம் நாள் அடியில் துவாரம் இட்ட ஒரு பானையிலிட்டு மேல் மூடிச் சீலை செய்து, பூமியில் ஒரு குழி தோண்டி, அதில் ஒரு சட்டி பதிய வைத்து, அதன் மேலே சரக்குப் போட்டிருக்கும் பானையை வைத்து மேலே எருவடுக்கிப் புடம் போட அச்சட்டியில் தைலம் இறங்கும்.

7. அப்பிரகப் பற்பம்

சுத்தி செய்த கிருஷ்ணா அப்பிரகம் ஒரு பலத்தை ஒரு பாத்திரத்திலிட்டுக் கொண்டு, மருதோன்றி வேர் 15 பலத்தை இடித்து வேறொரு பாண்டத்திலிட்டு 64 பலம் தண்ணீர் விட்டு அடுப்பேற்றிச் சிறுக எரித்து 4-இல் ஒரு பங்கான 16 பலமாக சுண்டக் காய்ச்சி வைத்துக் கொண்டு நாளொன்றுக்கு 2 பலம் வீதம் அந்த அப்பிரகத்தில் 8 நாள் வார்த்து ஊறவைத்து நிழலில் உலர்த்தி, அது நன்றாக உலர்ந்த பிறகு அந்த அப்பிரகத்தை நிறுத்து, அப்போதிருக்கும் எடைக்கு 2 பங்கு கடப்பம் பிசினை அதில் சேர்த்து அந்த இரண்டுபங்கு பிசின் ஆறி ஒரு பங்காய் குறைந்த பிறகு, முன்போல நாள் ஒன்றுக்கு 2 பலம் வீதம் குப்பைமேனிச்சாறு 8 நாள் வரைக்கும் விட்டு ஊற வைத்து நிழலில் உலர்த்த வேண்டும்.

உலர்ந்தபின் அந்த அப்பிரகத்தைக் கல்வத்திலிட்டு அப்பிரகம் இருக்கும் எடைக்கு 2 பங்கு வேப்பெண்ணெய் தினமும் விட்டு 6 நாள் அரைத்து வில்லை செய்து வெயிலில் உலர்த்தும்போது வில்லையை நிறுத்துக் கொண்டு, அந்த எடைக்குச் சரியெடை ஏறும்படி 3 நாள் வரைக்கும் அத்திப்பாலை அந்த வில்லைக்கு அடித்து, உலர்ந்த பின் அதை அகலிலிட்டுச் சீலைமண் செய்து 60

வறட்டியில் புடமிட்டு நன்றாயாறினபின் எடுத்தால் வெண்மை நிறமான பற்பம் காணப்படும்.

இப்பற்பத்தை 1 அல்லது 2 குன்றியளவு சர்க்கரையிலாவது நெய்யிலாவது வெற்றிலைச் சாற்றிலாவது அனுபானித்துக் கொடுக்க மகோதரம், நீரிழிவு, பித்தமேகப்பிரமியம், விரைவாதம், உன்மாதம், பிளவை, சுரம் முதலியன நீங்கும்.

புளி, புகையிலை, பெண்போகம், கடுகு, மதுபானம், அகத்திக்கீரை இவைகளை நீக்கி, 1 மண்டலம் வரை சாப்பிடலாம்.

8. சாதிலிங்கப் பற்பம்

சாதிலிங்கத்தைச் சங்கத்திராவகத்தால் அரைத்து வில்லை தட்டிக் காயவைத்து, அடிகனத்த மட்சட்டியிலிட்டு வாய்பொருத்தமான மற்றொரு சட்டியால் மூடி 7 சீலை வன்மையாகச் செய்து எரிக்கப் பதங்கம் ஏறும். மறுபடியும் அப்பதங்கத்தை மேற்கண்ட சங்கத் திராவகத்தால் அரைத்து முன் போலவே எரிக்க வேண்டும். பதங்கம் மேல் ஏறாமல் அடிச்சட்டியில் தங்கி நிற்கும் வரை எரித்து எடுத்த பற்பத்திற்குச் சண்டரசப் பற்பம் என்று பெயர்.

பனைவெல்லத்தில் கடுகளவு கொடுக்க மகோதரம், சோபை, பாண்டு, குன்மங்கள், நீரடைப்பு, கீல்வாயு, சுரம், சன்னி, மூலம் முதலியன தீரும்.

9. உலோக மண்டூரச் செந்தூரம்

இரும்புக் கிட்டப்பொடி 1/2 பலம், கரியுப்பு, வெடியுப்பு, அட்டுப்பு, வளையலுப்பு, இந்துப்பு, ரசம், கந்தகம், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி வகைக்கு 1/2 வராகன் எடை. இவற்றைக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடி செய்து கையான்சாற்றால் அரைத்து 2 புடமிடச் செந்தூரம் ஆகும்.

2 குன்றியளவில் தேனில் கலந்து கொடுக்க மகோதரம், சோபை, பாண்டு, காமாலை ஆகியன தீரும்.

10. காந்தச் செந்தூரம்

காந்தம் 1 பலம், கந்தகம் 10 பலம். இவைகளை முறைப்படிச் சுத்தித்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்துக் கரிசாலைச் சாற்றால் நன்றாக அரைத்து வில்லைதட்டிக் காய வைத்து, ஓட்டிலிட்டுச் சீலை செய்து கஜபுடமிடவும். அந்த எடைக்குக் கந்தகம் சேர்த்து முன்போல் அரைத்துப் புடமிட்டு எடுத்த எடைக்குக் கந்தகம் சேர்த்துப்பழச் சாற்றால் அரைத்துக் கஜபுடமிடவும்.

வந்த எடைக்குக் கந்தி கூட்டி இவ்விரண்டும் சேர்ந்த எடைக்குச் சித்திரமூல வேர்ப்பட்டைசேர்த்து, தாய்ப்பாலால் அரைத்து வில்லை தட்டி முன்போலவே புடமிடவும்.

மேலும் வந்த எடைக்குக் கந்தகமும் சித்திர மூல வேர்ப்பட்டையும் சேர்த்துக் கோழி முட்டை வெண் கருவினால் அரைத்து, முன்போல வில்லை செய்து புடமிடவும்.

பிறகு எருக்கம்பாலால் 4 சாமம் அரைத்து வில்லைதட்டி உலர்த்தி முன்போலப் புடமிடவும்.

மருந்தை எடுத்துப் பார்க்கச் செங்கறுப்பு நிறமாயிருக்கும். இதனைப் பொடித்துக் கொள்ளவும்.

ஒரு குன்றிமணி அளவு 2 வேளை தேனில் ஒரு மண்டலம் உண்ண கவிசைக்கட்டி, நீராம்பல், பாண்டு, சோகை ஆகிய நோய்கள் நீங்கும்.

11. கௌரி சிந்தாமணி செந்தூரம்

சுத்தித்த இரசம் 1 பலம் , கந்தகம் 1 பலம், பொரிகாரம் 1 பலம். இவைகளைக் கல்வத்திலிட்டு முறைப்படி பொடித்து, பொடியை ரெட்டினால் கொட்டைப் பாக்களவாய் கிழிகட்டி மணல் மறைவில் வரிசையாக வைத்து 10 வறட்டிகளை மணல்மேல் அடுக்கி எரித்துக் குளிர்ந்தபின் எடுத்து ரெட்டுக்களை நீக்கி மருந்தை எடுத்துப் பொடித்துக் கொள்ளவும். மருந்து பூலாம்பழம் போல் கறுப்பாக இருக்கும்.

திரிகடுகுத்தூள் வெருகடி, மருந்து ஒரு குன்றி மணி அளவு தேனில் ஒரு நாள் விட்டு ஒரு நாள் கொடுக்கப் பெருவயிறு, சோபை, காமாலை, பயித்தியம், பாண்டு ஆகியன தீரும். பத்தியம்: வெள்ளாட்டுப் பாலும் சோறும். மறுபத்தியம்: சிறு உப்பும் வெள்ளாட்டுக் கண்டமும் ஆகும்.

12. சுயமாக்கினி செந்தூரம்

அயப்பொடி 4 பங்கு, காந்தம் 8 பங்கு, இரசம் 16 பங்கு, கந்தகம் 32 பங்கு. இவைகளை முறைப்படி சுத்தித்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்துக் குமரிச்சாற்றால் 2 சாமம் நன்றாக அரைத்து தாம்பாளத்தில் வில்லையாகத் தட்டி வெயிலில் வைக்கக் காய்ந்து தீபம் போல் எரிந்து அடங்கும். பொடித்துக் குப்பியில் அடைக்கவும். இதனைக் குன்றிமணியளவாக இஞ்சிச் சாற்றில் ஈய மகோதரம், கவிசை, குன்மம், கிராணி, அண்டவாதம், சன்னி முதலியன தீரும்.

13. தாம்பிரச் செந்தூரம்

தாம்பிரத் தகட்டை எட்டிப்பழச் சாற்றில் 15 நாள் ஊறப்போட்டு எடுக்க சுத்தியாகும், நாளும் புதுச் சாற்றை உபயோகிக்கவும்.

கந்தகத்தை நல்வேளைச் சாற்றில் மூன்றுதினம் மைபோல் அரைத்துக் குகை செய்து அதை மற்றொரு குகைக்குள் வைத்து படிகாரத்தைத் தண்ணீரில் அரைத்து மேற்படி சுத்தித்த தாம்பிரத் தகட்டிற்குப் பூசிக் குகைக்குள் வைத்து மேல்மூடி, 7 சீலை மண் செய்து கஜபுடமிடத் தாம்பிரம் நீறிப்போகும்.

நீறினத் தாம்பிர எடைக்குச் சமம் இலிங்கம் சேர்த்து எருக்கம்பாலால் அரைத்து வில்லை தட்டி ஓட்டிலிட்டுச் சீலை செய்து கஜபுடமிட முருக்கம்பூப் போல் சிவந்த செந்தூரமாகும்.

இதனை 1/2 முதல் 1 குன்றிமணியளவு திரிகடுகுத்தூள் சேர்த்து அனுபானிக்கப் பெருவயிறு, நீராம்பல், மகோதரம், குன்மம், உதரவாய்வு, பிறநீர்க்கோவை, வீக்கம் தீரும்.

14. நாகச் செந்தூரம்

சுத்தித்த நாகத்தை 4 பலம் ஒரு சட்டியில் இட்டு உருகும்போது வெடியுப்பு, ஓமம், சுக்கு, மஞ்சள், இந்நான்கும் சேர்ந்த பொடி ஒரு படியைச் சிறிது சிறிதாக நாகத்திலிட்டு வறுக்கத் தூளாகும். பிறகு நாயுருவியை இடித்துப் போட்டு மேலும் வறுக்கவும். பொடியைப் பழச் சாற்றால் அரைத்து மாதுளம்பூ நிறம் வரும்வரை புடமிட்டு எடுக்கவும்.

குன்றிமணியளவு திரிகடுகுச் சூரணத்தில் கொடுக்கக் குன்மம், பெருவயிறு, கவிசை, மூலம், கை, காலெரிவு, வெள்ளை, விந்து நட்டம் ஆகியவை தீரும்.

15. துருசுச் செந்தூரம்

துருசு 1 பலம், வேப்பிலை 2 பலம், இவற்றை நீர் விடாமல் கல்வத்திலிட்டு அரைத்து வில்லை செய்யவும். பிறகு பிரண்டையை அரைத்து அதற்குள் இவ்வில்லையைப் பொதிந்து முற்றும் காய்வதற்குள் 10 வறட்டியில் புடமிடவும். இவ்வாறே செந்தூரமாகுமட்டும் புடம் இடவும்.

இதில் 1/4 முதல் 1/2 குன்றிமணியளவு தக்க அனுபானத்தில் கொடுக்கக் குன்மம், மகோதரம், சூலை ஆகியன தீரும்.

16. கோரோசனைத் துகள்

திப்பிலி, வெந்தயம், சீரகம், ஏலம் வகைக்கு 1 பங்கு; கோரோசனை 1/4 பங்கு, வெள்ளைச் சத்திச் சாறணைவேர் 1 பங்கு, வாளம் 3/8 பங்கு. இவைகளைத் தனித்தனியே பொடித்துச் சூரணித்து ஒன்று கூட்டி வெருகடியளவு குடிநீரில் கொடுக்க வாந்தியாகும்.

தீரும் நோய்: பெருவயிறு, நீராம்பல், பிறநீர்க்கோவை, பாண்டு, விடபாகம், சுரம் முதலியன.

17. சாம்பிராணிப்பூ பதங்கம்

சாம்பிராணி 3 பங்கு, சாதிப்பத்திரி, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய், சாதிக்காய், வால்மிளகு, ஏலரிசி, சாரைப்பருப்பு, கிராம்பு, புனுகுச்சட்டம் இவைகள் வகைக்கு 1 பங்கு எடுத்துக் கொள்க.

இவைகளில் புனுகு நீக்கி மற்றவற்றை நன்றாக இடித்துக் கலந்து, புனுகைச் சேர்த்து, ஒரு பெரிய மட்பாண்டத்திலிட்டு, அதற்கு வாய் பொருந்தும்படியான மற்றோர் சட்டிக்குச் சாமந்தி இலை, கொடிவேலி இலை, தும்பையிலை, இவைகளின் சாற்றின் கூட்டுத்தொகை 10 பங்கைக் கொண்டு மேற்சட்டியின் உட்புறம் பூசிப்பூசி உலர்த்தியபின் பெரிய சட்டிக்குப் பொருத்தி, பொருந்து வாய்க்கு வன்மையாய்ச் சீலை செய்து அடுப்பிலிட்டு, அடுப்பினுள் உலர்ந்த ஆட்டுப்புழுக்கை, காட்டெரு, உமி, வேர்ப் பட்டைகள் இவைகளுள் ஏதேனும் ஒன்றைப் போட்டுத் தீயிட்டு எரிந்து அடங்கி ஒருநாள் ஆனபின் சட்டி அசையாமல் படி சீலையை நீக்கி, மேற்சட்டியைச் சரிவாகச் சாய்த்து எடுத்துப் பார்க்க, அதனில் சாம்பிராணிப்பூ படிந்து இருக்கும்.

இதனை நோய்க்குத் தக்கவாறு அளவிட்டுத் தேனில் கலந்து கொடுக்க வல்லை நோயும், பெருவயிறும் நீங்கும்.

18. அகத்தியர் குழம்பு

பெருங்காயம், கடுகு, இந்துப்பு, இரசம், வெங்காரம், நாபி, மனோசிலை, ஓமம், அரிதாரம், கறுஞ்சீரகம் வகைக்கு 1 கழஞ்சு, வாளம் 10 கழஞ்சு. இவைகளை முறைப்படி சுத்தித்து வாளம் நீங்கலாக மற்றவைகளைத் தனித்தனியே பொடித்து ஒன்று கூட்டி அரைத்துக் கல்வத்தில் ஒரு பக்கமாகச் சேர்த்து வைத்து வாளத்தில் பாதியைப் பச்சையாகவும் (சுத்தித்தது), பாதியை ஆமணக்கு நெய்யில் வறுத்தும், கல்வத்தில் அரைத்தும் தூள்களாகச் சிறிது சிறிதாகச் சேர்த்து நன்றாக அரைத்து மைபோல் செய்து கொள்ளவும்.

குன்றிமணியளவு மிளகுத்தூள், வெள்ளை வெங்காயச் சாற்றில் வழங்க வெப்புப்பாவை, பாண்டு, நீராம்பல், சோகை முதலியன தீரும். வேறுபல அனுபானங்களில் மற்றைய பல நோய்கள் நீங்கும்.

19. குமட்டிக் குழம்பு

குமட்டிக் காய்ச்சாறு, பழச்சாறு, வெள்ளுள்ளிச்சாறு, நொச்சிச்சாறு, இஞ்சிச்சாறு இவை வகைக்கு 1படி. இவைகளை ஒரு பாத்திரத்தில் சேர்த்து, சிறுதீயில் எரித்துக் குழம்பு பக்குவத்தில் இரசம், இலிங்கம், பெருங்காயம், இந்துப்பு வெங்காரம், கடுகு, மஞ்சள், வெந்தயம், மிளகு, காந்தம், நேர்வாளம் வகைக்கு 1 1/4 வராகன் எடை எடுத்துப் பொடிக்க வேண்டியவைகளைப் பொடித்தும், அரைக்க வேண்டியவைகளை அரைத்தும், மேற்படி குழம்பில் சேர்த்து அரைத்துச் சிறுதீயில் கிண்டி பழம் புளி பாகத்தில் இறக்கி, தூதுளங்காய் பிரமாணம் பனை வெல்லத்தில் பொதிந்து கொடுக்கப் பெருவயிறு, குன்மம், நீராமை, மகோதரம், வெப்புப்பாவை, பாண்டு, கவிசை, விடபாகம், வாய்வு தீரும்.

மருந்தினை உடல் வன்மைக்குத் தக்கவாறு நாள் அளவையும், மருந்தின் அளவையும் அளவு படுத்திக் கொடுக்கவும். இதனை ஒருவேளை காலையில் மாத்திரம் கொடுக்கவும்.

20. நவ உப்பு மெழுகு

கறியுப்பு, இந்துப்பு, வளையலுப்பு, பொட்டிலுப்பு, அமுரியுப்பு, மூங்கிலுப்பு, கல்லுப்பு, பாறையுப்பு, பூநீறு இவைகள் வகைக்கு 1/4 பலம் எடுத்து ஒரு பாண்டத்திலிட்டுத் தும்மட்டிச் சாறும், ஆவின் பாலும் கலந்து ஒருபடி ஊற்றித் துத்தி வேர்க் கற்றையால் நன்றாகச் சுழற்றிக் கலக்கி மணல் போக்கித் தெளிவு இறுத்து வடித்துக் காய்ச்சினால் குழம்பாகச் சுண்டி வெண்மையாக இருக்கும். அதனைக் கல்வத்தில் ஊற்றி அதில் வீரம் 1 பலம், கற்பூரம் 1/2 பலம், திரிகடுகு 3 வராகன் எடை, வாளம் 1/4 பலம்-இவற்றைத் தனித்தனியாகப் பொடித்துச் சேர்த்து, திரிபலைக் குடிநீரால் 1 சாமம் அரைத்துப் பிறகு தாய்ப்பாலால் ஒரு சாமம் அரைத்து, மெழுகு பதம் வந்தவுடன் கொம்புச் சிமிழில் பத்திரப்படுத்தவும்.

மிளகளவு, கருப்பட்டியில் காலையில் மாத்திரம் ஒன்று முதல் மூன்று நாள் உடல் வன்மைக்குத் தக்கவாறு கொடுக்க மலம் கழிவதன்றி மகோதரம், சூலை, பிறநீர்க்கோவை, குன்மம், மேகம் முதலியன தீரும்.

வெந்நீரும் சோறும் மட்டும் சேர்க்கவேண்டும். மறுபத்தியத்தில் வறுத்த உப்பு, பசும்பால், நீர்மோர், சிறுகீரை, பிஞ்சு முருங்கை, கத்தரி, அவரை, பாசிப்பயறு, துவரை, பிஞ்சுக்கோழி, காடை முதலியன ஆகும்.

21. நவாச்சாரக் குழம்பு

நாட்டு நவாச்சாரம் பலம் ஒன்றை எடுத்து அதில் கொடிக்கள்ளிப்பால் ஊற்றி ஊறவைத்துக் கல்வத்திலிட்டு மைபோலரைத்து வழித்தெடுத்துச் சிமிழில் பதனம் பண்ணவும்.

ஒரு குன்றிமணியளவு காலையில் கொடுக்க மகோதரம், நீராம்பல், பெருவயிறு, வாய்வு கட்டி நீங்கும்.

22. வான் மெழுகு

இரசம், இரச்செந்தூரம், கந்தகம், கௌரி, வீரம், வெள்ளைப்பாடாணம், மிருதார்சிங்கி, பூரம், இலிங்கம், அபின், காந்தம், சாம்பிராணி, கற்பூரம், தாளகம், இவை சமஅளவு பிரித்துத் தனித்தனியாகப் பொடித்து வரிசைப்படி ஒவ்வொன்றாகக் கூட்டியரைத்து, கோழி முட்டையின் மஞ்சள் கருவினால் நான்கு சாமம் அரைத்தெடுத்துக் கொம்புச் சிமிழில் அடைக்கவும்.

உளுந்தளவு பனை வெல்லத்தில் 2 வேளை, முறை ஒன்றுக்கு 5 அல்லது 8 நாட்கள் கொடுக்கலாம். இவ்வாறு விட்டு விட்டு நோய்க்குத் தக்கவாறு வழங்க வேண்டும். மகோதரம், குன்ம வகைகள், காமாலை வளிநோய்கள் போன்ற பல்வித நோய்கள் நீங்கும்.

23. கௌசிகர் குழம்பு

கடுக்காய், கடுகு, இந்துப்பு, பெருங்காயம், வெங்காரம், இரசம், மனோசிலை, திப்பிலி, அரிதாரம், சீரகம், கடுகுரோகணி, நாபி-இவைகள் சமஅளவு. இவை சேர்ந்த தொகையளவு நேர்வாளம். வாளம் தவிர மற்றவைகளைத் தனித்தனியே பொடித்துக் கல்வத்திலிட்டுச் சேர்த்தரைத்து, நேர்வாளத்தைச் சுத்தி செய்து இளவறுப்பாய் வறுத்து மெழுகு போல் நன்றாக அரைத்துப் பிறகு வேலிபருத்திச் சாற்றால் ஒரு நாள் அரைத்து அதில் தென்னங்குடுக்கைக்கரி, வெல்லம் இவையிரண்டும் வகைக்கு வராகன் எடை 5 சேர்த்துத் தேங்காய்ப் பாலால் அரைத்துச் சிமிழில் அடைக்கவும்.

குன்றியளவு மருந்தை ஆமணக்கெண்ணெய், ஆட்டுக் கோமியம் சேர்ந்த கலவையில் கொடுக்க மகோதரம், சோபை, காமாலை தீரும். பல்வேறுபட்ட மற்ற அனுபானங்களில் பல்வகையான நோய்களும் தீரும்.

24. அமுக்கராச் சூரணம்

கிராம்பு 1 பங்கு, சிறுநாகப்பூ 2 பங்கு, ஏலம் 4 பங்கு, மிளகு 8 பங்கு, திப்பிலி 16 பங்கு, சுக்கு 32 பங்கு, அமுக்கரா 64 பங்கு, சர்க்கரை 128 பங்கு. சர்க்கரை நீங்கலாக மற்றவைகளை முறைப்படி சுத்தித்து, தனித்தனியே பொடித்து எல்லாவற்றையும் ஒன்று கலந்து, பிறகு சர்க்கரையும் சேர்த்துக் கலந்து இதனை அளவுப்படி கொடுக்க இடப்பாட்டீரல் நோய், அதனால் தோன்றும் பெருவயிறு, குன்மம், கைகால் எரிவு, வெள்ளை, வெட்டை, பாண்டு, இரைப்பு, சயம் முதலியன தீரும்.

25. மூக்கிரட்டைச் சூரணம்

மூக்கிரட்டை வேர், வெண்குன்றிவேர், கொன்றைவேர் வகைக்கு 1 பங்கு; கடுக்காய்த் தோல் 3 பங்கு. இவைகளைப் பொடித்து அளவுப்படி கொடுக்க வல்லை நோய், மலக்கட்டு, வயிற்று வலி, திமிர்வாதம் முதலியன நீங்கும்.

26. பாகற்கடுக்காய்

பச்சைக் கடுக்காய் 100 கொண்டு வந்து அரிசிகழுவிய நீரில் போட்டு 3 நாள் ஊற வைத்து, நீரை நீக்கவும். இவ்விதம் மும்முறை செய்யவும். பிறகு ஒவ்வொரு காயையும் இரண்டிரண்டாக வெட்டிக் கொட்டையை நீக்கவும். பிறகு இதை ஒரு பானையில் சேர்த்து, கடைந்த மோரை வேண்டிய அளவு ஊற்றி அதில் கடலுப்பு காய்க்கு நான்கில் ஒரு பங்கு சேர்த்து அடுப்பினில் வைத்து மெல்ல எரித்து வறண்டபின் சுக்கு, அட்டுப்பு, இந்துப்பு, ஓமம் வகைக்கு 1/2 பலம்; செவ்வியம், சித்திரமூல வேர்ப்பட்டை, திப்பிலி வகைக்கு 11/2 பலம்எல்லாவற்றையும் பொடித்து அதில் தூவி, பழச்சாறு ஊற்றிக் குலுக்கி வெயிலில் வைத்து உலர்த்தி எடுக்கவும். ஒரு துண்டு உணவுக்கு முன்னும் பின்னும் உண்ண பிலீக நோய், பீனிசம், குன்மம், சுவையின்மை, பாண்டு, இரத்தப் பித்தம் முதலியன நீங்கும்.

27. சித்தாதி எண்ணெய்

பெருங்காயம், வெங்காரம், சதுரக் கள்ளிப்பால், இந்துப்பு, கறுஞ்சீரகம், திப்பிலி; இவை வகைக்கு 1 1/4 வராகன் எடை; நேர்வாளம் 1 பலம், வெள்ளைப் பூண்டு 1 சேர், கடுக்காய் 1 சேர், சிற்றாமணக்கு நெய், தேங்காய்ப்பால் வேலிப்பருத்திச் சாறு இவை வகைக்கு 8 சேர். சரக்குகளைக் கல்வத்திலிட்டு மேற்படிச் சாற்றில் நன்றாக அரைத்துக் கலக்கிச் சிறுதீயினால் காய்ச்சி இறக்கவும்.

3 முதல் 5 துளி நிசித் தண்ணீரிலோ, சோம்புக் குடிநீரிலோ கொடுக்கலாம். பேதியாகும். கவிசை, நீராம்பல், தலைநோய்கள் முதலாக பல்வேறுபட்ட நோய்கள் தீரும்.

28. மேகநாதத் தைலம்

புங்கம்பட்டை, பிராயம்பட்டை, மாம்பட்டை, இலுப்பைப்பட்டை, புரசம்பட்டை, அழிஞ்சிப்பட்டை, எட்டிப்பட்டை, ஓதியம்பட்டை, சங்கம்பட்டை, சுரபுன்னைப்பட்டை, ஊழலாத்திப் பட்டை, நூறாண்டு வேம்பின்பட்டை, முதிர்ந்த பூவரசம்பட்டை, நிலவிளாப்பட்டை, சிவன் வேம்புப்பட்டை இவை வகைக்கு 10 பலம். நன்றாக இடித்து ஒரு பாண்டத்தில் சேர்த்து ஒரு குறுணி நீர் விட்டு அடுப்பிலிட்டுக் குழம்பாகக் காய்ச்சிய பின்பு வடித்து ஒரு பாண்டத்திலிட்டு அதில்

ஆடுதீண்டாப்பாளைச் சாறு, கழற்கொடிச் சாறு, வெள்ளறுகுச்சாறு, சங்கன்குப்பிச்சாறு, செருப்படைச்சாறு, கொட்டைக் கரந்தைச் சாறு, பொடுதலைச்சாறு இவை வகைக்கு படி 1/4 சேர்த்து அடுப்பில் வைத்துச் சுண்டிக் குழம்பாக அடையும்பொழுது நல்லெண்ணெய் 2 படி சேர்த்து, பறங்கிப்பட்டை 2 பலம் பொடித்துப் போட்டு, சுத்தித்த சேராங்கொட்டை 1 பலம் இடித்துப் போட்டு மெல்ல எரித்து அடிபற்றாமல் மெழுகு பதத்தில் இறக்கி வைக்கவும்.

முட்டைக் கரண்டியளவு 2 வேளை கற்கத்துடன் கொடுக்க நீராம்பல் பெருவயிறு, பாண்டு தீரும்.

உப்பு, மொச்சை, பாசிப்பயறு, துவரை, முளைக்கீரை இவற்றைச் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். 5 நாள் மருந்துண்டு பின்னர் பசுமோர் கூட்டலாம். 15 நாள் சென்றபின்னர் எண்ணெயிட்டு மூழ்கலாம்.

29. பிடங்கு நாறிக் குடிநீர்

புறங்கை நாறியிலை மூன்று அல்லது நான்கு எடுத்துக் கடுக்காயின்தோல் 1 வராகன் எடை, கறிமஞ்சள் 1/2 வராகன் எடை இவைகளுடன் சேர்த்துக் குடிநீர் செய்து 1/4 முதல் 1/2 ஆழாக்குத் தர, பிலீக விருத்தி நீங்கும்.

30. மாமணி மந்திர வெற்றி மாத்திரை

உளுந்து, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, உப்பு, ஏலரிசி, யானைப்பல், யானைத்தந்தம், தங்கம், கோஷ்டம், பவழம், முத்து, சடாமாஞ்சில் - ஆகிய இச்சரக்குகளையெல்லாம் வகைக்கு வீசம் எடுத்து மாதுளம்பழச்சாற்றால் அரைத்துப் பின்பு தமரத்தம்பழச் சாற்றாலும் அரைத்துப் பின் அரைக்குன்றியளவு மாத்திரை உருட்டி வெயிலில் நன்றாக உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இம்மாத்திரையை மழைத் தண்ணீரில் இழைத்துண்டால் பெருவயிறு நீங்கும்.

II

"அகத்தியர் வைத்திய சிந்தாமணி" என்னும் நூலில் கூறப்படும் சில மருந்துகள் வருமாறு:

1. சூரணராசன்

மிளகு, மஞ்சள், முட்காவேளை,

நேர்வாளம், நொச்சிவேர், பொன்முசுட்டைவேர், ஓமம், சீரகம், கறுஞ்சீரகம், சாறணைவேர், கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய், சுக்கு, திப்பிலி, திப்பிலிமூலம், செவ்வியம், சித்திரமூலம், நிலவேம்பு, எவச்சாரம், இந்துப்பு, கல்லுப்பு, கறியுப்பு, வளையலுப்பு, வெடியுப்பு, வறட்சுண்டி, யானைத்திப்பிலி, புங்குவேர், கருணைக்கிழங்கு, இலவங்கம், ஆமணக்குவேர், மரமஞ்சள், சத்திச்சாரம், அதிவிடயம், குறிஞ்சாவேர் - சம அளவு.

முறைப்படி சரக்குகளைச் சுத்தம் செய்து சூரணித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தக்க அளவில் தக்க அனுபானங்களில் வழங்க மகோதரம், கவிசை, பிலீகம், பாண்டு, குன்மம், தலைநோய், சூலை, அசீரணம் முதலியன தீரும்.

2. கந்தகச் சூரணம்

கந்தகம்- 6 பலம்

சித்திரமூலம், கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய், வாய்விடங்கம், ஏலம், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, இலவங்கப்பட்டை, இலவங்கப் பத்திரி, சேராங்கொட்டை வகைக்கு 1 பலம்.

சரக்குகளைத் தூய்மைசெய்து இடித்துச் சலித்து சூரணித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அனுபானம்: நெய், தேன், வெண்ணெய், சர்க்கரை.

மகோதரம், மூத்திரக் கிரிச்சரம், குன்மம், குட்டம், முதலியன தீரும். உடல்பலம் உண்டாகும். தாது விருத்தியும் காய சித்தியும் உண்டாகும்.

3. சாறணைவேர்ச் சூரணம்

முற்றிய சாறணைவேரைக் கரணைகளாக நறுக்கிப் பசுவின்பால், வெள்ளாட்டுப் பாலில் தனித்தனியே மூழ்கும்படி விட்டு வேகவைத்து எடுக்க வேண்டும். இவ்விதம் 7 முறை செய்யச் சுத்தியாகும். பின் இதனை உலர்த்தி இடித்துச் சூரணித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அனுபானம்: வெல்லம், நெய்.

மகோதரம், பாண்டு, குன்மம், காசம், குட்டம், துன்மாங்கிசம் ஆகியவை நீங்கும்.

4. திப்பிலியாதிச் சூரணம்

திப்பிலி, மிளகு, சுக்கு, கடுகு, முத்தக்காசு, நெல்லிவற்றல், மஞ்சள், செவ்வியம் - சமஅளவு.

இவற்றை முறைப்படி சுத்தித்து சூரணித்துக் கொள்ளவேண்டும்.

அனுபானம்; நெய்.

கவிசை, பிலீகை, நீராமை, வெப்புப்பாவை, மகோதரம், குட்டம், காசம், சயம், குளிர் சுரம், சோகை, விக்கல், வாந்தி முதலியன தீரும்

5. இலசுனப்புட்டி

வெள்ளுள்ளி- 100 பலம் தோல் நீக்கி விழுதாய் அரைத்துக்கொள்ள வேண்டும். முள்ளி, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சாதிக்காய், திப்பிலிமூலம், சதகுப்பை, சித்திரமூலம், எவச்சாரம், சத்திச்சாரம், ஓமம், கழற்சி விரை, கல்லுப்பு, வெடியுப்பு, வளையலுப்பு, இந்துப்பு வகைக்கு 1 பலம்; கடுகு 1 உழக்கு, கறுப்பு எள் 1 உழக்கு, விளக்கெண்ணெய் 2 நாழி, நெய் 1/2 நாழி.

சரக்குகளைச் சுத்தித்துச் சூரணித்து விளக்கெண்ணெய், நெய், உள்ளி கற்கம் ஆகியவற்றுடன் கலந்து எரித்துக் கடுகு திரளும் பதத்தில் இறக்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

பெருவயிறு, குன்மம், சுவாசம், காசம் முதலியன தீரும்.

6. மகா இலசுனப்புட்டி

தோல் உரித்த வெள்ளுள்ளி 100 பலம் அரைத்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

நொச்சி, முட்காவேளை, பிரமி, முடக்கற்றான், விழுதி, குப்பைமேனி, பாவட்டை, சாறணை, ஆடாதோடை, அமுக்கரா, முருங்கை, ஆடுதீண்டாப்பாளை, பொன்னாவாரை, கொட்டைக் கரந்தை, சாறுவேளை, ஆட்டுப்பால் வகைக்கு 1 நாழி.

விளக்கெண்ணெய், பசுவின் நெய், எள்நெய் வகைக்கு 1 படி.

பசுநீர், தேங்காய்ப்பால், நாரத்தம்பழச்சாறு வகைக்கு 1 நாழி.

இவை அனைத்தையும் ஒன்று கலந்து பாகுபதத்தில் எரிக்க வேண்டும்.

வெங்காரம், வெண்கடுகு, கறுங்கடுகு, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சிற்றரத்தை, பேரரத்தை, படிகாரம், சதகுப்பை, செவ்வியம், கறியுப்பு, கல்லுப்பு, வெடியுப்பு, வளையலுப்பு, சத்திச்சாரம், கோஷ்டம்- வகைக்கு 1 பலம்.

இச்சரக்குகளைச் சுத்தித்துச் சூரணித்து மேற்படி பாலில் கலந்து கிளறி இறக்கிக் கொள்ள வேண்டும். இதனை ஒரு மண்டலம் தானியபுடம் வைத்து எடுக்க வேண்டும்.

அளவு: சிறு கடுக்காயளவு உருட்டிக் கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்கள்: வல்லை, நீராமை, மகோதரம்,சூலை, குன்மம், குட்டம், வாதம், கண்டமாலை, மூலம் முதலியன.

7. சூலைப் பிடாரம்

இஞ்சி, எலுமிச்சை, தும்மட்டிக்காய், நொச்சிச் சாறு வகைக்கு 1 படி.

இவற்றை எரித்துக் கால்பாகமாக வற்றச் செய்யவும். விளக்கெண்ணெய் 1/4 படி, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கொடிவேலிவேர், எவச்சாரம், வாய்விடங்கம், ஓமம், வெங்காரம், வளையலுப்பு, வெடியுப்பு, இந்துப்பு, கல்லுப்பு, கறியுப்பு, யானைத்திப்பிலி- வகைக்கு 1 பலம்.

இவற்றைச் சூரணித்துச் சாறு, எண்ணெய் இவற்றில் தூவி எரித்துப் பதத்தில் இறக்கி, அதில் சுத்தி செய்த நேர்வாளம் 1 பலம் சேர்த்துப் பிசைந்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்கள்: மகோதரம், நீராமை, பிலீகை, குன்மம், சூலை முதலியன.

8. மகாபிரசாத இலேகியம்

நவாச்சாரம், எவச்சாரம், கல்லுப்பு, சவுக்காரம், படிகாரம்- வகைக்கு 2 கழஞ்சு இந்துப்பு, கறுஞ்சீரகம், கடுகு, திப்பிலிமூலம், மிளகு, ஓமம், வாய்விடங்கம், விழலரிசி, வெட்பாலை அரிசி வகைக்கு 2 பலம்.

கற்கடகசிங்கி, சாதிக்காய், திப்பிலி, சிறுநாகப்பூ, தக்கோலம், சாறணைவேர், சிறுதேக்கு, மிளகரணை, கடுகுரோகணி, யானைத்திப்பிலி, வேலிப்பருத்தி வேர், நரிவிளா வேர்- வகைக்கு 1 பலம்.

நரளைவேர், அவுரி, நற்பாலைவேர், பேரரத்தை, நேர்வாளம், சாதிப்பத்திரி, பெருமரப் பட்டை, கஸ்தூரி மஞ்சள்- வகைக்கு 1./2 பலம் .

சுக்கு 5 பலம், கொடிவேலி 3 பலம், பெருங்காயம் 5 பலம்.

இவற்றை நன்றாக இடித்துப் பால் விட்டு அரைத்து வழித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

நத்தைச் சதை, கிளிஞ்சல் சதை, கறுங்கோழி சதை- வகைக்கு 2 படி.

இவற்றை ஒரு பாண்டத்தில் போட்டு அதில் நொச்சிக் குடிநீர் 6 படி, விளக்கெண்ணெய், வேப்பெண்ணெய், எள்நெய்- வகைக்கு 1 நாழி விட்டு, 1 நாள் முழுதும் வெயிலில் வைக்க வேண்டும். பின் கற்கம் சேர்த்து நீர்வற்றும் வரை அடுப்பில் வைத்துக் காய்ச்ச வேண்டும். பின் இறக்கி ஆறவைத்து எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்கள்: கவிசை, வெப்புப்பாவை, பிலீகை, குன்மம் நீங்கும்.

9. பஞ்சகவ்விய கிருதம்

கோமூத்திரம், தயிர், நெய், சாணநீர், பால் வகைக்கு 4 படி.

சதுரக் கள்ளி வேர்ப்பட்டை, சிறுநாகப்பூ, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, திப்பிலிமூலம், கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய்.

இச் சரக்குகளைப் பாலில் கற்கமாக அரைத்துக்கொண்டு பஞ்சகவ்வியத்தில் கலந்து எரித்துப் பதத்தில் வடித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்கள்: மகோதரம், வெப்புப் பாவை, சோபை, காமாலை, பாண்டு, உள்மாந்தம், மலக்கட்டு முதலியன.

10. கோடாகுளிகை

அரிதாரம், கௌரி, கந்தகம், இரசம், சாதிலிங்கம், நாபி, திப்பிலி, வெங்காரம், காந்தம், அதிவிடயம், நிர்விடம், சாத்திரபேதி, தான்றிக்காய், கொத்துமல்லி, சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, இருவி, நெல்லிமுள்ளி, இலவங்கம், கடுக்காய், வாய்விடங்கம், கோஷ்டம், கஸ்தூரி மஞ்சள், மிளகு, ஏலம், கடுகுரோகணி, அதிமதுரம், கடுகு, ஓமம், சீரகம், கறுஞ்சீரகம் -சம அளவு.

இவற்றைச் சுத்தி செய்து சூரணித்துக் கல்வத்தில் போட்டுக் கையான் சாற்றில் அரைத்து மிளகளவு உருட்டி, நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

வெல்லத்தில் வழங்கக் கவிசை என்னும் பெருவயிறு நீங்கும்.

11. கிருபையாதூரசம்

சுத்தித்த கந்தகம் 2 பலம்

சுத்தித்த இரசம் 1 பலம்

அயப்பற்பம் 1 1/2 பலம்

தாமிரப்பற்பம் 1 1/2 பலம்

இவற்றைக் கல்வத்திலிட்டுக் கொடிவேலிக்குடிநீரில் அரைத்து மொத்தையாகத் திரட்டி ஓர் இரும்புக் கிண்ணத்தில் கொட்டைக் கரந்தை இலை ஐந்தைப் பரப்பி அதன்மேல் வைத்து மேலும் அதே இலையை மேல்மூடி, 1 சாமம் சூரியபுடம் வைத்து எடுத்து, அவ்விலைகளுடனே கல்வத்தில் போட்டுக் கொடிவேலிக்குடிநீரால் அரைத்து வெயிலில் வைத்தெடுக்க வேண்டும்.

இவ்விதம் மூன்று முறை செய்து கொள்ள வேண்டும்.

இவ்வாறே பஞ்சலோகக் குடிநீரில் 5 முறை செய்ய வேண்டும்.

வெங்காரத்தைப் பொரித்துச் சுத்தி செய்து மேல் மருந்துக்குச் சமனாக 6 பலம் சேர்த்து ஆம்பல் சாறு விட்டு 50 தடவை ஓட்டி அரைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

திப்பிலி, வளையலுப்பு வகைக்கு 8 பலம், கொடிவேலிப்பட்டை, விதை நீக்கிய கடுக்காய் வகைக்கு 12 பலம், மிளகு 16 பலம்- இவற்றைப் பொடித்துச் சூரணமாக்கி எலுமிச்சம் பழச் சாறு கலந்து இலேகியமாகக் காய்ச்சி இம்மருந்தையும் மேல் மருந்தையும் மீண்டும் 50 தடவை அரைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இதனை மேலும் கடலைத் தண்ணீர் விட்டு 7 தடவை கெட்டியாக அரைத்து வெயிலில் காயவைத்து உலர்ந்தபின் எடுத்துப் பத்திரப் படுத்த வேண்டும்.

அளவு: பணவெடை.

அனுபானம்: புளித்தமோர் 2 பணவெடை.

பத்தியம்: நெய் சாதம்.

தீரும் நோய்: பிலீகை, மகோதரம், தொண்டை நோய்கள், தலை நோய், குன்மம், கிராணி, வாயுக்கட்டி முதலியன.

12. சுயமாக்கினி

இரசம் 1 பங்கு, நாபி 2 பங்கு, காந்தம் 6 பங்கு, கந்தகம் 8 பங்கு, அயப்பொடி 8 பங்கு.

இவற்றை முறைப்படி சுத்தி செய்து கற்றாழைச் சாற்றில் ஒரு நாள் அரைத்து வெண்கலப் பாத்திரத்தில் வைத்து வாயைப் மூடி வெயிலில் வைக்கப் புகைந்து பற்பமாகும்.

அளவு: பணவெடை.

அனுபானம்: தேன்.

தீரும் நோய்கள்: மகோதரம், வயிற்றில் உண்டாகும் கட்டி, வாய்வு, குன்மம், குட்டம், கிராணி, காமாலை முதலியன.

13. இலசுன ஏரண்டத் தைலம்

கற்றாழை, சித்திரமூலம், திருகுக்கள்ளி, ஆல், சிவதை, வேலிப்பருத்தி, நல்வேளை, காக்கணம் வேர், முடக்கற்றான் 10 பலம். தண்ணீர் 2 தூணி.

இவைகளை இடித்துச் சேர்த்துக் காய்ச்சி 1/8 ஆக வடிகட்டிக் கொள்ள வேண்டும்.

சாறணைவேர் 100 பலம் இடித்துத் தண்ணீர் 2 தூணி சேர்த்துக் காய்ச்சி 1 குறுணியாக ஆனதும் வடிகட்டிக் கொள்ள வேண்டும்.

வெள்ளுள்ளி 100 பலம், தண்ணீர் 1 தூணி சேர்த்துக் காய்ச்சி 1 குறுணியானதும் வடிகட்டிக் கொள்ள வேண்டும்.

பின் 3 வகைக் குடிநீரையும் ஒன்று கலந்து கொள்ள வேண்டும். அத்துடன் விளக்கெண்ணெய் 1 குறுணி, கள்ளிப்பால், தேங்காய்ப்பால் வகைக்கு 4 படி.

கற்கச் சரக்குகள்: நேர்வாளம் விதை 250, வெட்பாலையரிசி, செவ்வல்லிக் கொடி, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கொத்துமல்லி, சிறுதேக்கு, சதகுப்பை, விளாவரிசி, கற்கடகசிங்கி, கடுகுரோகணி, இந்துப்பு, எவச்சாரம், கல்லுப்பு, பொட்டிலுப்பு, செவ்வியம், யானைத்திப்பிலி, வெங்காரம், கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய், கறுஞ்சீரகம், படிகாரம், சத்திச்சாரம், வளையலுப்பு வகைக்கு 4 கழஞ்சு.

இவற்றைக் கற்கமாக அரைத்து முன் மருந்துகளுடன் கலந்து அடுப்பிலிட்டுக் காய்ச்சிப் பதத்தில் வடிகட்டிக் கொள்ள வேண்டும். ஆறியபின் தானியப்புடத்தில் வைத்து 40 நாள் சென்றபின் எடுத்துப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

தீரும் நோய்கள்: 3 கழஞ்சளவுக்கு உள்ளுக்கு அருந்த பெருவயிறு, மூல வாய்வு, பிலீகை, வெப்புப்பாவை, சூலைநோய், குன்மம், மலக்கட்டு, குடல் வாதம் ஆகியவை நீங்கும்.

மேற்பூச்சு மருந்துகள்

- வயிறு வீங்கிப் பெரிதாக இருப்பின் சரக்கொன்றைப்புளி, வெடியுப்பு, எலிப்புழுக்கை ஆகிய மூன்றையும் கூட்டி நீர்விட்டரைத்து வயிற்றின்மேல் பற்றிடலாம்.
- சரக்கொன்றைப்புளி, கடுகுரோகணி, எலிப்புழுக்கை ஆகியவற்றைக் கூட்டியரைத்து வயிற்றின் மேல் பற்றிடலாம். இதனால் மலமும் நீரும் கழிந்து, வயிற்றில் நிறைந்த காற்றும் வெளியாகும்.
- காரீயம் 1 பலம், இரசம் 1 பலம். இவ்விரண்டையும் முறைப்படித் தொந்தித்து அதனைக் கல்வத்தில் இட்டு வெடியுப்புத் திராவகம் விட்டரைத்து வில்லை தட்டி ஓட்டிலிட்டு மேலகல் மூடிச் சீலைமண் செய்து 50 வறட்டியில் புடமிட்டெடுக்க நல்ல சுண்ணமாகும். இதனைத் தண்ணீரில் குழப்பி வீக்கமாயுள்ள வயிறு, கை, கால்கள் இவற்றின் மேல் பூசிவர நீர்வடியும். சோபைப் பெருவயிறு, நீர்ப் பெருவயிறு நோய்களில் மேல்பூச்சாகப் பூசக் குணமாகும்.
- வெள்வங்கம் 1 பலம் எடுத்து உருக்கு முகத்தில் வெடியுப்பு 2 பலம் பொடித்துக் கிராசம் கொடுத்து வரச் சுண்ணமாகும். இதனைச் சிறுநீரில் குழப்பி வீக்கத்தில் பற்றிட நீர் வடிந்து, வீக்கம் வற்றும்.
- நீர்முள்ளி சுட்ட சாம்பல் 2 தோலா, வெடியுப்பு 1 தோலா, சரக்கொன்றைப்புளி 2 தோலா, வெள்ளரிவிதை 1 தோலா, வெங்காரம் 1/2 தோலா இவற்றை நீர்முள்ளி அல்லது நெருஞ்சில் சாறு தெளித்து, அரைத்துச் சிறிது சூடு செய்து பற்றிட நீர்ப்பெருவயிறு, கை, கால் வீக்கம் குணமாகும்.

உணவு

நீரைப் பெருக்கி, மலத்தை இளக்கிக் கழியச் செய்யும் உணவாதிகளைக் கொடுக்க வேண்டும். பார்லிக் கஞ்சி, நெற்பொரிக்கஞ்சி கொடுப்பது நன்று. வேண்டுமாயின் மணக்கத்தை அரிசி, அல்லது செங்குறுவை அரிசி இவற்றின் பொரிக் கஞ்சிகளைக் கொடுக்கலாம்.

வெள்ளரி வித்து, சுரை வித்து,முலாம்பழ வித்து, தர்ப்பூசணி வித்து இந்நான்கையும் ஓரளவாகக் கூட்டி அதில் ஒரு சிரங்கை அளவு நீரிலிட்டு ஊறியபின்னர் அம்மியிலிட்டு நெகிழ அரைத்துக் கஞ்சி காய்ச்சிக் கொடுக்கலாம்.

கீரை வகையில் முள்ளங்கிக் கீரை, தாளிக் கீரை, சோகிக் கீரை, மணத்தக்காளிக் கீரை, சீமைக் காசினிக் கீரை ஆகியவற்றுள் ஏதேனும் ஒன்றை மாற்றிமாற்றிக் கடைந்து கொடுக்கலாம்.

நோய் வன்மை குறைந்த பிறகு இருமுறை வடித்த சோற்றுடன் காய்கறி வகைகளும், மேற்கூறிய கீரை வகைகளும், முள்ளங்கி, வெண்டைப் பிஞ்சு, கத்தரி, பீர்க்கு, புடலை, முருங்கை போன்ற பிஞ்சுக் காய்களையும் கொடுக்கலாம்.

ஆதார நூல்கள்

1. யூகி முனிவர் வைத்திய சிந்தாமணி 800.
2. சித்த மருத்துவம் - பாகம் 1.
3. நோய் நாடல் நோய் முதல் நாடல் திரட்டு-பாகம் 1 & 2.
4. சித்த மருத்துவாங்க சுருக்கம்.
5. குணபாடம்-மூலிகை வகுப்பு.
6. சித்த வைத்தியத் திரட்டு.
7. அகத்தியர் வைத்திய இரத்தினச் சுருக்கம்.
8. தேரையர் மகா கரிசல்.
9. அகத்தியர் வைத்திய சிந்தாமணி - பாகம் 1 & 2.
10. ஆத்மரட்சாமிர்தம் என்னும் வைத்திய சார சங்கிரகம்.
11. வாத ரோக சிகிச்சை (சரபேந்திரர் வைத்திய முறை).
12. குன்ம ரோக சிகிச்சை (சரபேந்திரர் வைத்திய முறை).
13. மேகரோக நிவாரணி (சரபேந்திரர் வைத்திய முறை).
14. அனுபவ வைத்திய நவநீதம்.
15. தேரையர் யமக வெண்பா.
16. நோய்களுக்கு சித்த பரிகாரம் பகுதி 1 & 2.
17. புலிப்பாணி வைத்தியம் - 500.
18. சத சுலோகம்.
19. சதகநாடி.
20. அகத்தியர் குணவாகடம்.
21. சபாபதி கையேடு.
22. தேரன் சேகரப்பா.
23. பதினெண் சித்தர் அருளிய வைத்தியத்திறவுகோல்.

சொல்லடைவு

அக்கரகாரம் 36,73,104,253,291
அக்கரம் 179
அக்கினிச் சூரணம் 79
அக்குள் நாற்றம் 115
அகத்திக்கீரை 176
அகத்தியர் குழம்பு 12,52,178,330
அகத்தியர் வைத்திய சிந்தாமணி 71,296,335
அகத்தியர் வைத்திய சிந்தாமணி வெண்பா 4000 22
அகத்தியிலைச்சாறு 183,283
அகில் 296
அகில் கட்டை 126,291
அகில்பட்டை 300
அங்கூர் திராட்சை 12
அச்மரி 258
அசதி 227
அசமதா ஓமம் 297
அசீரணம் 16,75,335
அசுவகந்தி 234
அசோகு 111
அசோகுப் பட்டை 44
அட்ட சூரணம் 16,73
அட்டபைரவ மாத்திரை 11
அட்டாதி சூரணம் 15
அட்டுப்பு, 59,60,327
அடைக் குடிநீர் 266
அண்ட இளகம் 71
அண்ட ஓடு 17,184,288
அண்ட வாதம் 324,328
அண்டவாயு 279
அத்தி 111,248,299
அத்திசுரம் 294
அத்திப் பட்டை 74,126,210
அத்திப்பட்டைச்சாறு 233
அத்திப்பால் 121,281
அத்திப்பிஞ்சு 150,199,244,298
அத்திப்பூ 125
அத்தி மரப்பட்டை 131
அத்தியாதிக் குடிநீர் 131
அத்தியிலைச் சாறு 122
அதிதாகம் 152
அதிமதுரம் 12,36,37,104,123, 205,222,244,274,298,338
அதிமூத்திரம் 116,302
அதிவிடயச் சூரணம் 72
அதிவிடயம் 66,126,216,297,335
அந்தர கும்பகம் 302
அந்தரவாயு 324
அந்திமந்தி இலை 159
அப்பர் 1
அப்பிய மேகம் 91
அப்பிரகச் செந்தூரப் பாவனை 139
அப்பிரகச் செந்தூரம் 107
அப்பிரக நவநீதம் 117,
அப்பிரக லவணம் 142
அப்பிரகப்பற்பம் 106,115,122,291,323,326
அப்பிரகம் 48,199,292
அப்பைக் கிழங்கு 247
அபானன் 34
அபின் 46,112,332
அபினி 227
அம்பர் 291
அம்மான் பச்சரிசி 200,
அமளையரிசி 129
அமிர்தச் சர்க்கரை 244

அமிர்த சஞ்சீவி சூரணம் 250
அமிர்தாதி இலேகியம் 151
அமுக்கரா 36,111,291,337
அமுக்கரா இலேகியம் 17,219
அமுக்கராக் கிழங்கு 43,79,104,
107,192,218,232,279
அமுக்கரா சூரணம் 55,179,185,218,333
அமுக்கராத் தூள் 219
அமுக்கரா நெய் 219
அமுக்கரா விழுது 218
அமுக்கராக் கிழங்கு அமுக்கராச் சூரணம்
218
அமுக்கராவேர்ச்சாறு 57
அமுக்காரக் கிழங்கு 79,218
அமுத சர்க்கரை இலேகியம் 115
அமுரியுப்பு 54,331
அயக்காந்தச் செந்தூரம் 16,118,127
அயக்காந்தம் 20
அயச் செந்தூரம் 75,137
அயச்சம்பீர கற்பம் 322
அயத்தூள் 68
அயநாகப்பற்பம் 322,323
அயப் பற்பம் 176,278,322
அயப்பொடி 50,145,181,328
அய பிருங்கராஜ கற்பம் 322
அயம் 119,290
அயமெழுகு 181
அயவீரச் செந்தூரம் 15,75,321
அர்க்கட்சிரத் தைலம் 18
அரசம்பட்டை 126
அரசு 126,299
அரத்தை 250,289
அரத்தைக் குடிநீர் 19
அரப்பொடி 253
அரம் 115
அரளி 299
அரிகிரந்தி 212
அரிசி 81
அரிசி கழுவிய நீர் 44
அரிசித் திப்பிலி 51,202,215
அரிசித்திப்பிலிச் சூரணம் 204
அரிசி மா 132
அரித்திராப் பிரமியம் 169
அரிதாரம் 46,111,226,324
அருகன் தைலம் 20
அரையாப்பு 111,174
அரையாப்பு எண்ணெய் 214
அரையாப்புக் கட்டி 228
அரையாப்பு நெய் 213
அரையாப்புப் புண் 253
அரோசகம் 70,131
அல்குல் புற்று 215,224
அல்லிக்கிழங்கு 125
அல்லிவிரை 242
அவரைப்பிஞ்சு 161,303
அவுரி 253,338
அவுரியிலை 247
அவுரிவேர் 60,321
அழல் ஐயக் குன்மம் 27
அழல் ஐயப் பெருவயிறு 310
அழல் குன்ம எண்ணெய் 66
அழல் குன்மம் 26,66
அழல்சூலை 4,17
அழல் பெருவயிறு 309
அழவணவேர் 35
அழிகிரந்தி 178,189
அழிஞ்சிப்பட்டை 334
அழிஞ்சியாதிக் குடிநீர் 131
அழிஞ்சில் பட்டை 253
அழிஞ்சில் விதை 187
அழிஞ்சில் வேர்ப்பட்டை 41
அளகாதி இலேகியம் 206
அறுகம்புல் 266
அறுகன் வேர்க் குடிநீர் 175
அறுகன் வேர்ச் சாறு 252
அறுகன் வேர் நெய் 252
அறுகீரை 161
அறுகு 156
அன்னபேதி 20,53,239
அனல் நோய் 228
அனல் வெட்டை 270
அனுபோக வைத்திய நவநீதம் 215
அஸ்திசுரம் 250
அஸ்தி வெட்டை 251
ஆகாயத்தாமரைச் சாறு 119
ஆச்சிய கந்தி மேகம் 90
ஆசன கிரந்தி 120
ஆசன முறை 160

ஆட்டுக்கறி 161
ஆடாதோடை 39,253,298,337
ஆடாதோடைக்குடிநீர் 19
ஆடாதோடைச் சாறு 83
ஆடாதோடைவேர் 216
ஆடுதீண்டாப்பாளை 40,62,147,235,253,321
ஆடுதீண்டாப்பாளைச் சாறு 82,334
ஆடுதீண்டாப்பாளை எண்ணெய் 159
ஆடுதீண்டாப்பாளை எரிப்புச் சூரணம் 62
ஆடுதீண்டாப்பாளை வேர் 297
ஆடுதீண்டாப்பாளை வேர்ப்பட்டை 217
ஆத்தி 156,299
ஆத்திச் சாறு 82
ஆத்தியிலைச்சாறு 81,183
ஆத்மரட்சாமிர்தம் 241,286,305
ஆத்மரட்சாமிர்த வைத்திய சார சங்கிரகம் 123
ஆதண்டை வேர்ப்பட்டை 213
ஆதளை வேர் 247
ஆதிக்க மேகம் 94
ஆம்பல் சாறு 339
ஆமச்சூலை 5,15
ஆமணக்கிலைச்சாறு 85,183
ஆமணக்கு வேர் 43,335
ஆமலகத்தைலம் 54,178
ஆயில்பட்டை 216
ஆயில் மரப்பட்டை 64
ஆயில்யப் பட்டை 22
ஆரைக் கீரைச்சாறு 210
ஆரையிலை 128
ஆரையிலைச்சாறு 84
ஆல் 112,299,340
ஆலங்கொழுந்து 139
ஆலங்கொழுந்துச் சாறு 186
ஆலம்பால் 253
ஆலம் விழுது 83
ஆலம் விழுதுச்சாறு 144
ஆவரை 300
ஆவாரங் கொழுந்து 129
ஆவாரப் பஞ்சாங்கம் 107
ஆவாரம் செடி 134
ஆவாரம் இலைச் சாறு 148
ஆவாரம் கொழுந்து 128,
ஆவாரம் துளிர் 134
ஆவாரம் பட்டை 53,126,149,210
ஆவாரம் பூ 104,135
ஆவாரம் விதை 125,286
ஆவாரம் விதைச் சூரணம் 137
ஆவாரம் வேர் 151
ஆவாரம் வேர்ப்பட்டை 129,208
ஆவாரை 112,299
ஆவாரை இலை 71
ஆவாரை இலைச்சாறு 210
ஆவாரைக் குடிநீர் 147
ஆவாரைக் குடிநீரை 146
ஆவாரைக் கொழுந்து 207
ஆவாரைத் துளிர் 103
ஆவாரைப்பஞ்சகம் 141
ஆவாரைப் பஞ்சாங்கம் 112
ஆவாரைப்பட்டை 147
ஆவாரைப்பூ 147
ஆவாரையரிசி 127,242
ஆவாரையாதி உருண்டை 137
ஆவாரையாதிக் குடிநீர் 130
ஆவாரையிலை 135
ஆவாரை வித்து 103
ஆவாரை விரை 125
ஆவாரை வேர் 103
ஆவாரைவேர்ப் பட்டை 126,147,242
ஆவாரை வேர்ப்பட்டைச் சூரணம் 137
ஆவிரைக் கொழுந்து 136
ஆற்றுக் குமட்டிக் காய் 55
ஆற்றுத் தும்மட்டிக் காய் 40
ஆற்றுத் தும்மட்டிக் காய்ச் சாறு 76
ஆறுமுகச் செந்தூரம் 16,177,322
ஆனைக்கற்றாழை 266
இங்குலாதிச் சூரணம் 61
இசப்புக் கோல் விதை 231,267
இசப்புக்கோல் விதைத்தோல் 271
இஞ்சி 42,59,216,337
இஞ்சி இரசாயனம் 73
இஞ்சி இலேகியம் 17,81
இஞ்சி இளகம் 57
இஞ்சிச்சாறு 43,57,109,331
இடப்பாட்டீரல் நோய் 333
இடியாவாரை இலேகியம் 141
இடிவல்லாதி 15,53,178
இடிவல்லாதி மெழுகு 21,322

இந்துப்பாதி எண்ணெய் 65
இந்துப்பு 23,36,217,249,282,324
இந்துப்பு எவச்சாரம் 340
இந்துப்பு வெங்காரம் 331
இம்பூறல் 52
இம்பூறல்வேர் 109
இரசக் கந்தி மெழுகு 109
இரசக் கற்பூரம் 86,121,190,221,227,296
இரசக்கெந்தி மெழுகு 14,21,178
இரசச் செந்தூரம் 84,177,323,332
இரசத்தைல்ம் 175,189
இரசநஞ்சு 270
இரசப் பதங்கம் 84,118
இரசப் பற்பம் 15,45,120,186,224
இரசம் 45,119,174,189,293,322
இரசமெழுகு 14,78
இரசவங்கப் பற்பம் 138
இரசவேக்காடு 266
இரணமேகம் 178
இரத்த நீர் 280
இரத்தக் கிரிச்சரம் 277
இரத்தக் குன்மம் 27,
இரத்தப் பித்தம் 333
இரத்தப் பிரமியம் 172,213
இரத்த வாந்தி 155
இரத்த வெட்டை 230
இரத்தபேதி 111,270
இரத்தமேகம் 222,298
இரத்தவாதக் குன்மம் 27
இரத்தவாதப் பித்தக் குன்மம் 27
இராசசிலந்தி 195
இராசப்பிளவை 111,
இரும்புக் கிட்டப்பொடி 327
இரும்புக் கிட்டம் 266
இரும்புப் பொடி 104
இருமல் 9,56,122,180,285,324
இருவி 46,338
இருவேலி 126
இருவேலிவேர் 123
இரேணுகம் 104
இரேவல் சின்னி 273
இரைப்பு 180,333
இலகு வல்லாதி 226
இலசுன ஏரண்டத் தைலம் 340
இலசுனப்புட்டி 336
இலந்தை 157,248,299
இலந்தைப்பட்டை 126
இலவங்க இலேகியம் 104
இலவங்கச் சூரணம் 72
இலவங்கப் பட்டை
37,123,205,206,223,294,299,301,335
இலவங்கப்பட்டை 37,123,205,294,301,335
இலவங்கப்பத்திரி
43,123,202,205,290,297,335
இலவங்கம் 37,41,103,188,220,273,296,335
இலவங்காதி மாத்திரை 176
இலவு 300
இலிங்கக் கட்டுச் செந்தூரம் 76
இலிங்கச் செந்தூரம் 177
இலிங்கப்பற்பம் 279
இலிங்கப்புண் 283
இலிங்கப்புற்று 120,190,190
இலிங்கம் 44,127,189,279,329
இலிங்க மாத்திரை 148
இலுப்பை 22
இலுப்பை இலைச்சாறு 22
இலுப்பை நெய் 254
இலுப்பைக் கொழுந்து 198
இலுப்பைப்பட்டை 334
இலுப்பைப் பிண்ணாக்கு 182
இலுப்பைப்பூ 222,291
இள நீர் 94,208,282,291
இளநீராதி நெய் 230
இளைப்பு 8
இனிப்பு நீர் 87
இனிப்பு நீர்க் கட்டிகள் 97
இனிப்பு மேக நீர் 92
ஈச்ச மரம் 267
ஈசல் சூரணம் 155
ஈயத்தண்டின் சமூலம் 324
ஈரல்நோய்கள் 154
ஈருள்ளி 245,287
ஈருள்ளிச் சாறு 191,242,286
ஈருள்ளிப்பூண்டு 286
ஈளை 180,187,285,326
உக்காரச் சூலை 5,13,15
உகாவேர் 65
உச்சிப்பிளவை 120

உசிலம்பிசின் 208
உட்காங்கை 295
உட்சூடு 115,271
உட்டிணம் 180
உடம்பு எரிவு 252,274
உடல் இளைப்பு 298
உடல் எரிச்சல் 296
உடல் எரிவு 177
உடல் பலவீனம் 111
உடல் வீக்கம் 270
உண்ணு நீர் 280
உத்தமமா மேகம் 93
உத்தாமணிச்சாறு 12,212,215
உத்தாமணிவேர் 301
உத்தியானா 302
உதகமேகம் 95
உதரப் பெருவயிறு 317
உதர ரோகம் 305
உதரவாய்வு 329
உப்பில்லா பத்தியம் 14
உப்பிலாங்கொடிச் சாறு 119
உப்பு 56,113,334
உப்புச் சூரணம் 78
உப்புச் செந்தூரம் 49,
உப்புசம் 16
உப்பு நீர் 95
உருத்திர சடை 267
உருத்திராக்கம் 291
உலர்த்தின வெள்ளறுகு 220
உலர்த்துச்சூலை 6,10
உலர்ந்த ஆலிலை 132
உலர்ந்த திராட்சை 104
உலோக மண்டூரச் செந்தூரம் 327
உவர் உப்பு 282
உவர்மண் உப்பு 59,60
உழலை 291
உள் சூடு 269
உள்மாந்தம் 338
உள்வரட்சி 298
உள்ளழலை 267
உள்ளிப்பூண்டு 65,271
உள்ளுருக்கி 108,208
உளுந்தின் மா 120,191
உளுந்து 56,334
உளுந்துமா 44
உன்மாதம் 107,325
உஷ்ணவாயு 155
ஊசிக் கந்தகம் 68
ஊசிப்பாலை 274
ஊசிமல்லிகைச் சாறு 284
ஊதுகாமாலை 281
ஊமத்தைச் சாறு 49
ஊமத்தை விதை 127,137,224
ஊராம்பல் பெருவயிறு 312
ஊழலாற்றிப் பட்டை 37,234,334
எ.்குச் செந்தூரம் 81,322
எ.்குப் பொடி 81
எட்டிக்கனி இரசம் 85
எட்டிப்பட்டை 334
எட்டிவிதை 187
எரி குன்ம நெய் 66
எரிகுன்மம் 26,71,155
எரி குன்ம வாயுக் குடிநீர் 64
எரிவு 124
எருக்கஞ்சமூலச் சாறு 122
எருக்கம் பழுப்புச் சாறு 71
எருக்கம்பால் 53,121
எருக்கம் பிஞ்சு 247
எருக்கம்பூச்சாறு 69
எருக்கன்சாறு 49
எருக்கன் வேர் 113
எருக்கிலை 159
எருக்கிலைச்சாறு 85
எருமைத்தயிர் 208
எலிப்புழுக்கை 280,322
எலும்புருக்கி 205
எலுமிச்சம் பழச்சாறு 41,42,81,118,181,203,245,283,301
எலுமிச்சம் பழத் தோல் 237
எலுமிச்சம்பழம் 57,251,286
எலுமிச்சை 337
எவாச்சாரம் 55,71,216,296,335
எள் 56,223,232
எள்ளுச் செடி 277
எள்ளுப் பிண்ணாக்கு 124,135
எள்ளுப்பிண்ணாக்கு இலேகியம் 149
என்பு சுரம் 108,219,297
என்புருக்கி நோய் 115,121,204,219

என்புவெட்டை 220
ஏகமூலிகைச் சூரணம் 58
ஏப்பம் 292
ஏரங்கலரிசி 129
ஏரண்டத் தைலம் 65
ஏரண்டத்தெண்ணெய் 246
ஏரழிஞ்சில் 265,299
ஏலக்காய் 38,299
ஏலக்காய் வித்து 232
ஏலம் 47,104,175,192,273,297,330
ஏலரிசி 51,109,190,222,296,330
ஏலாதி குடிநீர் 76
ஏலாதி சூரணம் 16
ஏலாதி மாத்திரை 136
ஐந்துப்பு 55
ஐய அழல் சூலை 10
ஐயக் குன்மம் 26,
ஐயச்சூலை 5
ஐய நீர் 93
ஐயப் பெருவயிறு 309
ஐய வளி சூலை 10
ஒழுக்குப் பிரமியம் 169
ஓதி 127,248,299
ஓதியம்பட்டை 146,210,334
ஓமத்தூள் 230
ஓமம் 23,36,83,128,211,217,290,297329
ஓரிலைத் தாமரைச்சாறு 230,243,298,325
கக்கரிக்காய் 268
கச்சக்காய் 273
கச்சோலம் 208,296
கசகசா 150,189
கஞ்சா 157,253,268
கஞ்சா இலைச் சூரணம் 205
கட்டி 9,234
கட்டிப் பிரமியம் 167
கட்டு 180
கட்டுக் கொடி 129,268
கட்டுக் கொடி இலைச் சாறு 117
கட்டுக் கொடிக் கொழுந்து 134
கடம்பிலைச்சாறு 84
கடம்பு 299
கடல் தேங்காய்க் குடிநீர் 150
கடல்நுரை 324
கடலழிஞ்சில் 103,112
கடலழிஞ்சில் சத்து 149
கடலழிஞ்சில் பட்டை 130,131,208
கடலழிஞ்சில் பட்டை இலேகியம் 150
கடலிராஞ்சி 126
கடலிராஞ்சிப் பட்டை 124,126
கடலுப்பு 60,333
கடலை 268
கடலைப்பருப்பு 86,192,279
கடிவிடம் 116
கடுக்காய் 36,37,109,232,265,320,338
கடுக்காய்ச் சாறு 82
கடுக்காய்த் தூள் 290
கடுக்காய்த்தோல்
54,55,103,131,190,217,272,290,333,334
கடுக்காய்ப் பிஞ்சு 72
கடுக்காய்ப்பூ 232
கடுக்காய்ப்பூச் சூரணம் 72
கடுகு 35,127,297,330
கடுகுரோகணி 12,36,37,216,217,288,322,332
கடுகுரோகணி வடகம் 17
கடுப்பு 124,180
கண் புகைச்சல் 296
கண்காசம் 291
கண்டங்கத்தரி 62,192,301
கண்டங்கத்தரி இலேகியம் 16
கண்டங்கத்தரிச்சாறு 57
கண்டங்கத்தரிவேர் 43,175,250
கண்டத்திப்பிலி 59,62,202,217,219
கண்டமாலை 80,120,180,223,337
கண்டாசனம் 302
கண்டுபாரங்கி 55,232
கண்ணுசாமியம் 13,141,232
கண்ணோய் 281
கணப்பூண்டு 113
கணைச்சூடு 229
கத்தரி 156,342
கத்தரிக்காய் 67,228
கத்தரிப் பெருங்காய மருந்து 67
கத்தரிப்பிஞ்சு 161
கத்தரியிலை 270
கதலிக்கந்த கிருதம் 299
கதலி பழச்சாறு 246
கந்தக இரசாயனம் 86,179,192,279
கந்தகச் சுடர்த் தைலம் 58,180

கந்தகச் சூரணம் 297,335
கந்தகச் செந்தூரம் 85,279
கந்தகத் தைலம் 66,191
கந்தகப் பற்பம் 177,224
கந்தகம் 46,108,174,279,322,332
கந்தக மெழுகு 120,191,253
கந்தகரசாயனம் 250
கந்தி 279
கந்தி மெழுகு 109
கபக் கடின விரணத்தில் 182
கபக் கல்லடைப்பு 258,
கபகாசம் 292
கபசுரம் 325
கபநோய் 281
கப நீர்க்கட்டு 285
கபப் பிரமியம் 166
கப மூத்திரக் கிரிச்சரம் 261
கபமேக உஷ்ணத்திற்குக் 194
கபமேகப்பிணி 195
கப மேகம் 197
கபலலித விரணம் 182
கம்பிப்பிசின் 211
கம்மாறு வெற்றிலைச் சாறு 186
கமலாக்கினி 76
கமுகம் பாளைச் சாறு 81
கர்க்கடகசிங்கி 136
கர்ச்சாலையாதி இலேகியம் 205
கர்ச்சூரக்காய் 151
கர்ப்ப மேகநோய் 224
கரந்தைச் சூரணம் 249
கரந்தையிலைச் சாறு 181
கரப்பான் பண்டம் 183
கரப்பான் பிரமியம் 170
கரபாதச் சூலை 8,20
கரபாதசன்னி 122
கரளை 228
கரிசாலை 75,234
கரிசாலைக் குடிநீர் 13
கரிசாலைச் சாறு 83
கரிசிலாங்கண்ணி 232,279
கரிப்பான் குடிநீர் 290
கரியசீரகம் 198
கரியபோளம் 112
கரியுப்பு 36,327
கருங்காலி 113,300
கருங்காலிப்பட்டை 126,208,298
கருங்காலிப் பிசின் 113
கருடப்பச்சை 208
கருடன் கிழங்கு எண்ணெய் 13
கருடன் கிழங்குத் தைலம் 180
கருணைக்கிழங்கு 335
கருணையிலைச் சாறு 119
கருநாபி 46
கருப்பஞ்சாறு 82,230,278
கருப்பு 217,268
கரும்புச் சாறு 290,298
கருமேகம் 142,180
கருவங்கச் செந்தூரம் 118
கருவங்கப் பற்பம் 119
கருவங்கம் 301
கருவாப்பட்டை 273
கருவேல் 299
கல் பிரமியம் 170
கல் பெருவயிறு 310
கல்நார் 104,127,208,275
கல்நார் பற்பம் 196,236,285
கல்மதம் 103,208,290
கல்லடைப்பு 154,196,258
கல்லத்திப்பட்டை 288
கல்லால் சமூலச் சாறு 85,196
கல்லீரல் கட்டி 281
கல்லுப்பு 23,49,216,282,331,335
கல்லுப்புச் சுண்ணம் 76
கல்லுருவி இலைச் சாறு 155,158
கலியாண முருக்கு 268
கலியாணப் பூசணிக்காய் 176,268
கலைக்கொம்பு 243,244
கவிச்சி நீர் 95
கவிசை 183,323
கவிசைக்கட்டி 328
கவுசி 305
கவுதாரி 161
கவுரித்தும்பை 80
கவுரிவால் புல்சாறு 186
கவுஸ்பான் 121
கழற்கொடி 65
கழற்கொடிச் சாறு 334
கழற்சி 336

கழற்சி எண்ணெய் 12
கழற்சிக்காய் பருப்பு 64
கழற்சிக்கொடிக் கொழுந்து 64
கழற்சிப் பருப்பு 38,324
கழற்சி விரை 336
கழற்சி வேர் 12
கழிச்சல் 133,276
கழுநீர் 94
கள்ளிப்பால் 40,53,340
கள்ளிவேர்ப்பட்டை 37,38
களா இலைச்சாறு 84
களிப்பாக்கு 214
கற்கடகசிங்கி 73,208,220,294,295
கற்கோவை 269
கற்சுண்ணம் 284
கற்சூராதி சூரணம் 298
கற்பச்சூலை 7,15
கற்பாசி 269
கற்பூர சிலாசத்து 195,121,238,288
கற்பூர சிலாசத்துப் பற்பம் 15,195,196, 283
கற்பூரப் புல் 270
கற்பூரம் 104,249,297,331
கற்பூரவள்ளி 246
கற்பூரவள்ளிச் சாறு 85,210
கற்றாழஞ்சோறு 243,302
கற்றாழை 269,321
கற்றாழைக் கிழங்கு 252
கற்றாழைச்சாறு 48,279,295
கற்றாழைச்சோறு 269
கற்றாழை மணநீர் 91
கற்றாழை வேர் 266
கற்றாழை வேர்ச்சாறு 278
கறிமஞ்சள் 136,321
கறிமுள்ளி 268
கறியுப்பு 42,215,331
கறியுப்புச் செந்தூரம் 80
கறியுப்புப் பற்பம் 121,281
கறிவேப்பிலை 56,250
கறிவேப்பிலை இளகம் 72
கறிவேப்பிலைக் குடிநீர் 63
கறிவேப்பிலை சூரணம் 16
கறிவேப்பிலை வடகம் 17,56
கறிவேம்பு 113
கறுங்கடுகு 337
கறுங்காஞ்சொறி 113
கறுங்காலிப்பட்டை 129
கறுங்குட்டம், 223
கறுங்குறுவை அரிசிமா 134,
கறுங்குறுவையரிசி 124
கறுங்கொடி வேலிவேர் 12
கறுங்கோழிச் சூரணம் 76
கறுங்கோழி சதை 338
கறுஞ்சீரகம் 43,123,204,296,330,338
கறுநொச்சி 63,252
கறுநொச்சிக் குடிநீர் 63
கறுப்பு அப்பிரகம் 107
கறுப்பு ஊமத்தங்காய் விதை 187
கறுப்பு ஊமத்தங்காய் விதைக் குழித் தைலம் 186,
கறுப்பு எள் 336
கறுமேகம் 180
கறுவங்கச் சுண்ணம் 18,235
கறுவங்கச் செந்தூரம் 153
கறுவங்கப்பற்பம் 45,141,176
கறுவங்கம் 235,239,253
கறுவாப்பட்டை 228
கறுவேல் 126,248
கறுவேலம் பட்டை 116,131,216
கறுவேலம் பிசின் 116,127,208
கறுவேலம்பூ 132
கறைச்சூலை 6
கன்னப்புற்று 249
கஸ்தூரி 48,129,282
கஸ்தூரி கருப்பு 19
கஸ்தூரி மஞ்சள் 54,56,136,227,248,300,338
கஸ்தூரி மான்கொம்பு 291
கஸ்தூரிமஞ்சள் 56,248,300
காக்கட்டான் மாத்திரை 11
காக்கட்டான் வேராதிக் குடிநீர் 321
காக்கண வேர் 12,266,340
காக்கை வலி 155,285
காங்கை 195
காசம் 180,270,326
காசிரத்னம் 113
காசினி 303
காசினிவிரை 266,321
காசுக்கட்டி 125,127,242,248
காஞ்சொறி 113

காஞ்சொறிவேர் 265
காட்டாத்திப்பூ 83,202,295
காட்டாமணக்கு 253
காட்டாமணக்கு வேர் 12,47
காட்டு எள்ளு 36,268
காட்டுக் கொள்ளு 269
காட்டுக்கிராம்பு 269
காட்டு மல்லிகைச் சமூலச்சாறு 196
காட்டுமல்லிவேர் 103,116
காட்டு மிளகு 56
காட்டு முருங்கைப் பட்டை 40
காட்டு முள்ளங்கி 269
காட்டு வெங்காயம் 269
காட்டெருமைப்பால் 56
காடாக்கினி 76
காடி 43
காடை 161
காணான் சமூலச் சாறு 121,281
காதிரைச்சல் 326
காந்தச் செந்தூரம் 181,152,327,323
காந்தட்கிழங்கின் சாறு 45
காந்தப் பற்பம் 158,224,322
காந்தப் பொடி 47,324
காந்தம் 48,119,181,290,327
காந்தள் சமூலச்சாறு 278
காமாலை 84,109,181,274,321
காமாலைப் பெருவயிறு 316
காய்ச்சுக்கட்டி 190
காயம் 38,126,324
காயாம்பூச் செடி 269
கார்கோலரிசி 291
கார்போகரிசி 189
காரீயச் செந்தூரம் 137
காரீயப் பற்பம் 325
காரீயம் 125,341
காரையிலை 199
காரை விதை 187
கால்பிடிப்பு 156
காவிக்கல் 243
காவிக்கல் செந்தூரம் 80
காளமேகச் செந்தூரம் 80
காளமேக நாராயணச் செந்தூரம் 16,290
கிச்சிலிக் கிழங்கு 56,222
கிட்டம் அரப்பொடி 127
கிரந்தி 174,178,279
கிரந்திசூலை 175
கிரந்தி தகரம் 151,298
கிரந்தி நாயகம் 234,252
கிரந்திப்புண் 214
கிரந்தி விரணம் 221
கிராணி 79,155,208,328
கிராம்பு 52,109,224,289,330
கிரிச்சரப் பிரமியம் 169
கிருபையாதரசம் 339
கிருஷ்ணா அப்பிரகச் செந்தூரம் 136
கிருஷ்ணா அப்பிரகம் 106,144,326
கிளிஞ்சல் சதை 338
கிளிஞ்சல் பற்பம் 284
கிறுகிறுப்பு 78
கீடவேர் 157
கீரைத்தண்டு 187,270
கீல்வாயு 327
கீழ்க் கவிசைப் பெருவயிறு 313
கீழ்க்காய் நெல்லி 128
கீழ்நோக்குக் கால் 11,34,88,100
கீழாநெல்லி 14,113,157,193,266
கீழாநெல்லிக் கிருதம் 157
கீழாநெல்லிச்சாறு 210
கீழாநெல்லியிலை 286
கீழாநெல்லிவேர் 244
குக்கில் 215,300
குக்கில் தைலம் 18,21
குக்கில் நெய் 216
குக்கில் பற்பம் 22,285
குக்கில் வல்லாதி 216
குக்கில் வல்லாதி இலேகியம் 232
குக்கிலாதிச் சூரணம் 215
குக்குலாதி மாத்திரை 69
குங்கிலியச் சூரணம் 78
குங்கிலியத் தைலம் 20
குங்கிலியப் பற்பம் 15,177,292
குங்கிலியம் 69,104,292
குங்கிலிய வெண்ணெய் 110,180,295
குங்குமப்பூ 47,114,219,249,253,273
குங்குமப்பூ மாத்திரை 47
குட்டம் 109,177,297,335
குடசப்பாலை 114
குடைச்சல் 239

குணபாடம் தாது சீவ வகுப்பு 117,181
குணபாடம்-மூலிகை 111
குத்து 290
குந்தனத் தங்கத்தகடு 118
குந்திரிக்கம் 114
குப்பைமேனி 86,192,337
குப்பைமேனிச் சாறு 49,84,245,325,326
குப்பைமேனியிலை 245
கும்பகமில்லாத உச்சயினி 302
குமட்டி உப்பு 21
குமட்டி எண்ணெய் 37
குமட்டிக்காய் 83
குமட்டிக் காய்ச்சாறு 53,331
குமட்டிக் குழம்பு 12,53,331
குமட்டிக்காய் எண்ணெய் 65
குமட்டி சூரணம் 55
குமட்டி மெழுகு 15
குமரி 80,119
குமரிச்சாறு 80,121
குமரித்தைலம் 54,178
குமிழ்வேர் 298
குமிழாதிக் குடிநீர் 132
குருதிக் கழிச்சல் 113
குருதியழல் 115
குருவேர் 114
குரோசாணிஓமம் 42,54,123,175,250,252,265
குரோசாணிச் சூரணம் 203
குலமுட்டிப் பெருவயிறு 313
குழிகிரந்தி 178
குழிப்பட்ட விரணம் 190
குழிமீட்டான் கிழங்குச் சாறு 290
குளிர் சுரம் 336
குறட்டை 114
குறிஞ்சா இலை 288
குறிஞ்சாவேர் 335
குறுக்கத்திப்பூச்சாறு 176
குறுகுல் வேர்ப்பட்டைச்சாறு 278
குறுவேர் 208
குறை நோய் 116
குன்ம அனல் புண் 85
குன்மக் குடோரி இலேகியம் 16
குன்மக் குடோரி இளகம் 74
குன்மக் குடோரிக் கற்கம் 37
குன்மக் குடோரிப் பூண்டு 37,38
குன்மகுடோரி மெழுகு 21,55
குன்மச் சூலை 6,11,17
குன்மப் பெருவயிறு 316
குன்மம் 9,25,37,109,192,274,324
குன்றி 299
குன்றிமணி இலை 132
சூகைநீறு 56,123,230,232,246,274
கூர்மப் பெருவயிறு 317
கூழ்ப்பாண்ட இலேகியம் 251
கூழ்ப்பாண்டச் சாறு 251
கூழ்பாண்டக் கிருதம் 208
கூழ்ப்பாண்டச் சூரணம் 249,290
கெண்டை 305,
கெந்தி 121,192
கெருடப்பச்சை 127
கேசரி இலேகியம் 16,57
கேழ்வரகு 114
கைகால் காந்தல் 180
கைகாலெரிவு 177
கையாந்தகரை 39
கையான் 217,
கையான் இலை 198
கையான் சமூலம் 205
கையான்சாறு 198,208
கொங்குவேர் 301
கொங்கைக் குத்து 217
கொட்டிக்கிழங்கு 133
கொட்டியிலைச் சாறு 121,281
கொட்டைக் கரந்தை 40,205,242,337
கொட்டைக் கரந்தை இலை 339
கொட்டைக் கரந்தைச் சமூலம் 79
கொட்டைக் கரந்தைச் சாறு 46,334
கொட்டைக் கரந்தை வேர் 301
கொட்டைத் திராட்சை 36
கொட்டை முந்திரிகை 37
கொடிக்கள்ளி 232
கொடிக்கள்ளிச் சாறு 240
கொடிக்கள்ளிப்பால் 229,332
கொடி நாரத்தைச் சாறு 45
கொடி நாரத்தைப் பழச்சாறு 42
கொடி வேலிவேர் 65
கொடிப்பிரண்டைச் சாறு 66
கொடிவேலி 59,112,232,297,338
கொடிவேலி இலை 330

கொடிவேலி எண்ணெய் 252
கொடிவேலிச்சாறு 45
கொடிவேலிப்பட்டை 339
கொடிவேலியாதி சூரணம் 61
கொடிவேலி வேர்ச் சூரணம் 68
கொடிவேலி வேர்த்தோல் 62
கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை 36,38,136,213
கொடிவேலிவேர் 59,61,250,301
கொடிவேலிவேர்ப் பட்டை 40,202,217
கொடுப்பைச்சாறு 45
கொத்தவரைச் சாறு 117
கொத்துமல்லி 42,131,202,290,294,338
கொத்துமல்லி விதை 217,219,273
கொப்பரைத் தேங்காய் 187
கொம்புக் கள்ளி 36
கொம்புப்பாகலிலைச் சாறு 117
கொமண் வேர் 157
கொல்லன் கோவைக் கிழங்கு 247
கொல்லிவேர் 301
கொமுஞ்சிப் பட்டை 38
கொழுஞ்சி விதை 208
கொழுஞ்சி வேர் 288,
கொள்ளு 56
கொள்ளுக்காய்வேளை 232
கொள்ளுமா 44
கொறுக்குப்புண் 190
கொன்றை 112,300
கொன்றைக் கிருதம் 301
கொன்றைப் பட்டை 126,321
கொன்றைப்பூ 104
கொன்றையிலைச் சூரணம் 133
கொன்றைவேர் 55,65,103,301,333
கோங்கிலவம் பட்டை 255
கோங்கிலவம்பூச்சாறு 108,292
கோங்கு 301
கோடாசலக் குளிகை 157,302
கோடாசூரி மாத்திரை 11,46,175,323
கோதுமை 114
கோதுமைமா 44
கோபுரந்தாங்கி இலை 302
கோமூத்திரச் சிலாசத்து 122,284
கோரைக் கிழங்கு 37,103,131,201,216,290
கோரோசனை 47,122,219,291,330
கோரோசனைத் துகள் 330
கோரோசனை மாத்திரை 122
கோவை 114,184,279
கோவை இலை 302
கோவைச் சர்க்கரை 140
கோவைச் சாறு 195
கோவைத் தண்டு 289,321
கோவைத் தண்டுச் சாறு 121,288
கோவைத் தண்டு சூரணம் 133
கோவைப்பழவிதை 325
கோவையாதிக் கிருதம் 209
கோவையிலை 189,
கோவையிலைச் சாறு 200,
கோவைவேர் 301
கோழிக்கரு 280
கோழிக்காரம் 280
கோழிமுட்டை 71,244
கோழை கக்கல் 9
கோஷ்டம் 35,41,103,112,217,234,290,334
கௌசிகர் குழம்பு 12,53,110,179,332
கௌரி 332
கௌரி சிந்தாமணி 49
கௌரி சிந்தாமணி செந்தூரம் 108,177,293,328
சகதேவி 266
சகதேவித் தைலம் 295
சகல மேக ரசாயனம் 250
சங்கங்குப்பிச்சாறு 220
சங்கத்திராவகம் 189,278
சங்கம் வேர்ப்பட்டை 220
சங்கம்பட்டை 334
சங்கம்வேர் 233,301
சங்கன் 270
சங்கன் குப்பி 253
சங்கன்குப்பிச்சாறு 334
சங்கன் குப்பியிலை 220,234
சங்கன் வேர் 250,321
சங்கன் வேர்ப்பட்டை 202
சங்கனாதி இலேகியம் 205
சங்கனாதிச் சூரணம் 202
சங்கிலை 287
சங்கு 68,252,301
சங்குநீர் 75
சங்குப்பொடி 290
சங்கு பற்பம் 15, 53, 73

சங்கு பாடாணம் 80
சஞ்சீவி மாத்திரை 11,35
சடாமாஞ்சில் 150,217,285,334
சடாமாஞ்சில் தைலம் 18
சண்டமாருதக் குழம்பு 12
சண்டமாருதச் செந்தூரம் 6, 21
சண்டரசப் பற்பம் 48,177,327
சண்பகத் தைலம் 54,178
சண்பகத்தின் சாறு 181
சண்பகப்பூ 123,243,270
சண்பகமொக்கு 294
சத்தி (வாந்தி) குன்மம் 26,63
சத்திச் சாறணை 213,271
சத்திச் சாறணைக் கிழங்கு 77
சத்திச்சாரம் 53,217,335
சதக நாடி 10,257, 305
சதகுப்பை 36,123,175,294,336
சதாவேரி இரசாயனம் 203
சதாவேரிக் கிழங்கு 203,206
சதாவேரிக் கிழங்குச் சாறு 290
சதாவேரி நெய் 290
சதுரக் கள்ளி 60
சதுரக் கள்ளி வேர்ப்பட்டை 338
சதுரக் கள்ளிப்பால் 333
சதை நீர் 90
சதையடைப்பு 108,198,268,324
சந்தன அத்தர் 222
சந்தன ஊறல் நீர் 271
சந்தனக் குழம்பு 82
சந்தனக் குழம்புத் தெளிநீர் 196
சந்தனச் சூரணம் 249
சந்தனத்தூள் 56,104,202
சந்தனத்தைலம் 282
சந்தன நெய் 222
சந்தனப் பொடி 104
சந்தனம் 46,126,192,271
சந்தனாதிச் சூரணம் 222
சந்தனாதித்தைலம் 54,178
சந்நிபாதக் குன்மம் 34
சப்த வீராசனம் 302
சப்ஜாவிதை 231
சம்பாகோதுமை 161
சம்பா புழுங்கலரிசி 133
சயகுலாந்தகச் செந்தூரம் 16
சயகுலாந்தகம் 19
சயம் 56,177,180,285,333
சர்க்கரா 258
சர்வாங்க வாய்வு 239
சர்வாங்காசனம் 302
சரக்கொன்றைக் கொழுந்து 207
சரக்கொன்றை சமூலச்சாறு 279
சரக்கொன்றைப் பட்டை 130,216
சரக்கொன்றைப் புளி 265, 272,296,320, 322
சரக்கொன்றைப்பூ 140
சரக்கொன்றைப்பூக் குடிநீர் 151
சரக்கொன்றையிலை 133
சரபங்க வில்வாதி இலேகியம் 57
சரபேந்திரர் வைத்திய முறை 32
சரள தேவதாரு 300
சலப் பிரமியம் 168
சலப்பிரமேகம் 125,196
சலமஞ்சரி 13,290
சலோதாரி மணி 13,
சவ்வீரம் 17,75
சவர்க்காரம் 55
சவிரண மேகம் 92
சவுக்காரம் 59,217,337
சவுட்டுப்பு 70
சன்ன இலவங்கப் பட்டை 210,232,252
சன்னலவங்கம் 125
சன்னி 74,109,240,326
சன்னி (முக்குற்றக்) குன்மம் 26,28
சாணநீர் 338
சாணிநீர் 302
சாத்திரபேதி 66,198,289,298,338
சாத்திரபேதி 66,298
சாதிக்காய்
37,38,57,109,204,219,273,294,330,338
சாதிக்காய் இலேகியம் 185
சாதிப்பத்திரி
37,41,104,123,206,210,232,234,294,295,330
சாதிலிங்கப் பற்பம் 327
சாதிலிங்கம் 80,121,226,338
சாதுர்சாதம் 253
சாந்தர மேகம் 92
சாம்பிராணி 51,109,300,330
சாம்பிராணிப்பூ 47,330
சாம்பிராணிப்பூ பதங்கம் 51,109,330

சாமந்தி இலை 330
சாமந்திச் சாறு 117
சாமானிய அழல் குன்மம் 27
சாமானிய ஐயக் குன்மம் 27
சாமானிய வளி குன்மம் 27
சாமை 132
சாமையரிசி 129
சாயவேர்ப்பட்டை 213
சாரப் பருப்பு 52,109,228,230,330
சாலாமிசிரி 231,271
சாறணை 337
சாறணைக் கிழங்கு 217
சாறணை வேர் 23,36,38,61,83,335
சாறணை வேர்ச் சூரணம் 61,336
சாறுவேளை 337
சாறு வேளை வேர் 321
சிகிச்சா இரத்தின தீபம் 148
சிங்காரக்கிழங்கு 271
சிங்கி 81
சிங்கிச் செந்தூரம் 239
சித்த மருத்துவம் 103,322
சித்த வைத்தியத் திரட்டு 106,175,291,323
சித்த வைத்திய பதார்த்த குண விளக்கம் 149
சித்தபலாதித் தைலம் 299
சித்தாதி எண்ணெய் 12,37,333
சித்தாதித் தைலம் 180
சித்திரமூலச்சாறு 84,119,185
சித்திரமூலப் பட்டை 253
சித்திரப்பாலாடை 128,129
சித்திரமூலம் 81,250,297,335
சித்திரமூலவேர் 36
சித்திரமூலவேர்ப்பட்டை 43,192,212,279,333
சிம்மாசனம் 302
சிரங்கு 109,234
சிரசாசனம் 302
சில்லிக் கீரை 38
சிலாசத்து 206,275
சிலாசத்துப் பற்பம் 15,73,177,285,292
சிவகரந்தை வேர் 301
சிவதை 340
சிவதைச் சூரணம் 59
சிவந்திப்பூ 65
சிவதை வேர் 12,23,36,37,47,175,266
சிவப்புச் சந்தனம் 104
சிவப்பு நாயுருவி 145
சிவன் வேம்புப்பட்டை 334
சிவனார் அமிர்தம் 51,281
சிவனார் வேம்பு 148,220,212, 233,252
சிவனார்வேம்புக் குழித்தைலம் 233
சிவனார்வேம்புச் சமூலம் 202,220
சிற்றரத்தை 42,151,232,337
சிற்றரத்தையிலைச் சாறு 184
சிற்றாமணக்கிலை 18
சிற்றாமுட்டி 37,36,56,126,287
சிற்றாமுட்டிக் குடிநீர் 21
சிற்றாமுட்டிவேர் 43,252
சிற்றாமுட்டி வேர்த்தோல் 299
சிற்றிலைப்பாலாடை 241
சிற்றீச்சன் 267
சிற்றேலம் 296
சிறிய சீரகம் 157
சிறுகட்டுக்கொடியிலைச் சாறு 130
சிறுகண் நாகம் 83,183
சிறுகாஞ்சொறி 113
சிறுகாஞ்சொறி வேர்ப்பட்டை 220
சிறுகீரை 124,242,270,321
சிறுகீரையாதிக் குடிநீர் 321
சிறுகீரைவேர் 131,157,199,210,287
சிறுகுமிழ் வேர் 300
சிறுகுறிஞ்சான் 321
சிறு கூழ்ப்பாண்ட இலேகியம் 251
சிறுசெருப்படை 119
சிறுசெருப்படைச்சாறு 195
சிறுதும்பைச் சாறு 77
சிறுதேக்கு 36,37,125,151, 216,290,338
சிறுநாகப்பூ 55,104,149, 206,273,333
சிறுநீர் எரிச்சல் 112,255,255
சிறுநெருஞ்சி 275,273
சிறுநெருஞ்சிச் சாறு 193,281
சிறுபாவட்டைவேர் 201
சிறுபீளை 155,265
சிறுபீளைச் சமூலம் 275
சிறுபீளைச்சாறு 193,281,282
சிறுபீளைவேர் 266,287
சிறுபீளை வேர்ப்பட்டை 230,275
சிறுபுள்ளடி 129,244,276,301
சிறுபுள்ளடிச் சாறு 195

சிறுபூனைக்காலிச்சாறு 325
சிறுமுள் கத்தரி 67
சின்னி 253
சீத்தா இலை 159
சீதக்கழிச்சல் 267
சீதப் பிரமியம் 168,199
சீதபேதி 270
சீதவீரிய மூலிகை 177
சீதாப்பழ மரவிலைச் சாறு 184
சீதேவி 126
சீதேவி செங்கழுநீர் 287
சீதேவிச் செங்கழுநீர்ப் பூண்டு 183
சீதேவி செங்கழுநீர் வேர் 22
சீந்தில் 36,37, 112,287
சீந்தில் கிழங்கு 136,298
சீந்தில் குடிநீர் 230
சீந்தில் கொடி 145,216
சீந்தில் கொடிக் குடிநீர் 151
சீந்தில் கொடிவேர் 65
சீந்தில் சர்க்கரை 56,104,222
சீந்தில் தண்டு 36, 43,129,201,289
சீந்தில் பொடி 104
சீமைக் கல்நார் 237
சீமைக் காசினிக் கீரை 342
சீமைச் சதாவரிக் கிழங்கு 223
சீமைத் தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு 228,271
சீமைநீர்முள்ளி விதை 231
சீரக இளகம் 70
சீரகச் சூரணம் 203
சீரகம் 36,37,104,202,230,272
சீரகாதி இலேகியம் 16
சீரகாதி சூரணம் 16
சீராசெங்கழுநீர் 246
சீழ் இரத்தம் 125
சீழ் நீர் 90
சீழ்மேகம் 124,222
சீனம் 73,290
சீனாக் கற்கண்டு 129,203
சீனாக்காரம் 17,42,217,275
சுக்கிரம் 258
சுக்கிலப் பிரமியம் 200
சுக்கிலமேகம் 80,94,207,230
சுக்கு 12,35,61,253,104,183,273,324
சுக்குக் குடிநீர் 181
சுடர் தைலம் 85,191
சுடுதுரத்தி வேர் 252
சுண்டை வற்றல் 37
சுண்டைவேர் 216
சுண்ண மணநீர் 91
சுண்ணநீர் 234
சுண்ணாம்பு 111,190,287
சுத்த மேகம் 90
சுயமாக்கினி 340
சுயமாக்கினிச் செந்தூரம் 16,50,328
சுரச்சூலை 7
சுரப் பெருவயிறு 318
சுரப்புன்னை சமூலச்சாறு 279
சுரபுன்னைப்பட்டை 334
சுரபுன்னையிலைச் சாறு 85,196
சுரம் 9,107,187,327
சுர வெப்பம் 270
சுரவேகம் 270
சுரை 187
சுரைக் கீரை 271
சுரைக்கொடி 175,265,266,320
சுரையிலைச் சாறு 84
சுரை வித்து 342
சுரை விதைப்பருப்பு 228
சுவையின்மை 320
சுறாமீன் தலைக்கல் 288
சுனை நீர் 258
சூட்சும மேகத்தெண்ணெய் 211
சூடம் 74
சூடன் 282
சூதக்கருப்பு 84
சூதகக் கட்டு 15
சூதகச் சூலை 15
சூதகத்தடை 277
சூதகவாயு 15,75
சூதப்பற்பம் 236,237
சூதம் 143,234,235
சூரணராசன் 335
சூரத்துக் கடுக்காய் 40
சூரத்துக் கற்பூரம் 80
சூரைவித்து 324
சூரைவேர் 265
சூல் பெருவயிறு 315
சூலை 1,85,109,191,212,279,297,326,331

சூலைக் குடாரம் 13,46
சூலை குன்மம் 27,38
சூலை பூபதி மாத்திரை 13
சூலைநோய் 341
சூலைப் பிடாரம் 337
செங்கடுக்காய்த் தோல் 217
செங்கந்தாரி 321
செங்கந்தாரிப் பட்டை 220
செங்கந்தாரி வேர்ப்பட்டை 213
செங்கரும்பின் சாறு 278
செங்கல் கிட்டம் 321
செங்கழுநீர் 300
செங்கழுநீர்க் கிழங்கு 41, 79,291,298
செங்கழுநீர்ப்பூச்சாறு 108,292
செங்கிலுப்பைப் பட்டை 126
செங்கிளுவை 127
செங்கிளுவைப்பட்டை 128
செங்குறுவை 341
செஞ்சந்தனம் 208,300
செண்பகப்பூ 66,155,206,300
செண்பக மொக்கு 221
செந்தாமரை 287
செந்தொட்டி 126
செந்நாயுருவி 67
செப்பு நெருஞ்சில் 271
செப்பு நெருஞ்சில் இலைச்சாறு 239
செப்பு வன்னியிலைச் சாறு 119
செம்பணாத்தி 127
செம்பரத்தம் பூச்சாறு 213
செம்பரத்தை 271
செம்பருத்தி 274
செம்பருத்தி விரை 104
செம்பருத்திச் சாறு 80
செம்பருத்திப்பூ 51,268
செம்பருத்திப்பூச் சாறு 48
செம்பு 48,292
செம்புச் செந்தூரம் 181
செம்புப் பற்பம் 15,44,45
செம்பைச் சாறு 82
செம்முள்ளி 65
செரியாமை 179
செருப்படை 234
செருப்படைச்சாறு 334
செவ்வகத்திப்பூ 145
செவ்வந்தியிதழ் 104
செவ்வல்லிக் கொடி 289,300
செவ்வியம் 38,69,216,232,297,335
செவ்விளநீர் 295
செவ்விளநீர் உப்பு 294
சேங்கொட்டை 54,192
சேங்கொட்டை இளகம் 15
சேராங்கொட்டை 156,174,212,279,334
சேராங்கொட்டை இலேகியம் 206
சேராங்கொட்டைக் குழித்தைலம் 203
சேராங் கொட்டை நெய் 322
சொட்டு நீர் 258
சொட்டு மூத்திரம் 302
சொட்டுநீர் 268
சொர்ணவங்கச் செந்தூரம் 239
சொர்ணாப்பிரகச் செந்தூரம் 118
சொறி 109,192,302
சொறிகிரந்தி 190,177
சோகி 289
சோகிக் கீரை 342
சோகை 251,274,328
சோணிதவாதம் 297
சோபம் 132
சோபனுப்பு 73
சோபை 83,153,181,269,321
சோபைப் பெருவயிறு 316
சோம்பு 37,42,175,219,265,320
சோம்புக் குடிநீர் 58,181
சோம்புச் சூரணம் 203
சோற்றுக் கற்றாழை 156,279
சோற்றுக் கற்றாழைச் சாறு 296
சோற்றுப்பு 55,59,156,282
சோற்றுப்புச் செந்தூரம் 49
சௌபாக்கிய சுண்டி 75
தக்காளி 303
தக்கோலம் 72,104,232,296,338
தங்க உரம் 184
தங்கச் செந்தூரம் 119,322,323
தங்கப் பற்பம் 224
தங்கம் 119,174,334
தங்கம் அரப்பொடி 237
தங்கரேக்கு 48,50,239
தசையடைப்பு 193
தடிப்புப் புண்கள் 189

தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு
59,83,104,115,230,250,298
தண்ணீர் விட்டான் கிழங்குச் சாறு,
230,245,278,291
தண்ணீர் விட்டான் கிழங்குச் சூரணம் 203
தண்ணீர் விட்டான் நெய் 175
தந்திப் பிரமியம் 213
தந்திமேகம் 80,163,203,222
தமரகவாயு 174
தர்ப்பூசணி வித்து 342
தரைக்கொடி 272
தலைச்சுருளி 248
தலைச்சுருளி வேர்ப்பட்டை 220
தலைசுற்றல் 299
தலைநோய் 334,339
தலையிடிப்பு 326
தலைவலி 270
தழுதாழை 156
தழுதாழை இலைச் சாறு 200
தனியா 75,232
தாகம் 102,292
தாது இழப்பு 231
தாதுக்குறைவு 111
தாது நட்டம் 298
தாதுவலிமை 228
தாதுவிருத்தி 227
தாபச்சுரம் 291
தாம்பிர அரப்பொடி 237
தாம்பிரச் செந்தூரம் 50,329
தாம்பிரப் பற்பம் 46,176
தாம்பிரப்பொடி 69
தாமரை 156
தாமரைக் கிழங்கு 249
தாமரைக் கிழங்குப் பொடி 271
தாமரைக்கிழங்கு 250
தாமரைத்தாது 298
தாமரைப் பூச்சாறு 108,292
தாமரைப்பூமொட்டு 104
தாமரை மகரந்தம் 291
தாமரையிலைச்சாறு 181
தாமரை வளையச் சாறு 210,298
தாமரைவளையம் 123,208,291,296
தாமிரச் செந்தூரம் 15
தாமிரப் பற்பம் 73,339
தாய்ப்பால் 243,291
தாழம் விழுதுச் சாறு 153
தாழை 156
தாழை விழுது 251
தாழை விழுதுச்சாறு 294,295
தாழை விழுது நீர் 298
தாழையுப்பு 53,156
தாளகக் கருப்பு 19
தாளகச் செந்தூரம் 280
தாளகப்பற்பம் 280
தாளகம் 23,44,215,302,332
தாளிக்கீரை 303,342
தாளிசச் சூரணம் 156
தாளிசப்பத்திரி 73,123,219,232,250,296,300
தாளிசம் 57,294
தாளிசாதி சூரணம் 19,56,179,294
தாளிசாதி வடகம் 17,19
தான்றி 156
தான்றிக்காய் 36,41,109,232,234,265,294,321
தான்றிக்காய்த் தோல் 201,131
தான்றித்தோல் 217
தான்றித் தோல் சூரணம் 225
திப்பிலி 23,36, 37,104,188,273,291,324
திப்பிலிக்கட்டை 294
திப்பிலி மூலம்
22,55,72,151,249,250,289,297,335
திப்பிலியாதிச் சூரணம் 336
திமிர் 197
திமிர்வாதம் 215,297,333
திமிர்வாயு 274
திராட்சாதி குடிநீர் 20
திராட்சாதி சூரணம் 56
திராட்சை 56,298
திராட்சைப்பழம் 222,271
திரிகடுகு 12,46,123,175, 192,273,279,324
திரிகடுகு சூரணம் 16,51
திரிகடுகுத்தூள் 50,328
திரிகண்ட முனிவர் 27
திரிசாதம் 128,246
திரிதோடக் குன்மம் 27
திரிபலா 132,192,279
திரிபலாதிக் குடிநீர் 132
திரிபலை 12,46,123,249,290
திரிலோகச் செந்தூரம் 119

திருகுக் கள்ளி வேர்ப்பட்டை 43,77
திருகுக்கள்ளிப் பால் 80
திருகுக்கள்ளி 340
திருநீற்றுப் பச்சை 147
திருமூலர் 28
திருமூலர் நாடி 10
திருவாத்தி சமூலச்சாறு 85,193,279
தில்லைச் செடி 112
தினையரிசி 133
தீபாக்கினி சூரணம் 55,59
துடரி 129
துத்தநாகம் 67
துத்தம் 221
துத்தி 126,271
துத்தி விதை 208,228
தும்பை 80,157,302
தும்பை இலை 199,330
தும்மட்டி 114
தும்மட்டிக்காய் 337
தும்மல் 292
துருசு 17,51,215,268,329
துருசு செந்தூரம் 51,329
துவரை இலைச்சாறு 84,183
துளசி 62,121,192,246
துளசி இலைச்சாறு 201
துளசிச் சாறு, 36,45,80
துளசியிலை 211
துளசி விதை 187
துன்மாங்கிச அடைப்பு 284
துன்மாங்கிசம் 290,336
தூது பிரமியம் 170
தூதுவளம்பூ 251
தூதுவளை 301
தூதுவளை இலேகியம் 251
தூதுவளை நெய் 180
தூதுளம்பூ, 206
தூதுளம்வேர் 126
தூதுளைச் சமூலச் சாறு 122
தூதுளைச் சமூலம் 202
தூதுளைச்சாறு 210
தூரச்சூலை 8,23
தெங்கம் பாளை 71
தெங்கினுப்பு 53
தென்னங்குடுக்கைக்கரி 332
தென்னம்பாளை 124
தென்னம்பூ 251
தென்னம்பூச்சாறு 294,295
தென்னை 156,272
தேக்கிலைச்சாறு 45
தேக்குப்பூச்சாறு 45
தேக எரிவு 291
தேக வெப்பம் 155
தேகவறட்சி 251
தேங்காய் உருண்டை 70
தேங்காய்க் குழம்பு 52
தேங்காய் தனிப்பால் 229
தேங்காய்ப் பால் 52,204,209,288,340
தேங்காய்ப்பால் இளகம் 228
தேங்காய்ப்பால் நெய் 229
தேங்காய்ப் புட்டடை 197
தேத்தாங் கொட்டை 300
தேமல் 197
தேரன் 106
தேரன் மருத்துவ பாரதம் 82
தேரையர் மகா கரிசல் 155
தேவகந்தச்சாறு 295
தேவதாரம் 126,208
தேவதாரு 104
தேவதாரு இலைச்சாறு 85
தேவாரம் 1
தேற்றான் 115,200
தேற்றான் இலேகியம் 17,104
தேற்றான் இளகம் 230
தேற்றான் கொட்டை 126,175
தேற்றான் கொட்டைச் சீவல் 131,136
தேற்றான் சீவல் 134
தேற்றான் மாத்திரை 207
தேற்றான் விதை 103,208,230
தேற்றான் விதைச் சீவல் 202
தேற்றான் விரை 129
தேன் நீர் 95
தைத்திய மேகம் 96
தைலக்கால் 275
தொட்டான் சிணுங்கி 115
தொடரியிலைக் கொழுந்து 135
தொடை வாழை 177,213,249
தொண்டை நோய்கள் 339
தொந்தப் பிரமியம் 167

தொற்று நோய் 157
தோடம் 179
தோல்வறட்சி 282
நச்சுப் பெருவயிறு 315
நடுக்குவாதம் 215,297
நண்டுக்கல் 275
நண்டுக்கல் பற்பம் 15,196,284
நண்ணுநீர் 280
நத்தைச் சதை 68,338
நத்தைச்சூரி வேர் 215
நந்தி மெழுகு 21
நந்தி மை 14,54,178,322
நரசிங்க இரசாயனம் 59
நரசிம்ம இளகம் 223
நரம்பு பலவீனம் 236
நரம்புத் தளர்ச்சி 111,263
நரளைவேர் 338
நரிவிளா வேர் 338
நரிவெங்காயம் 269
நல்வேளை 340
நல்வேளைச் சமூலம் 207
நவஉப்பு மெழுகு 12,54,178,331
நவக்கிரகப் பூபதி 48,324
நவமூலம் 254
நவலோகபூபதி 13
நவாச்சார எண்ணெய் 282
நவாச்சாரக் குழம்பு 12,281,332
நவாச்சாரச் சுண்ணம் 17
நவாச்சாரப் பற்பம் 67
நவாச்சாரம் 17,36,39,42,145,276,321
நவாச்சார மெழுகு 14
நமுவைப் பெருவயிறு 311
நற்சீரகம் 56,123,204,219,281,288
நற்பாலைவேர் 338
நறுந்தாளிக் கீரை 146
நறுமாமரச் சமூலச் சாறு 85,279
நறுவிலிக் கொழுந்து 134
நன்னாரி 115,266,321
நன்னாரி மணப்பாகு 110,180
நன்னாரி வேர் 78104,206,208,272
நன்னாரி வேர்ப் பட்டை 110
நன்னாரி வேர்ப்பட்டைச் சூரணம் 15
நாகச் செந்தூரம் 50,177,329
நாகப்பற்பம் 79,182,237,278
நாகம் 79,182,278
நாகமல்லியிலைச்சாறு 82,236
நாட்டுக் கல்நார் 236
நாட்டு நவாச்சாரம் 332
நாட்டு நீர்முள்ளி விதை 228
நாட்டு வெங்காரம் 227
நாட்டெட்டிக்கனி இரசம் 279
நாடி சோதனா பிராணயாமம் 302
நாபி 46,148,292,330
நாபிக் கிழங்கு 112
நாயுருவி 50,272
நாயுருவி இலை 201
நாயுருவி உப்பாதிக் குழம்பு 53
நாயுருவி உப்பு 53
நாரத்தங்காய் 40
நாயுருவி வேர்ப்பட்டை 230
நாயுருவிவேர் 245
நாரத்தம் பழச்சாறு 41,44
நாரத்தை 199
நாரத்தை இலேகியம் 57
நாரத்தை வேர் 301
நாரத்தையிலை 246
நாராயண மண்டூரம் 83
நாவல் 112,248,287
நாவல் மரப்பட்டை 131
நாவல்பட்டை 126,
நாவல்பட்டைச் சாறு 145
நாவல் பொடி 104
நாவற்கொட்டை 103
நாவற்கொட்டை மாத்திரை 146
நாவற்பட்டை 130,210
நாவற்பட்டைச் சாறு 82
நாவறட்சி 102
நாறு தந்தப் பிரமியம் 168
நிதம்பச் சூலை 6,15,21
நிமிளை 48,292,338
நிலக்கடம்பின்வேர் 266
நிலக்கடம்பு 272
நிலக்குமிழ் சர்க்கரை 140
நிலக்குமிழ் பட்டை 210
நிலக்குமிழ் வேர் 56
நிலக்குமிழ் வேர்ப்பட்டை 132
நிலக்குமிழியிலை 246
நிலப்பனை 157,232,302

நிலப்பனைக் கிழங்கு
59,129,201,249,289,296
நிலப்பனைக் கிழங்குச் சாறு 84,185
நிலப்பனைக்கிழங்கு 59,249,289
நிலவாகைச் சூரணம் 59
நிலவாகைப்பட்டை 212
நிலவாகை வேர் 65,252
நிலவிளாப்பட்டை 334
நிலவேம்பு 83,296,335
நிலாவாரை 36
நிலாவாரையிலை 325
நிலாவாரை விதை 187
நீச்சப் பிரமியம் 171
நீர் எரிச்சல் 15,104,177,267,282
நீர் எரிவு 281
நீர்க்கட்டு 15,156,177,189,258,321
நீர்க்கடம்பின் வேர் 265
நீர்க்கடம்பு 156,266
நீர்க்கடம்பு குடிநீர் 302
நீர்க்கடுப்பு 110,177,222,260
நீர்க்கிரிச்சரங்கள் 163,257,271,291
நீர்க்குத்து 284
நீர்க்குறி எரிச்சல் 284
நீர்ச்சிறுப்பு 124,246
நீர்ச்சுண்டி கறுஞ்சூரை 129
நீர்ச் சுண்டியிலை 134
நீர்ச்சுரப்பு 275
நீர்ச்சுருக்கு 180,234,258,260,294,295
நீர்ப்பலா 299
நீர்ப்பிரமி 266,272
நீர்ப்பீனிசம் 283
நீர்ப்புழை எரிச்சல் 266
நீர்ப்புழை வெடிப்பு 278
நீர்ப்பூலா 129,272
நீர்ப்பூலா வேர் 199
நீர்ப்பூலாக் கொழுந்து 247
நீர்ப்பெருக்கல் நோய் 263
நீர்ப்பெருக்கு 115,121
நீர்ப்பெருவயிறு 274,318
நீர்ப்பை அழலை 222
நீர்ப்பைத் தாபிதம் 263
நீர்முள்ளி 62,124,250,265,296,320
நீர்முள்ளிக் குடிநீர் 296,320,321
நீர்முள்ளிச்சாறு 193,276
நீர்முள்ளி சமூலம் 321
நீர்முள்ளி சுட்ட சாம்பல் 341
நீர்முள்ளிப் பூ 103,104
நீர்முள்ளியிலை 124,247
நீர்முள்ளி விதை 208,
நீர்முள்ளி விரை 104
நீர்மேல்நெருப்பு 4,58,247
நீர்வேட்கை 10,104,113,274
நீரடங்கல் 261
நீரடிமுத்து 84,189
நீரடைப்பு 15,189,196,258,264,324
நீரருக்கல் 223,260,268
நீரருகல் நோய் 263
நீராகாரம் 198
நீராம்பல் 282,305
நீராம்பல் பெருவயிறு 312
நீராமை 305
நீரிழிவு 8,87,163,257,291,327
நீரிழிவுக் குடிநீர் 156
நீரிழிவுச் சூரணம் 141
நீரினை அருக்கல் நோய் 257
நீரினைச் சுருக்கல் 163
நீரினைப் பெருக்கல் நோய் 257
நீரெரிச்சல் 196
நீரெரிவு 193,293
நீரேற்றம் 270
நீலோற்பலச் சாறு 117
நுணா 22,252
நுணாக் காய் கிரந்தி 180,
நுணாவிலை 234
நுணா வேர்ப்பட்டை 212
நுனிமஞ்சள் 216
நெஞ்செரிச்சல் 78
நெஞ்செரிவு 73
நெட்டியிலை 137
நெய்ச்சுட்டி 266
நெய்ச்சுட்டிவேர் 131
நெய்தல் 222
நெய்தல் கிழங்கிலை 137
நெய்தல் கிழங்கு 56,116,222,296
நெய்மண நீர் 89
நெய் முள்ளிச்சாறு 281
நெருஞ்சி 296
நெருஞ்சிக்காய் 206

நெருஞ்சிச்சாறு 230
நெருஞ்சி சமூலம் 71,273,321
நெருஞ்சி முள் 223
நெருஞ்சில் 56, 59,175,265,320
நெருஞ்சில் இலேகியம் 273
நெருஞ்சில் சமன் 126
நெருஞ்சில் சமூலச்சாறு 119
நெருஞ்சில் சாறு 57
நெருஞ்சில் வேர் 287,298
நெருஞ்சி வேர் 124,199
நெல்லி 299
நெல்லிக்காய் 39,109,244,265,321
நெல்லிக்காய் இலேகியம் 17,274
நெல்லிக்காய் இளகம் 72
நெல்லிக்காய் கந்தகம் 66,136,215
நெல்லிக்காய், 232
நெல்லிக்காய்க் கந்தகம் 203,
நெல்லிக்காய்ச் சாறு 83,139,290
நெல்லிப்பருப்பு 77,128,296
நெல்லிமுள்ளி 76,123,201,222,294,338
நெல்லிமுள்ளிக் குடிநீர் 201
நெல்லியிலைச்சாறு 278
நெல்லிவற்றல், 36,38,232,249,296,320
நெல்லிவற்றல் சூரணம் 133
நெற்பொரி 38,63,104,244,290
நெற்பொரிக்கஞ்சி 341
நெற்பொரியாதிக் குடிநீர் 63
நேர்வாளப் பருப்பு 209
நேர்வாளம் 46,324
நொச்சி 40,337
நொச்சிக் குடிநீர் 338
நொச்சிச்சாறு 46,331,337
நொச்சியிலை 18
நொச்சியிலைச்சாறு 326
நொச்சிவேர் 335
நோய்களுக்குச் சித்த பரிகாரம் 71
பக்கக் கவிசைப் பெருவயிறு 314
பக்கச்சூலை 7,8,13,17,19,155
பக்கப் பிளவை 111,120
பக்கப் பெருவயிறு 322
பக்கவாதம் 239
பகந்திரம் 263
பங்கம்பாளை 126
பச்சிலை 104,208
பச்சை எருவை 111
பச்சைக் கடலை 219
பச்சைக் கடுக்காய் 333
பச்சைக் கற்பூரச் சூரணம் 75
பச்சைக் கற்பூரம் 48,75,108,219,291
பச்சைக் கற்பூர வைப்பு 282
பச்சைக் கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை 247,
பச்சை நெல்லுமி 287
பச்சைப் புளியம் பட்டை 212
பச்சைப்பயறு 38, 63
பச்சைப்புனுகு 300
பச்சை விடதாரி 84
பசரையிலைச் சாறு 119
பசலைக்கீரை 270,303
பசியின்மை 197
பசு மூங்கில் 117
பசுமஞ்சள் சாறு 119,123
பசுமண நீர் 90
பஞ்சகவ்விய கிருதம் 338
பஞ்ச சர்க்கரை 140
பஞ்சசூத மெழுகு 15,239
பஞ்ச தீபாக்கினி இலேகியம் 16
பஞ்ச தீபாக்கினி சூரணம் 16,179
பஞ்சபாடாணச் செந்தூரம் 16,121
பஞ்சபாடாணச் செந்தூரம் 86,192
பஞ்சபாணச் செந்தூரம் 80
பஞ்சபாணப் பற்பம் 238
பஞ்சபாண மாத்திரை 77
பஞ்சபூதச் செந்தூரம் 238
பஞ்சலவணச் சூரணம் 60,282
பஞ்சலவணப் பற்பம் 15,49
பஞ்சலவணம் 79
பஞ்சலோகக் குடிநீர் 339
பட்சிமோத்தாசனம் 302
பட்டுக்கருப்பு 21
படிக வெங்காரப் பற்பம் 293
படிகாரப்பற்பம் 15,193,277,281
படிகாரம் 77,185,293,324
படை 234
பண்ணையிலைச்சாறு 84
பத்ரகோணாசனம் 302
பதார்த்த குண விளக்கம் (தாதுவர்க்கம்) 152
பதினெண் சித்தர் அருளிய வைத்தியத்

திறவு கோல் 78
பயித்தியம் 328
பருக்கட்டி 195
பருத்தி 121,192
பருத்திக்காய்ச் சாறு 208,213
பருத்திக் கொட்டை 150,200
பருத்திக் கொட்டைப் பருப்பு 130,
பருத்திக் கொட்டைப் பால் படி 244
பருத்திச் செடி சமூலம் 289
பருத்திப்பால் 204
பருத்தியிலைச் சாறு 210,
பருத்திவிதை 204
பருத்தி விதைப்பருப்பு 78,134
பருத்தி விதைப்பால் 245
பருப்புக் கீரை 270
பல்லிப்பூண்டு 155
பல்வலி 326
பலகறைச் செந்தூரம் 323
பலகறை 68,288
பலகறைப் பற்பம் 196, 197
பலாக்கொட்டை 187
பலாவேர் 301
பவழப் பற்பம் 118,127,194,195,246,283,285
பவழம் 48,143,157,174,292,334
பவுத்திரம், 223,238
பழம் பாசிச் சாறு 245
பழுக் கவிசைப் பெருவயிறு 314
பளிங்கு நீர் 92
பற்பாடகம் 37,266
பறங்கிச் சக்கை 86,151,175,192,232,272
பறங்கிச் சக்கைத்தூள் 276
பறங்கிச் சாம்பிராணி 114
பறங்கிப் பட்டை 54,78,116,174,188,298,334
பறங்கிப் பட்டை இலேகியம் 203
பறங்கிப்பட்டை இளகம் 220
பறங்கிப்பட்டைச் சூரணம் 179,203,204
பறங்கிப்பட்டைத்தூள் 22
பறங்கிப்பட்டைப் பதங்கம் 178, 221
பறங்கிப்புண் 180,190,223
பன்றிநெய் 200
பனங்கருப்பட்டி 242
பனங்கள் 142,144,280
பனங்கற்கண்டு 42
பனங் குருத்து 265
பனை 156,274
பனைமரவேர் 157
பனைவெல்லம் 204
பனைவேர் 277
பாகற்கடுக்காய் 333
பாகிய கும்பகம் 302
பாசிப்பயறு 76,286
பாடாண மாத்திரை 46
பாண்டக் குடிநீர் 266
பாண்டு 83,109,274,321
பாண்டுப் பெருவயிறு 315
பாதரசம் 69,189
பாதிரிச் சாறு 84,119,185
பாதிரிவேர் 141,321
பாதிரி வேர்ப்பட்டை 201
பாயுறு குன்மம் 27
பார்லி 274
பார்லி அரிசிக் கஞ்சி 303
பார்லிக் கஞ்சி 341
பாரிசவாயு 74,263
பால் இலேகியம் 204
பால் கருடக்கல் 128, 234,238, 246,
பால்துத்தம் 189
பால் வல்லாதி 226
பாலமுதுக்கனி கிழங்குத்தூள் 224
பாவட்டை 274,337
பாவட்டையிலை 189
பாறையுப்பு 54,331
பிச்சிப்பூ 157,302
பிஞ்சு கடுக்காய் 232
பிடங்கு நாறி 275
பிடங்கு நாறிக் குடிநீர் 334
பிடாலவணம் 282
பிடிப்பு 235
பித்த உன்மத்தம் 84
பித்த மேகம் 115,197
பித்தக் கபப் பிரமியம் 167
பித்தக் கடின விரணம் 182
பித்தக் கல்லடைப்பு 258
பித்தச்சுரம் 325
பித்தச் சூடு 228
பித்தச் சூலை 17
பித்த நீர்க்கட்டு 285
பித்தப் பிரமியம் 91,166

பித்தப்பிரமேகம் 126
பித்த மூத்திரக் கிரிச்சரம் 261
பித்த மேக உஷ்ணம் 194
பித்தமேகப்பிரமியம் 327
பித்தவெட்டை 177,195,283
பிரசமேகம் 95
பிரண்டை 42,329
பிரண்டைக் கடுகு 66
பிரண்டைக் கொடியின் வேர் 60
பிரண்டைச் சாறு 36
பிரண்டைச் சூரணம் 78
பிரண்டையாதிச் சூரணம் 60
பிரண்டை வடகம் 17,56
பிரண்டை வற்றல் 36
பிரண்டை விதை 187
பிரப்பங் கிழங்கு 22,220,243
பிரம்மதண்டி 266
பிரமி 40,275,337
பிரமியம் 177
பிரமிய மேகம் 90
பிரமியரோக நிதானம் 164
பிரமியிலை 234,321
பிரமேகம் 87,163
பிராயம்பட்டை 334
பிராயம்பட்டைச் சாறு 229
பிராயம்பட்டைப்பால் 159
பிராயனிலை 199
பிலீக நோய் 333
பிலீகம் 323
பிலீக விருத்தி 334
பிலீகை 305
பிலீகைப் பெருவயிறு 317
பிளவை 107,178,191,327
பிளவைக் கொல்லி 116
பிறநீர்க்கோவை 305,306
பீச்சங்கன் இலைச்சாறு 233
பீதரோகிணி 224
பீர்க்கங்காய் 161
பீர்க்கம்பழவிதை 325
பீர்க்கு 255,303,342
பீனிசம் 197,297,333
புகைநீர் 75
புகையிலை 275
புகையிலை உப்பு 275
புங்கம்பூ 23,245
புங்கம்பூ சூரணம் 179
புங்கம் பால் 253
புங்கம் பாலெண்ணெய் 209
புங்கம்பட்டை 64,216,334
புங்கம் வேர் 209
புங்கம் வேர்ப்பட்டை 175
புங்கன்வேர் 234
புங்கு எண்ணெய் 159
புங்குவேர் 335
புங்கு வேர்ப்பட்டை 44
புட்பராகப் பற்பம் 283
புட்பராகம் 121
புடல் 303
புடலங்காய் 161
புடலை 342
புண்ணாக்கு கீரை 270
புண்ணுநீர் 280
புணர்ச்சி வேட்கை 231
புதினா 270
புதினாச் சாறு 36
புரசம் இலைச் சாறு 279
புரசம்பட்டை 63,202,334
புரசம்பட்டைக் குடிநீர் 63
புரசம்பிசின் தூள் 231
புரசம்பூ 193
புரசம்வேர் 63
புரசு 299
புலித்துடக்கி 299
புலித்துடக்கியிலைச் சாறு 84
புளித்தகாடி 42
புளித்த தயிரின் நீர் 44
புளித்தேப்பம் 320
புளிப்பு மாதுளஞ்சாறு 43
புளிப்பு மாதுளை இரசம் 181
புளிப்பு மாதுளைச்சாறு 45
புளிமா மூலச்சாறு 285
புளியங் கொட்டை 229
புளியங்கொட்டைத் தோல் 136,208
புளியம் விதைத்தோல் 130
புளியம்கொட்டை மேல்தோல் ,286
புளியரணைவேர் 60
புளியாரை 234
புளியாரைச் சாறு 36,43,180,294

புளியிலை 200,321
புளிவஞ்சி 43
புற்றான் சூரணம் 202
புற்று 8,9,26,121,178,233
புற இசிவு 156
புறங்கை நாறி 321
புறங்கை நாறியிலை 334
புன்னைவேர் 301
புனுகு 52,109,282
புனுகுச் சட்டம் 52,109,330
பூங்காவி 80
பூசணி 274
பூசணிக்காய் 187,208
பூசணிக்காய் நீர் 298
பூசணிக்காய் நெய் 298
பூசணிக்காய்ச் சாறு 230
பூசணிவிதைப் பருப்பு 228
பூசுமஞ்சள் 83,183
பூண்டு 41,70,242
பூண்டுத்தைலம் 23
பூநாகம் 285
பூநீறு 17,52,74,289,331
பூமிச் சர்க்கரைக் கிழங்கு 151,217
பூரக் களிம்பு 190
பூரச் செந்தூரம் 240
பூரண சந்திரோதயச் செந்தூரம் 50
பூரண சந்திரோதயம் 16,48,177
பூரப்பற்பம் 159,189,190
பூரம் 53,125,189,332
பூலா 287
பூலாக்கிழங்கு 249
பூலாவிலை 138
பூலாவேர் 103,116
பூவரசங்காய் எண்ணெய் 234
பூவரசங்காய்ச் சாறு 234
பூவரசம்பட்டை 126,175,334
பூவரசம் பட்டை எண்ணெய் 233
பூவரசம்பட்டைச்சாறு 233,296
பூவரசின் விதை 187
பூவரசின் வேர்ப்பட்டை 43
பூவரசு 127,252
பூனைக்காலி 104,250
பூனைக் காலிவித்து 232
பூனைக்காலி விதை 104,228
பெங்களூர் கத்திரிக்காய் 268
பெண்போகம் 176,260
பெருங்காஞ்சொறி 113
பெருங்காயச் சூரணம் 62
பெருங்காயத் துளசி சூரணம் 62
பெருங்காயம் 23,36,217,227,294,324
பெருங்குமிழ் மர வேர் அரைப்பு 152
பெருங்குரும்பை 217,300
பெருஞ்சீரகம் 157,206
பெருந்தாகம் 197
பெரும்பாடு 80,111,269
பெரும்பீர்க்கு 184,279
பெரும்பீளை 275,
பெரும்பூசணிக்காய் 249,251,289
பெரும்பூசணிக்காய்ச் சாறு 290,291
பெரும்பூசணி நெய் 291
பெரும்பூசணிக்காய்ச் சாறு படி 291
பெருமரப்பட்டை 217,338
பெருமரவித்துச் சூரணம் 133
பெருமர வேர்ப்பட்டை 43
பெருலவங்கப்பட்டை 210
பெருவயிறு 153,177,269,275,305
பேதானா விதை 228
பேய்க் கரும்பு 175
பேய்க்குமட்டிக் காய் 65
பேய்க் குமட்டிச் சாறு 41
பேய்ப் பீர்க்கன் விதை 187
பேய் முசுட்டையிலைச் சாறு 130
பேய்ப்புடல் 126,201
பேய்ப்புடல் விதை 187
பேயன் வாழைப்பழம் 74
பேரண்ட ஓடு 17
பேரரத்தை 62,232,337
பேராமுட்டி 37,155,287
பேராமுட்டிவேர் 56,275
பேரீச்சங்காய் 36,56,230
பேரீச்சங்காய் கிருதம் 155
பேரீச்சம் சாறு 186
பேரீச்சம் பழம் 123,249,274,289
பேரீந்து 37,104,250,290,298
பைத்தியம் 155,326
பொட்டிலுப்பு 54,61,270,331
பொடுதலை 80,121,192,252,266
பொடுதலை இலை 199

பொடுதலைக் கீரை 266
பொடுதலைக் குடிநீர் 152
பொடுதலைச் சமூலம் 248
பொடுதலைச் சாறு 22,80,209,289
பொரிக்கஞ்சி 303
பொரிகாரம் 49,108,287,328
பொரித்த பெருங்காயம் 39
பொருமல் 79,283
பொற்கொன்றைச் சாறு 280
பொற்சீந்தில் 115
பொற்றலைக் கையான் 119,192
பொற்றலைக் கையான் சாறு 144
பொன் 48,292
பொன்நிமிளை 278
பொன்முசுட்டை 126,129,216
பொன்முசுட்டை வேர் 79,131,217,335
பொன்முசுட்டையிலை 137
பொன்மெழுகு 243
பொன்னாங்காணி 242,287
பொன்னாங்காணி இலை 198
பொன்னாங்காணிக்கீரை 38
பொன்னாங்காணிச்சாறு 210,294
பொன்னாங்காணி நெய் 251
பொன்னாங்காணிவேர் 129,199,230
பொன்னாவாரம் கொழுந்து 134
பொன்னாவாரை 337
பொன்னாவாரை விதை 187,230
போஸ்தக்காய்த் தோல் 147
மகரப்பூ 73,151
மகா இலசுனப்புட்டி 336
மகா ஏலாதிக்குளிகை 291
மகா ஏலாதிச் சூரணம் 296
மகா ஏலாதித் தைலம் 299
மகா முத்ரா 302
மகா வசந்த குசுமாகரம் 48
மகா வசந்த குசுமாகர மாத்திரை 108,292
மகாபிரசாத இலேகியம் 337
மகாலிங்க மாத்திரை 137
மகாவீர மெழுகு 179
மகிழ் 299
மகிழம் பட்டை 231
மகிழம்படடைச் சூரணம் 231
மகோதரம் 83,107,278,306
மஞ்சள் 50,124,189,222,298,329
மஞ்சள் கடுக்காய்த் தோல் 201,202
மஞ்சள் கடுக்காய்த் தோல் சூரணம் 226
மஞ்சள் காந்தப் பற்பம் 130
மஞ்சள் காமாலை 281
மஞ்சிட்டி 216,298
மடல் துத்தம் 46
மண்டூரச் செந்தூரம் 83,278,322
மண்டூரம் 83,293,321
மண்டூராதி அடைக்குடிநீர் 321
மணக்கத்தை அரிசி 341
மணத்தக்காளி 234,271
மணத்தக்காளிக் கீரை 342
மணத்தக்காளி வற்றல் 272,320
மணத்தக்காளி வித்து 105
மணப்பாகு 110
மணலிக் கீரை 321
மத்தன் எண்ணெய் 159
மத்ஸ்யாசனம் 302
மதுப்பிரமேகம் 124,171
மதுமேக இலேகியம் 149
மதுமேக நோய் 104,164
மதுமேகம் 80,87,165
மதுராதிச் சூரணம் 78
மந்தம் 79,113
மந்தாக்கினி 26
மந்தாரை 156
மயக்கம் 9,102,227,295
மயில்துத்தம் 189
மயிலிறகு சாம்பல் 83
மயிற்கொன்றைவேர் 301
மரகதப் பற்பம் 154
மரமஞ்சள் 52,109,130,202,299,335,
மருக்கொழுந்துச்சாறு, 195
மருங்கை 337
மருட் கிழங்கு 297
மருத்துவ பாரதம் 104
மருதம்பட்டை 80,103,198
மருதம் பட்டைக் குடிநீர் 131
மருதம்பட்டைச்சாறு 82,122,283
மருது 116,299
மருதோன்றி கற்கம் 20
மருதோன்றி வேர் 106,326
மருளூமத்தம் விரை 128
மல்லி 73,123,250

மலக்கட்டு 113,285,333
மலச்சிக்கல் 180
மலதோடம் 113
மலபந்தம் 282
மலாக்கா சந்தனம் 246
மலை ஏலம் 268
மலைதாங்கிப் பூண்டின் சமூலம் 325
மறுபத்தியம் 14
மறுவேர் 301
மனோகர இலேகியம் 204
மனோசிலை 46,121,191,221,281,324
மஜ்ஜை மேகம் 94
மாங்கிச சிராவக மேகம் 91
மாங்கிசப் பெருவயிறு 318
மாசிக்காய் 45,149,223,294
மாசிக்காய்த் தோல் 218
மாதுளம்பழம் 83,279
மாதுளம் பிஞ்சு 201,210
மாதுளம் பூ 201
மாதுளம் பூச்சாறு 108,292
மாதுளம் வேர் 79
மாதுளை 156
மாதுளைக்குடிநீர் 201
மாதுளை மரப்பட்டை 210
மாதுளையிலைச்சாறு 210
மாந்த எண்ணெய் 13
மாந்தம் 132,180
மாப்பண்டம் 260
மாப்பெருவயிறு 314
மாம்பட்டை 146,203,334
மாம்பட்டைச்சாறு 241
மாமணி மந்திர வெற்றி மாத்திரை 334
மாமாக்க மேகம் 92
மார்பு நோய் 155,269
மார்புவலி 227
மாவிலிங்கம் பட்டை 201,202
மாவிலிங்கம் பட்டைக் குடிநீர் 276
மாவிலிங்கம் வேர் 275
மாவிலிங்க வேர்ப்பட்டை 213
மாவிலிங்கம் வேர்ப்பட்டைச்சாறு 284
மாவிலிங்கு 248,276
மாவிலைச்சாறு 81
மாவேர் 301
மான் கொம்புப் பற்பம் 198,254,285
மான்கொம்பு 104,289
மிசிரி அபின் 231
மிருதார்சிங்கி 189,248,332
மிருதார்சிங்கிச் செந்தூரம் 192
மிளகரணை 338
மிளகரணை வேர்ப்பட்டை 213
மிளகாய் விதை 187
மிளகு 36,37,109,190,217,270,294,324
மிளகு இரசம் 323
மிளகுக்குடிநீர் 323
மிளகுக் கொடி 266
மிளகுத் தைலம் 278,323
முக்குற்றக் கல்லடைப்பு 258
முக்குற்றப் பெருவயிறு 310
முசுட்டைக் கொடி 276
முசுட்டைத் தண்டு 129
முசுட்டை வேர் 124
முசுமுசுக்கை 66
முசுமுசுக்கை இலைச்சாறு 210
முசுமுசுக்கைச்சாறு 298
முசுமுசுக்கை விதை 187
முட்காவேளை 335
முட்காவேளைக் குடிநீர் 13
முட்காவேளைவேர் 12,83,217,266
முட்டைகோஸ் 303
முடக்கத்தானிலை 18,247
முடக்கற்றான் 337
முடக்கற்றான் இலை 64
முடக்கறுத்தான் 299
முடக்கறுத்தான் இலைச்சாறு 200
முடக்கறுத்தான் சாறு 3.
முடக்கு 217
முத்தக்காக 78,112,245,286,336
முத் தாது வேறுபாடு குன்மம் 27
முத்து 48,174,292,334
முத்துச்சிப்பிப் பற்பம் 19,20
முத்துச் செந்தூரம் 195
முத்துப் பருப்பு 225
முத்துப் பற்பம் 195,283,191
முத்தெருக்கஞ்செவியிலைச் சாறு 227
முத்தெருக்கன் சமூலம் 202
முந்திரிகை 250,290,298
முந்திரிப்பழம் 123,249,274,276
முப்பட்டைக் கள்ளி வேர்ப்பட்டை 36

முப்பலை 158
முப்பிணி 276
முயற் குருதி நீர் 92
முருக்கன் விதை மாத்திரை 47
முருக்கிலை 124
முருங்கை 276,342
முருங்கைக்கீரை 161
முருங்கைப் பட்டை 38,65,202
முருங்கைப்பட்டைச் சாறு 181
முருங்கைப்பிசின் 208
முருங்கைப்பிஞ்சு 161
முருங்கைப்பூ 161,206,251.
முருங்கைப்பூச் சாறு 239,243
முல்லை 287
முல்லைச்சாறு 195
முல்லை வேர் 63,77
முலாம்பழ வித்து 342
முலைப்பால் 239,240
முள் இலவு 267,287
முள்ளங்கி 187,276,342
முள்ளங்கிக் கிழங்குச்சாறு 283
முள்ளங்கிக் கீரை 342
முள்ளங்கிச் சாறு 57,191,282
முள்ளி 336
முள்ளிக் கீரை 270
முள்ளிலவு 287
முள்ளிலவுப் பட்டைப் பொடி 271
முறிச்சூலை 4
முறைக்காய்ச்சல் 324
முன்னை 38
மூக்கரைச் சாறணை 254
மூக்கிரட்டை 40,277
மூக்கிரட்டைச் சூரணம் 55,333
மூக்கிரட்டைவேர் 12,55,266,333
மூங்கில்வேர் 157
மூங்கிலரிசி 125
மூங்கிலிலை 201
மூங்கிலுப்பு 54,331
மூசாம்பரம் 227
மூட்டு நோய் 1
மூட்டுவலி 22
மூட்டு வாத சூலை 184
மூட்டு வாத நோய் 8
மூத்திர அடைப்பு 108
மூத்திர எரிச்சல் 284
மூத்திரக் கிரிச்சர நோய்கள் 280
மூத்திரக்கிரிச்சரம்
192,204,208,249,260,282,335
மூத்திரப்பாளை 290
மூத்திரவெப்பநோய் 270
மூலக்கடுப்பு 266
மூலக்குடாரத்தைலம் 22
மூலச்சூடு 229,271
மூலபந்தாசனம் 302
மூலம் 79,109,177,280,329
மூலவாய்வு 179
மெருகன் கிழங்கு 291
மெருகன் கிழங்குத் தோல் 41
மெருகுள்ளி எண்ணெய் 37
மெருகுள்ளித் தைலம் 13
மெழுகு 189
மெழுகுத் தைலம் 18
மேக அழலை 234
மேக உஷ்ண சொறி 197
மேக உஷ்ணம் 197,325
மேக ஊறல் 180,195,221,250
மேக எரிவு 195
மேக ஒழுக்கு 200,223
மேக மூத்திரக் கிரிச்சரம் 261
மேகக் கசிவு 180
மேகக் கட்டி 235
மேகக் கடுப்பு 201
மேகக் காங்கை 110,180,196,236,252
மேகக் கிரந்தி 22,190,210
மேகக் குடிநீர் 201,
மேகக்காங்கை 110,180,236,252
மேகக்கிரந்தி 22,190,190,221
மேககாங்கை 180
மேகச் சூடு 195,200,272
மேகச் சூலை 3,8,127,174,185,189,221
மேகச்சொறி 233
மேகசிந்தாமணி செந்தூரத்தில் 143,144
மேகத்தடிப்பு 177,233
மேகத் தினவு 195
மேகத்தெண்ணெய் 211
மேகத்தேமல் 186
மேகநாத எண்ணெய் 12
மேகநாத மாத்திரை 11

மேகநாதக் குளிகை 47,176
மேகநாதத் தைலம் 20,110, 175,180,296,334
மேக நிவாரணி போதினி 130,198
மேகநீர் 87
மேக நீரிழிவு 113
மேகநோய் 8,86,104,183,280
மேகப்படை 234
மேகப்பிடிப்பு 221
மேகப்பிணி 302
மேகப் பிரமியம் 199
மேகப்புண் 157,176,186
மேகம் 127,177,283,326
மேகரணம் 220,
மேகராசாங்க சூரணம் 249
மேகராஜாங்கத்தெண்ணெய் 252
மேகரோக நிதானம் 164
மேக வல்லாதி 225
மேக வறட்சி 201
மேகவாய்வு 235
மேகவாய்வுக் குளிகை 232
மேகவாயு 189,190,203
மேகவிரணக் களிம்பு 189
மேகவிரணம் 113,180,235,240
மேகவெட்டை 113,176,201
மேகவெட்டைக் கடின வாத விரணம் 182
மேகவெட்டை வாத லலித விரணம் 182
மேகவெள்ளை 180,189,200,220,295
மேகாதிக் குழித்தைலம் 212
மேகாதிக் குளிகை 136
மேகாதிச் சூரணம் 203
மேகாதி மாத்திரை 208
மேகாதி வடகம் 130
மேல் கவிசைப் பெருவயிறு 313
மேலெறிவு 254
மேனியிலைச்சாறு 243
மைசாட்சி 225,227
மைசாட்சி குங்கிலியம் 297
மைசாட்சி வில்லை 227
மைலாலக்கடி 227
மோடி 44
யவச்சாரம் 62
யானைக் கொழுப்பு மணநீர் 91
யானைத் திப்பிலி 44,79,217,230,297,334,335
யானை நெருஞ்சில் 246
யானைப்பல் 334
யூகி சிந்தாமணி 800 164
யூகி முனிவர் 1,28,89
யூகி வைத்திய சிந்தாமணி - 800
1,26,262,307
யோகராச குக்குறு 297
யோகாசனம் 26
யோனிச்சூலை 298
யோனிப்புற்று 249,283
ரூபி மஸ்தகி 231
லிங்கப் புற்று 250
வங்கச் செந்தூரம் 82,323
வங்கப் பற்பம் 224
வங்கப் பொடி 82,213
வங்கம் 48,292
வங்கரசப் பற்பம் 234
வசந்த குசுமாகர மாத்திரை 291
வசந்த மல்லிகை 156
வசம்பு 23,35,36,211,217
வசம்பு சுட்ட சாம்பல் 297
வசம்புச் சாம்பல் 44
வசாமேகநீர் 93
வசுவாசி 127,137
வட்டத் திருப்பி 55,216
வட்டத் துத்தி 139
வட்டத்துத்தி வேர் 140
வட்டத் துத்தி வேர்ப்பட்டை 199
வயிற்றுநோய் 324
வயிற்றுப் பொருமல் 268
வயிற்றுவலி 284,285,333
வரகரிசி 129
வரகரிசி மாவு 235
வரனைத் தைலம் 325
வரிக்குமட்டி 252
வல்லத்துச் சிட்டம் 84
வல்லாதகி இளகம் 223
வல்லாதகி நெய் 209
வல்லாதி இலேகியம் 203
வல்லாரை 234,266
வல்லாரை நெய் 252
வல்லாரைக் கீரை 175
வல்லாரைச் சாறு 219
வல்லை 278,324
வல்லைப் பெருவயிறு 315

வலம்புரிக் காய் 253
வலி குன்மக் குடிநீர் 64
வலி குன்மக் குழம்பு 64
வலி குன்மம் 26,46
வலிப் பிரமியம் 171
வழுதுணை 321
வழுதுணைப்பழ மருந்து 67
வழுவைப் பெருவயிறு 311
வள்ளிச் சர்க்கரை 140
வளி அழல் குன்மம் 27
வளி அழல் சூலை 10
வளி ஐயக் குன்மம் 27
வளி ஐயப் பெருவயிறு 309
வளி குன்மம் 27
வளிசன்னி 157
வளிநோய் 86,224
வளிப்பெருக்கு 113
வளிப் பெருவயிறு 308
வளையலுப்பு 42,217,282,327
வறட்சுண்டி 335
வறட்பூலா 299
வன்னிச் சாறு 294
வன்னிப்பட்டை 38
வன்னியிலை 150
வன்னியிலைச் சாறு 110,280
வன்னிவேர்ப்பட்டை 221
வாகை 116
வாகை விதை 208
வாட்கோரை சமூலச்சாறு 85,279
வாத உஷ்ணம் 325
வாத மேக உஷ்ணம் 194
வாதக் கல்லடைப்பு 258
வாதக் குன்மம் 82
வாதகேசரித் தைலம் 18
வாதநாசத் தைலம் 13,20,58
வாத நாராயண இலைச் சாறு 58
வாதநீர்க்கட்டு 285
வாதப் பித்தப் பிரமியம் 167
வாதப்பிரமேகம் 126,166
வாதம் 337
வாதமடக்கியிலை 18
வாத மூத்திரக் கிரிச்சரம் 260
வாதராக்கத எண்ணெய் 37
வாதுமைப்பருப்பு 231,228
வாந்தி 75,180,270,320
வாந்தி (சத்தி) குன்மம் 27,85
வாய் குமட்டல் 104,320
வாய்நீர் ஊறல் 197
வாய்விடங்கம் 12,37,44,123,192,279,294,335
வாயு குன்மச் சூரணம் 61
வாயு குன்மம் 26,28,37,47,131
வால்மிளகு 47,109,206,222,267,273,330,
வால்மிளகுத்தூள் 269
வாலுளுவை 54,232
வாலுளுவை அரிசி 75,249,253
வாலை இரசம் 232
வாழை உப்பு 53
வாழைக் கிழங்கின்சாறு 82,230
வாழைக் கிழங்கு 51,244,289
வாழைக்கனி 183
வாழைக்கிழங்கு நீர் 299
வாழைச் சருகு 62,277
வாழைப்பழச் செயநீர் 74
வாழைப்பூ 298,
வாழைப்பூ இதழ் 203
வாழைப் பூச்சாறு 244
வாளப்பருப்பு 229
வாளம் 45,113,253,330
வான்மெழுகு 15,55,332
விக்கல் 75,102,156,197,336
விட்ணுசக்கர மாத்திரை 13,19
விடசுரம் 326
விடத்தலை 129
விடத்தேரின் கொழுந்து 134,243
விடத்தேரையிலை 135
விடத்தேரையிலைச் சூரணம் 138
விடபாகம் 330
விடமுட்டித் தைலம் 18
விந்து ஒழுக்கு 231
விந்து நட்டம் 177,284,389
விந்து நீர்த்திருத்தல் 231
விந்து வெளிப்பாடு 231
விப்புருதி 176
விப்புருதி எண்ணெய் 253
விப்புருதிப் புண் 253
வியர்வை 115
விரணப் பிரமியம் 172
விரணம் 180

விரலிமஞ்சள் 201
விராஞ்சிப் பட்டை 125
விரால்மீன் 275
விரால் மீன் தலைக் கல் 289
விரால் மீன் தலைக்கல் பற்பம் 22
விராலி 287
விரைவாதம் 327
வில் பெருவயிறு 311
வில்வக் கட்டை 38
வில்வம் 38,156,234,300
வில்வவேர் 43,129,216,244,265
வில்வவேர்க் குடிநீர் 77
வில்வவேர்ப்பட்டை 131
வில்வாதி இலேகியம் 16,104
வில்வாதி இளகம் 70
வில்வாதிக் குடிநீர் 131
விலாமிச்சம் வேர் 56,78,131,175,202,208,266,289
விலாமிச்சம் வேர்க் குடிநீர் 108,292
விலாமிச்சு 104
விலாமிச்சு வேர் 37,125
விழலரிசி 337
விழற்வில் வேர் 131
விழுதி 337
விழுதியிலை 135,134
விழுதியிலைச் சாறு 184
விளா 116
விளா வேர் 116
விளாம்பிசின் 103,208
விளாமரப் பட்டைச்சாறு 181
விளாவேர் 103,126,299,340
விஷ்ணுகாந்தி 244
விஷ்ணுகாந்தி சமூலம் 242
விஷப்பாண்டு 294
வீக்கம் 192,270
வீர' களிம்பு 190
வீரக் குழம்பு 191,240
வீரம் 46,120,189,278,331
வீரமெழுகு 74
வீரரசப்பதங்கம் 235
வீரரணச் சிங்கிக்கயிறு 191
வீரிய விருத்தி 194
வீரேசனப்பூபதி மாத்திரை 47
வீழி 83,279
வீழி சமூலம் 202
வெகு மூத்திரம் 120,143,155
வெங்காயச் சாறு 58,144,299
வெங்காயம் 201,277
வெங்காரச் சுண்ணம் 15
வெங்காரப்பற்பம் 270,282
வெங்காரம் 17,42,46,120,181,275,324,333
வெங்கார மாத்திரை 47,324
வெட்டிவேர் 37,104,114,175,266,299,
வெட்டிவேர்க் கியாழம் 108
வெட்டிவேர்க் குடிநீர் 108,292
வெட்டை 8,79,115,163,231,266,333
வெட்டை நோய் 224
வெட்டைச் சூடு 227,229
வெட்டையூறல் 195
வெட்பாலை 299
வெட்பாலை இலை 211
வெட்பாலை எண்ணெய் 211
வெட்பாலைப் பட்டை 126
வெட்பாலையரிசி 215,250,290,337,340
வெட்பூலா 287
வெடி அன்னபேதிச் செந்தூரம் 22,283
வெடி சூலை 226
வெடியுப்பு 17,39,74,78,183,217,273,322
வெடியுப்புச் சுண்ணம் 15,77,275,282
வெடியுப்புத் திராவகம் 75,236,321,341
வெண்கடுகிலை ரசம் 195
வெண்கடுகு 217,337
வெண் குன்றிப் பருப்பு 130
வெண்குன்றிவேர் 55,333
வெண்சாலி நெற்கதிர்பசுங்காய்ச்சாறு 278
வெண்டை 303
வெண்டைக் காய் 161,277
வெண்டைப் பிஞ்சு 342
வெண்ணாபி 53
வெண்ணாவல் 141
வெண்ணீர் 94
வெண்ணொச்சி மோர் தெளிவு 63
வெண்ணொச்சிப்பட்டை 202
வெண்ணொச்சி இலை 63
வெண்ணொச்சியிலை 205
வெண்பூசணி 255
வெண்பூசணி இலேகியம் 17,174,179,294
வெண்பூசணிக் காய்ச் சாறு 294,295

வெண்பூசணி கிருதம் 295
வெண்பூசணி நெய் 180
வெண்மிளகு 44,266
வெந்தயக் கீரை 303
வெந்தயச் சூரணம் 227
வெந்தயம் 53,131,205,269,330
வெப்புப்பாவை 305
வெப்புப்பாவைப் பெருவயிறு 312
வெள்வங்கச் சுண்ணம் 184
வெள்வங்கச் செந்தூரம் 184
வெள்வங்கப் பற்பம் 138,176,279
வெள்வங்கம் 138,184,212,341
வெள்வேல் 127,299
வெள்வேலாம் பிசின் 130,136
வெள்ளரி 184,277
வெள்ளரிக்காய் 280
வெள்ளரிப்பிஞ்சுச்சாறு 222,289
வெள்ளரிவித்து 266,272,273,320,341,342
வெள்ளரி விதைப்பால், 222
வெள்ளரிவிதைப் பருப்பு 228
வெள்ளரி விதை 268
வெள்ளல்லிச்சமூலச் சாறு 278
வெள்ளறுகு 86,121,175,266
வெள்ளறுகுச் சமூலம் 220
வெள்ளறுகுச்சாறு 296,334
வெள்ளறுகை 247
வெள்ளாட்டு நீர் 285
வெள்ளாட்டுச் சிறுநீர் 40
வெள்ளாட்டுப் பால் 40,241
வெள்ளி 174
வெள்ளி அரப்பொடி 238
வெள்ளி உரம் 185
வெள்ளிச் செந்தூரம் 51,108,185,322,323
வெள்ளிப் பற்பம் 105,185,291,322
வெள்ளிப் பொடி 119
வெள்ளியரப்பொடி 237
வெள்ளிலோத்திரப்பட்டை 44
வெள்ளிலோத்திரம் 126,202
வெள்ளீயப் பற்பம் 324
வெள்ளுள்ளி 39,130,336
வெள்ளுள்ளிச் சாறு 71,331
வெள்ளெருக்கஞ்சாறு 284
வெள்ளெருக்கன் சமூலச்சாறு 193
வெள்ளை 8,79,103,163,257,329
வெள்ளை அப்பிரகம் 143
வெள்ளை எண்ணெய் 13
வெள்ளை ஒழுக்கு 203
வெள்ளை போளம் 300
வெள்ளை மிளகு 202
வெள்ளை மெழுகு 110
வெள்ளை வீழ்தல் 230
வெள்ளை வெங்காயச் சாறு 109,120
வெள்ளைக் காக்கரட்டான் 147
வெள்ளைக் காட்டாமணக்குப் பால் 191
வெள்ளைக் காலி பிளவர் 303
வெள்ளைக் குங்கிலியத் தூள் 203
வெள்ளைக் குங்கிலியம் 78,123,187,242,276,295
வெள்ளைக் குன்றிமணி பருப்பு 136
வெள்ளைச் சத்திச் சாறணைவேர் 330
வெள்ளைச் சந்தனம் 104
வெள்ளைச் சாட்டரணை 232,239
வெள்ளைச் சாறணை 40
வெள்ளைச் சாறணைச் சமூலம் 202
வெள்ளைச் சாறணை வேர்ப்பட்டை 213
வெள்ளைச் சாறுவேளை 122
வெள்ளைச் சாறுவேளைச் சமூலச்சாறு 283
வெள்ளைப் பாடாணப் பற்பம் 45
வெள்ளைப் பாடாணம் 46,54,111,236,247,332
வெள்ளைப்பூண்டு 38,62,190,203,211,247
வெள்ளைப்பூண்டுச் சாறு 41,203,325
வெள்ளோக்காளம் 79
வெற்பேந்தி எண்ணெய் 325
வெற்றிலை 86,121,189
வெற்றிலைக் காம்பு 54
வெற்றிலைச்சாறு 23,325
வேங்கை 126
வேங்கை சமூலச் சாறு 193
வேங்கை மரவேர் 157
வேங்கைவேர் 301
வேங்கை வேர்ப்பட்டைச்சாறு 278
வேப்பம்பட்டை 126,150,201,216,321
வேப்பம்பிசின் 208
வேப்பன் பிசின் சூரணம் 132
வேப்பிலை 51,329
வேப்பீர்க்கு 298
வேம்பின் சாறு 82,181

வேம்பின்பட்டை 334
வேம்பு 126,300
வேல் 116
வேலம் பட்டை 38,253
வேலம்பிசின் 127
வேலம் பூவாதிச் சூரணம் 132
வேலிப்பருத்தி 64,192, 121,279,340
வேலிப்பருத்திச் சாறு 80
வேலிப்பருத்தி வேர் 338
வேளைக் கீரை 40
வேளை மாத்திரை 207
வேளைவேர் 212
வைத்திய சிந்தாமணி - 800 146,260
ஜெய வீரரண சிங்கிக் கயிறு 120

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

தமிழ் மொழியின் வளர்ச்சி ஒன்றையே குறிக்கோளாகக் கொண்டு 1946ஆம் ஆண்டு, அந்நாள் கல்வியமைச்சர் திரு தி.சு. அவினாசிலிங்கம் அவர்களால் தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் நிறுவப்பட்டது. தொடக்க காலம் முதல் 1982 ஆம் ஆண்டு வரை அவர் அதன் தலைவராக இருந்து சிறப்பாகத் தொண்டாற்றி வந்தார். பின்னர் 1982 ஆம் ஆண்டு முன்னாள் மாநில, மைய அமைச்சரான திரு சி. சுப்பிரமணியம் அவர்கள் கழகத்தின் தலைமைப் பொறுப்பேற்றுச் சீரிய முறையில் தமிழ் வளர்ச்சிக்கு வழிகாட்டி வந்தார். அவரைத் தொடர்ந்து 1990-ஆம் ஆண்டு முதல் முனைவர் வா. செ. குழந்தைசாமி அவர்கள் தலைமைப் பொறுப்பை ஏற்றுச் சீரிய பணியாற்றி வருகிறார்.

1947ஆம் ஆண்டு முதல் திரு ம.ப. பெரியசாமித் தூரன் அவர்களைத் தலைமைப் பதிப்பு ஆசிரியராகக் கொண்டு, 'கலைக்களஞ்சியம்' 10 தொகுதிகள் வெளியிடப்பட்டன. இப்பணி 1968-இல் நிறைவு பெற்றது. இதுவே இந்திய மொழிகளில் முதல் முயற்சியாகத் திகழ்கிறது. பின்னர், அவரையே ஆசிரியராகக் கொண்டு 'குழந்தைகள் கலைக்களஞ்சியம்' 10 தொகுதிகள் 1968 முதல் தொடங்கி 1976 ஆம் ஆண்டிற்குள் வெளியிடப்பட்டன. இதன் இரண்டாவது திருத்திய பதிப்பும் (10 தொகுதிகள்) 1988 இல் முடிவுற்றது. அதன் பின்னர், தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் அறிவியல் தொடர்பான நூல்களை வெளியிடும் பணியில் ஈடுபட்டு, நான்கு நூல்களை வெளியிட்டது.

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் மருத்துவ அறிவியலைக் கருத்தில் கொண்டு, 'மருத்துவக் களஞ்சியம்' என்னும் தலைப்பில் 12 தொகுதிகளை வெளியிடும் பணியை மேற்கொண்டது. இதில் 'உடல் நலம்' என்னும் தலைப்பில் முதல் தொகுதியும், 'தாய் சேய் நலம்' எனும் தலைப்பில் இரண்டாவது தொகுதியும், 'புலனுறுப்புகள்' எனும் தலைப்பில் இரு நூல்களாக மூன்றாவது நான்காவது தொகுதிகளும், 'நரம்பு மண்டலம், மனநோய், நாளமில் சுரப்பிகள் ' ஆகியவை அடங்கிய ஐந்தாவது தொகுதியும், 'செரிமான மண்டலமும் மூச்சு மண்டலமும்' இடம்பெற்ற ஆறாவது தொகுதியும், 'தொற்று நோய்களும் பால்வினை நோய்களும்' எனும் தலைப்பில் ஏழாவது தொகுதியும், 'புற்று நோய், முதியோர் நலம்' அடங்கிய எட்டாவது தொகுதியும், 'இதய இரத்தநாள மண்டலம்' எனும் தலைப்பிலான ஒன்பதாம் தொகுதியும். 'சிறுநீரகம் மற்றும் இனவள உறுப்பு மண்டலம்' என்னும் பொருள் பற்றிய பத்தாம் தொகுதியும், 'எலும்பியல், மாற்றுறுப்பியல், ஒட்டறுவை மருத்துவம்' ஆகிய மூன்று பகுதிகளைக் கொண்ட பதினொன்றாம் தொகுதியும், 'மரபியல், விபத்து மருத்துவம், நோய் எதிர்ப்பாற்றல் மண்டலத்தின் அடிப்படைகள்' எனும் பகுதிகள் அடங்கிய பனிரண்டாம் தொகுதியும், 'மருத்துவக் களஞ்சியம்-கலைச்சொல் அடைவு' என்னும் நூலும் வெளியிடப்பட்டு இப்பணி நிறைவு பெற்றது.

அலோபதி மருத்துவமுறை நூல் வெளியீட்டுத் திட்டத்தைத் தொடர்ந்து, தமிழகம் தரணிக்கு அளித்த மருத்துவ முறையாம் சித்த மருத்துவம் பற்றிய நூல் வெளியீட்டுத் திட்டத்தில் ஏழு தொகுதிகளை வெளியிடும் பணியைக் கழகம் மேற்கொண்டுள்ளது. இதில் 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-1: வரலாறு', 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-3: சிறப்பியல்', 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-5: பித்தம் தொடர்பான நோய்கள்', 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-6: கபம் தொடர்பான நோய்கள்','சித்த மருத்துவம் தொகுதி-4: வாதம் தொடர்பான நோய்கள், பகுதி-1' என்னும் தொகுதிகள் ஏற்கனவே வெளியிடப்பட்டன. இப்போது 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-4: வாதம் தொடர்பான நோய்கள், பகுதி-2' எனும் நூல் வெளிவந்துள்ளது. ஏனைய தொகுதிகளுக்கான தயாரிப்புப் பணிகள் நடைபெற்று வருகின்றன.

சித்த மருத்துவம்

தொகுதி-5 : பித்தம் தொடர்பான நோய்கள்

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் சென்னை-600 005.

சித்த மருத்துவம்

தொகுதி-5 : பித்தம் தொடர்பான நோய்கள்

மரு. க. இராஜேஸ்வரி

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்
சென்னைப் பல்கலைக்கழக வளாகம்
சென்னை - 600 005

2005

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

சென்னைப் பல்கலைக்கழக வளாகம்

சேப்பாக்கம், சென்னை - 600 005.

நிறுவனர்

திரு தி.சு. அவினாசிலிங்கம்

தலைவர்

டாக்டர் வா.செ. குழந்தைசாமி

துணைத் தலைவர்கள்

டாக்டர் நா. மகாலிங்கம்

டாக்டர் பெ. இராமசாமி

செயலாளர்

டாக்டர் கொடுமுடி சண்முகன்

தொகுப்பாசிரியர்

திரு மா. மதியழகன்

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழக வெளியீடு

முதற் பதிப்பு 2005

இரண்டாம் பதிப்பு 2007

பதிப்புரிமை உடையது

விலை ரூ. 180/-

அச்சிட்டோர் : பாவை பிரிண்டர்ஸ் (பி) லிமிடெட்

சென்னை - 600 014.

Bibliographical Data

Name of the Book	:	Siddha Maruttuvam Vol.5: Pitham Totarpana Noikal
Author/Editor	:	Dr. K. Rajeswari
Edition	:	First - 2005 Second - 2007
Copy Right	:	Tamil Valarchi Kazhagam
Language	:	Tamil
Subject	:	Siddha Medical system
Pages	:	xv+224
Price	:	Rs. 180/-
Paper	:	Maplitho
Size	:	Double Crown
Binding	:	Deluxe
Point	:	10 Pt
Wrapper Design	:	Sivagami Printographics
Published by	:	Tamil Valarchi Kazhagam University Building Chepauk, Chennai- 600 005. Ph: 25365440
Printed by	:	Pavai Printers Pvt. Ltd. J.J. Khan Road, Royapettah. Chennai-600 014. Ph. 28482441, 28482973

உள்ளடக்கம்

முகவுரை ... vii

முன்னுரை ... ix

Introduction ... xiii

1. பித்தம் : வடிவத் தன்மையும் வாழும் இடமும் ... 1
2. பித்த நோய்கள் ... 9
3. சுர நோய் வகை ... 41
4. சுர நோய் மருத்துவம் ... 73
5. சுவையின்மை நோய் ... 95
6. வாய் நோய் ... 101
7. நீர்வேட்கை நோய் ... 109
8. வெளுப்பு நோய் ... 113
9. காமாலை ... 131
10. பெருங்கழிச்சல் ... 153
11. நிணக்கழிச்சல் ... 171

சொல்லடைவு ... 201

முகவுரை

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் வெளியிட்டு வரும் சித்த மருத்துவ நூல் வரிசையில் இந்நூல் பித்தம் (அழல்) தொடர்பான நோய்களைப் பற்றிய ஐந்தாம் தொகுதியாகும்.

பித்தம் (அழல்) வாழும் இடம், இயற்கைப் பண்பு, பித்தத்தின் வகைகள், பித்தத் தாது கேடு அடைவதால் தோன்றும் நேரடியான நோய்கள், பித்தத் தாதுவுடன் வாதம் (வளி), கபம் (ஐயம்) என்னும் மற்ற தாதுக்களும் சேர்ந்து குற்றமுறுதலால் பிறக்கும் சுர நோய்கள், சுவையின்மை, வாய் நோய், நீர்வேட்கை, வெளுப்பு நோய், காமாலை, பெருங்கழிச்சல், நிணக்கழிச்சல் நோய்கள், அவற்றுக்கான மருத்துவ முறைகள் ஆகியவை பற்றிய செய்திகள் இத்தொகுதியில் விரிவாகப் பேசப்பட்டுள்ளன.

மருத்துவர் க. இராஜேஸ்வரி அவர்களை ஒருங்கிணைப்பாளராகக் கொண்டு, பல சித்த மருத்துவ ஆசிரியப் பெருமக்கள் அடங்கிய குழுவினரிடம் இத்தொகுதியை எழுதும் பணி ஒப்படைக்கப்பட்டது. ஆனால் என்ன காரணத்தினாலோ குழுவில் அடங்கிய பிற வல்லுநர்களின் பங்களிப்பைப் பெறமுடியாமல் போய், ஒருங்கிணைப்பாளராக அமைந்த மரு.க. இராஜேஸ்வரி அவர்களே தனியாக இந்நூலை எழுதி முடித்துள்ளார்.

மரு.க. இராஜேஸ்வரி அவர்கள் சித்த மருத்துவப் பயிற்சியிலும், மருத்துவ ஆசிரியர் பணியிலும் நீண்ட கால அனுபவம் கொண்டவர். அவர் பெரிதும் உழைத்து, தனிநபராகவே இத் தொகுதியை எழுதி முடித்துள்ளது ஒரு சாதனையேயாகும். கழகம் அவருக்கு நன்றி கூறப் பெரிதும் கடமைப்பட்டுள்ளது.

இந்நூலை எழுதுவதில் ஆசிரியருக்கு உறுதுணையாக இருந்த அவரது கணவர் மரு.வீ. சுப்பிரமணியன், இந்திய மருத்துவத் துறையின் முன்னாள் இணை

இயக்குநர் அவர்களுக்கும் நன்றியைத் தெரிவித்துக்கொள்கின்றோம். இந்நூலில் திருத்தங்கள் செய்து நெறிப்படுத்திய மரு. ஐ.ரா. கிருஷ்ணமூர்த்தி, மரு.செ.நெ.தெய்வநாயகம் ஆகியோருக்கும் நன்றி பாராட்டிக் கொள்கின்றோம்.

கணினியில் நூலை வடிவாக்கம் செய்த திரு. க. செல்லதுரை, அச்சிட்ட பாவை அச்சகத்தார் ஆகியோரும் நன்றிக்குரியராவர்.

கழகம் வெளியிட்டு வரும் ஏனைய மருத்துவ நூல்கள் மக்களிடையே பெற்ற அமோகமான வரவேற்பை இத் தொகுதியும் பெறும் என்று நம்புகின்றோம்.

வா.செ. குழந்தைசாமி
தலைவர்
தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

முன்னுரை

பித்தம் (அழல்) நோய்களைப் பற்றிய விளக்கங்களையும் அவற்றின் பரிகார முறைகளையும் விளக்குவதே இந்நூலின் அடிப்படை நோக்கம். அழல் என்னும் தாதின் இயல்பு, வடிவத் தன்மை, அது வாழும் இடங்கள், அதன் இயற்கைப் பண்புகள், தொழில், வகை ஆகியவை பற்றிய கருத்துகளை விளக்குவதோடு, பித்தத் தாது தன்னிடத்தும் பிறவிடத்தும் சீற்றம் அடைதலும் அமைதி அடைதலும் ஆகிய பண்புகளும் எடுத்துக் கூறப்பட்டுள்ளன. மேலும் பித்த உடலினரின் இயல்பு, பித்தம் மிகு குணம், குறை குணம், உயிரனல் பற்றிய விளக்கம் ஆகியவை பற்றியும் இந்நூலின் தொடக்கத்தில் விளக்கப்பட்டுள்ளன.

சித்த மருத்துவத்தில் நோய்களின் வகைப்பாடு பல வகைகளில் கூறப்படுகின்றன. நோய்களின் பிரிவு 4448 என்று ஒரு சாரார் கூறுகின்றனர். எனினும் மூன்று உயிர்த் தாதுக்களின் அடிப்படையிலேயே நோய்களைச் சித்தர்கள் பெரும்பாலும் பிரிவு செய்துள்ளனர். அதனை அடிப்படையாகக் கொண்டு முத்தாதுக்களில் ஒன்றான அழலின் (பித்தத்தின்) தொடர்பாக வரக்கூடிய நோய்கள் இந்நூலில் விவரிக்கப்பட்டுள்ளன.

மிகினும் குறையினும் நோய்செய்யும் நூலோர்
வளிமுதலா எண்ணிய மூன்று

என்ற வாக்கிற்கு இணங்க வளி, அழல், ஐயம் (வாதம், பித்தம், கபம்) ஆகியன தம் நிலை மாறிக் காணப்படும் காலத்தில் அவற்றின் தொடர்பான குறிகுணங்களுடன் நோய்கள் தோன்றுகின்றன. இவற்றில் அழல் தாது பாதிக்கப்படுவதால் நேரடியாகத் தோன்றும் அழல் நோய்களை யூகி முனிவர் 42 என வகைப்படுத்தி உள்ளார். அழல் நோய்கள் 42-இல் உடலைச் சார்ந்த நோய்களும், மனத்தைச் சார்ந்த நோய்களும், உடல், உள்ளம் இரண்டையும்

சேர்ந்த நோய்களும் எனத் தனித்தனி நோய்களாக விளக்கியுள்ளார். நவீன மருத்துவக் கொள்கைகளைக் கொண்டு ஆராய்ந்து பார்ப்போமானால் ஒவ்வொரு பித்த நோயும், சித்த மருத்துவத்தில் வகைப்படுத்தப்பட்ட சில தனித்தனி நோய்களை ஒத்திருப்பது புலப்படும். எங்கெல்லாம் இவ்வாறு ஒப்பிட்டுக் கூற முடிகிறதோ அங்கெல்லாம் அவை விளக்கப்பட்டு உள்ளன.

இவை தவிர நாடி நிலையின் அடிப்படையில் பித்தத் தாது மிகுதி அடைவதால் உண்டாகும் நோயின் வகைகளைப் பற்றியும் இந்நூலில் கூறப்பட்டுள்ளன.

உறுதியுள்ள பித்தமது தோன்றில் வெப்பு
உஷ்ணவாயு அத்திசுரம் அதிசாரங்கள்
மறதியுடன் கிறுகிறுப்புப் பைத்திய ரோகம்
வளர்சோகை அழலெரிவு காந்தல் கைப்பு
இருதயத்தில் கலக்கமது மறுப்புத் தாகம்
எழுங்கனவு மேயனைவு மயக்க மூர்ச்சை
சிறிது பெரும்பாடு இரத்தப் பிரமேகங்கள்
சேர்ந்து வெகுபிணி பலவும் சிறக்குந்தானே

என்று சதகநாடியில் கூறியுள்ளபடி பித்தத் தாது மிகுதி அடையும் பொழுது சுர நோய்கள், அதிசார நோய்கள், வளர்சோகை என்னும் வெளுப்பு (பாண்டு), சுவையின்மை, வாய் நோய், நீர்வேட்கை ஆகிய நோய்கள் தோன்றும் எனக் கூறப்பட்டுள்ளதால் அவற்றின் விளக்கங்கள் தனித் தலைப்புகளில் சொல்லப்பட்டுள்ளன. மேற்கண்ட பாடலில் கூறப்பட்டுள்ள கிறுகிறுப்பு, பைத்திய ரோகம், அழலெரிவு, காந்தல், கைப்பு, இருதயக் கலக்கம், கனவு, மயக்கம், மூர்ச்சை ஆகிய நோய்களைப் பற்றி, யூகி முனிவர் வகைப்படுத்தியுள்ள பித்த நோய்களின் 42 பிரிவுகளிலேயே விளக்கப்பட்டுள்ளன. மேலும் நாடி நூலில் பித்தத்தில் வாதம் சேர்ந்தால் செரியாமை, மந்தம், கிரகணி ஆகிய நோய்கள் உண்டாகும் என்று கூறப்பட்டுள்ளதால் அவையும் தனித்தனியே இங்கு விளக்கப்பட்டுள்ளன. பித்தத்தில் கபம் சேர்ந்து பாதிக்கப்படும் பொழுது "கண், காது நயன மலநீர் மஞ்சள் உண்போது மறுத்தல்" என்னும் குறிகுணங்களை உடைய காமாலை நோயும் உண்டாகும் எனக் கூறப்பட்டதால் அந்நோய் பற்றிய விளக்கங்களும் இந்நூலில் தெளிவுபடுத்தப்பட்டுள்ளன.

பித்த நோய்கள் தொடர்பாக இங்குக் கூறப்பட்டுள்ள பரிகார முறைகள் அனுபவ அடிப்படையில் மட்டுமல்லாது, பல்வேறு சித்த மருத்துவ நூல்களிலும் கூறப்பட்டுள்ள முறைகளைத் தொகுத்தும் வழங்கப்பட்டுள்ளன. நோய்களுக்கான பொது மற்றும் சிறப்புக் குறிகுணங்களை மிகவும் நுட்ப நுணுக்கமாகக் கண்டறிந்து அவற்றை வகைப்படுத்துவதற்குச் சித்தர்கள் மேற்கொண்ட முயற்சியானது, முறையியல் சார்ந்த சோதனையை அடிப்படையாகக் கொண்டதாகவே இருக்க வேண்டும். அது வெறும் யூகத்தால் மட்டும் சாத்தியப்படக்கூடியதன்று. நோய்களுக்கான பரிகார முறைகளும் மருந்து வகைகளும் குறுகிய அளவில் இல்லாமல், பல வகைப்பட்டதாக விரிவான அளவில் வாந்தியாக்கல், கழிச்சலை ஏற்படுத்தல், கண்ணுக்குக் கலிக்கமிடல், மூக்கில் நசியமிடல், உள்மருந்து, வெளிமருந்து, குடிநீர் வகைகள், இலேகியம், பற்பம், செந்தூரம், சுண்ணம், சூரணம், மெழுகு, மாத்திரை வகைகள், அவைகளுக்குரிய அனுபான வகைகள், பத்திய முறைகள் எனக் கூறி இருப்பது சித்த மருத்துவத்தின் தனிச் சிறப்பாகும். மிகுந்த பொருட்செலவு இல்லாமல் மக்களின் இயல்பான வாழ்க்கைச் சூழலில் இருந்தே மேற்கொள்ளப்படும் ஒரு நடைமுறை சார்ந்த இலகுவான மருத்துவ முறையே சித்த மருத்துவம் என்பதில் ஐயமில்லை.

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் மேற்கொண்டு வரும் சித்த மருத்துவ நூல் வெளியீட்டுத் திட்டத்தில், அழல் (பித்தம்) தொடர்பான நோய்களைப் பற்றிய நான்காம் தொகுதியை எழுதும் வாய்ப்பு எனக்குக் கிட்டியதைப் பெரும் பேறாகவே கருதுகின்றேன். இவ்வாய்ப்பினை அளித்த கழகத் தலைவர் முனைவர் வா. செ. குழந்தைசாமி அவர்களுக்கு மனமார்ந்த நன்றிகளைத் தெரியப்படுத்த மிகவும் கடமைப்பட்டுள்ளேன். இந்நூலை எழுத எனக்கு உறுதுணையாக இருந்த என் கணவர் மரு.வீ. சுப்பிரமணியன் அவர்களுக்கும், திருத்தங்களைக் கூறி நெறிப்படுத்திய மரு. ஜ.ரா. கிருஷ்ணமூர்த்தி, மரு.செ. நெ. தெய்வநாயகம் ஆகியோருக்கும் என் இதயம் கனிந்த நன்றிகள். கழகத்தின் செயலர் முனைவர் கொடுமுடி சண்முகன், தொகுப்பாசிரியர் திரு மா. மதியழகன், கணினி ஆளர் திரு க. செல்லதுரை ஆகியோருக்கும் நன்றியை உரித்தாக்கிக் கொள்கிறேன்.

மரு. க. இராஜேஸ்வரி

Introduction

The aim of this book is to deal with Pitha Group of Diseases in Siddha System of Medicine. Siddhars classified diseases in different categories. The classifications are symptomwise, organwise and in some places agewise also. Some diseases are grouped on the basis of treatment also. Diseases pertaining to women and children are dealt with separately. So classification of diseases is varied.

Though there are varried types of classifications, all these diseases occur only due to the defective functioning of three basic factors called Vatham, Pitham and Kabam in the body. Hence Tamil Valarchi Kazhagam decided to publish volumes in disease aspect of Siddha Maruthuvam based on the basic factors of Vatham, Pitham and Kabam.

Here in this book the author, Professor Dr. K. Rajeswari M.D. (Siddha) who has vast experience in teaching the subject of Siddha Maruthuvam both, clinical and theory in the State Siddha Medical College for about 30 years has tried to bring about all the information pertaining to the Pitha type of diseases.

In the I chapter, the general and fundamental aspects of Pitham or Azhal are discussed. The factors like formation, distribution, functions in the normal course, changes which occur due to dietetic and environmental aspects, changes in various climates, land forms, seasons etc., are explained here. These factors have to be borne in mind while examining the patient to know whether the abnormality of Pitham is of Physiological or Pathological nature.

Pitham or Azhal Noigal (Diseases) according to **Yugi Vaidhya Chinthamani** are 42 in numbr. Here the Azhal or Pitha thathu gets affected directly. The details about these 42 diseases are explained in the chapter on "Pitha Noigal". Many of the functional disorders of body and mind are discussed here. Many simple remedies for their cure are also given for the benefit of the readers.

The chapter on "Sura Noi Vagai" deals with different kinds of fever that occur due to various internal and external factors. Many of the varieties are comparable to modern theories or diseases.

The Therapeutic aspect of "Sura Noigal" is dealt with separately in the next chapter.

The line of treatment for any disease is important in Siddha System of Medicine. Medicines are prescribed only on the basis of this systematic framework. This scientific procedure is adopted in the treatment aspect of all individual disease in this book.

There are 32 forms or types of internal medicines and 32 forms of external medicines in Siddha System. Here in this book, the following common forms of medicines for different diseases are explained in different formulations.

1. Herbal Juices raw or heated, individually or mixed with other herbs
2. Decoctions (Kudineer)
3. Powders in many varieties like Parpam, Chenduram, Chunnam, Chooranam, Karpam
4. Oil in different varieties (both internal and external)
5. Many other domestic forms of items like Karkam, Vatakam, Pittu, Adai, ghee or butter form
6. Tasty preparations like Manappagu, Leghiyam and Rasayanam
7. Paste like form of Mezhugu and
8. Some form of tablets.

Herbs, metals, minerals and products of animal origin are used in the formulation and preparation of medicines.

However it is important to note that herbal preparations should be considered as first choice of medicine for any disease. If it is not found effective, then we have to go in for other metallic and mineral preparations of medicine.

Here in this book this important aspect is taken for consideration and treatment is given accordingly.

For some diseases Kalikkam, Nasiyam and Agranam type of external medicines are also described.

In Siddha System the metallic and mineral preparations like Parpam, Chenduram, Chunnam, Mezhugu etc., are prepared after purification of the concerned metals and minerals by treating them with many herbal juices and by involving them with various other techniques of purification as mentioned in literature.

These preparations in practice are widely used. A single preparation will be effective for various disorders when it is given with different vehicle or adjuants (Anupanam or Thunai Marunthu). Hence while prescribing the medicine, the practitioner should be very careful in this aspect.

In the same manner, diet is also an important factor in the treatment aspect. The diet suitable for each individual disease is explained with treatment in this book.

Apart from Sura Noi, "Suvai Inmai Noi", "Vai Noigal" with "Akkaram", "Neervetkai Noi", "Veluppu Noi", "Kamalai Noi", "Perunkalichal Noi" and "Ninakkalichal Noi" are dealt with in other chapters. The aetiology, signs and symptoms, treatment and dietetic factors are discussed elaborately in these chapters.

I am very much thankful to Tamil Valarchi Kazhagam for giving me this valuable opportunity to write this book on Pitham (Azhal) and its types of diseases. I feel that this book will be very much useful to the students of Siddha Medical Colleges and all other Siddha Medical Practitioners. As the book is in simple form, all other persons interested in knowing about Siddha Medicine will also get benefited if they go through the book once.

I wish to express my gratitude to Dr. V.C. Kulandaiswamy ex-vice Chancellor of different universities who has given me this assignment and a lot of encouragement in writing this book though many of the co-authors designated, didn't come forward to assist me in undertaking this work.

I wish to express my sincere thanks to my husband Dr. V. Subramaniam M.D. (Siddha) Former Joint Director of Indian Medicine & Homeopathy and former Principal, Government Siddha Medical College, Palayamkottai for his immense help in writing this book.

I wish to express my thanks to Dr. S.N. Deivanayakam and Dr. J.R. Krishnamoorthy for giving their valid suggestions and corrections in bringing out this book in good form.

I am very much thankful to Dr. Kodumudi Shanmugam, Secretary, Tamil Valarchi Kazhagam, Thiru M. Mathialagan, Editor and Thriu K. Selladurai, computer assistant for their valuable support.

Dr. K. Rajeswari

1

பித்தம் : வடிவத் தன்மையும் வாழும் இடமும்

முன்னுரை

பித்தம் என்பது முத்தாதுக்களில் ஒன்று. இது ஐம்பூதங்களில் 'தீ' பூதத்தின் தன்மையால் ஏற்படுவது. பித்தம் என்ற சொல்லே பெரும்பாலும் சித்த மருத்துவ மூல நூற்களில் கூறப்பட்டுள்ளது. எனினும் தமிழ் வழிச் சொற்களால் நூல் எழுதப்பட வேண்டும் என்ற எண்ணம் கொண்டு பித்தம் என்ற சொல்லை இயன்ற வரை தவிர்த்து, அழல் என்று பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளது. எனவே இந்நூலில் கூறப்பட்டுள்ள அழல், தீ, அனல், பித்தம் ஆகிய சொற்கள் அனைத்தும் ஒரு பொருளையே குறிக்கும்.

வடிவத் தன்மை

மண்ணீரனல்கா லென்னு நான்கும்
நிரலே நாற்றந் தட்பந் திட்பம்
உருவி லூற்ற முடைய வாகி
மெய்ப்பொரு ளழிபொரு ளெனவிரு வகைய
அணுக்கள் மெய்ப்பொருள் காரிய மழிபொருள்

இப்பாடலின் மூலம் மண் மணமுடையது; நீர் குளிர்ச்சியானது; அனல் வெப்பமானது; காற்று உருவமற்று ஆற்றல் மயமானது. அணுத்தன்மை வாய்ந்த இவைகள் நிலைத்தன்மை உடையனவாகவும், இவற்றின் காரியம் தோன்றி மறையும் தன்மை உடையனவாகவும் அமைகின்றன. எனவே அழலின் இயற்கை வடிவம் அணுத்துவம் என்று அறிய முடிகிறது.

கதிரோன் வரைப்பின் கட்டன லுடம்பு

என்பதால் வெப்பமும் கூர்மையும் அது சேரும் பொருள் வேற்றுமையால் இளகலும், நீராகலும், கட்டலும் ஆகிய தொழில்கள் ஏற்படுகின்றன என்ற உண்மையை அறிய

முடிகிறது. அதாவது உப்பை வெய்யிலில் இட்டால் கட்டலும், வெல்லத்தை வெய்யிலில் இட்டால் இளகலும், நெய் உருகலும் போல நெய்ப்பும் நெகிழ்ச்சியும் உளவெனக் கொள்க. ஒருவர் இயக்க இயங்கும் தன்மையால் இயங்கும் பொருள், இயக்கப்படும் பொருள் என்னும் இரு பொருள்களுள் இயக்கமும் ஒன்றாகலின் பித்தமும் தீயின் வடிவத் தன்மையை உடையதாகும்.

வாழும் இடம்

அழல் வாழும் இடங்களாகச் சித்தர் நூல்களில் பின்வருமாறு கூறப்பட்டுள்ளன: பிங்கலை, பிராணவாயு, நீர்ப்பை, மூலாக்கினி, இருதயம், தலை என்னும் இவை அழல் வாழும் இடங்களாகத் தமிழ் வைத்திய சதகம் கூறுகிறது.

இவையன்றிக் கொப்பூழ், உந்தி, இரைப்பை, வியர்வை, உமிழ்நீர், இரத்தம், சாரம், கண், தோல், சிறுநீர், கண்டத்தின் கீழிடம் முதலியனவும் அழல் வாழும் இடங்களாக யூகி, திருமூலர் ஆகியோர் நூல்களின் மூலம் அறியமுடிகிறது.

இயற்கைப் பண்பு

- செரிப்பாற்றல்
- வெம்மை
- பார்வை
- பசி
- நீர்வேட்கை
- சுவை
- ஒளி
- நினைப்பு
- அறிவு
- வன்மை
- மென்மை

ஆகியவை அழலின் இயற்கைப் பண்புகளாகும்.

தொழில்

- உடலில் வெப்பம் உண்டாக்கல்
- செந்நிறம் அல்லது மஞ்சள் நிறம் தோன்றச் செய்தல்
- உண்ட உணவுப் பொருள்கள் பக்குவம் அடையும் போதும் செரிக்கும் சமயத்திலும் வெப்பம் உண்டாக்கல்
- வியர்க்கச் செய்தல்
- மயக்கம் ஏற்படுத்தல்
- செந்நீரை அளவில் மிகுவித்தல், அவ்வாறு மிகுந்த செந்நீரை வெளிப்படுத்தல்
- தோல், கண், மலம், சிறுநீர் முதலியவற்றுக்கு மஞ்சள் நிறம் அளித்தல்
- சீற்றம், வணக்கமின்மை, அசைவின்மை, வெறி, மெலிவு, எரிவு உண்டாக்கல்
- எச்சுவையையும் கைப்பாகவேனும் புளிப்பாகவேனும் இருக்கச் செய்தல்

ஆகியவை அழலின் தொழில்களாம்.

வகைகள்

அழல் தன் இடம், தொழில் வேற்றுமையால் ஐவகைப்படும். அவை வருமாறு:

1. அனற்பித்தம்

பாசகம், ஆக்கனல் என்பன இதன் வேறு பெயர்கள். இது தீயின் பண்புடையது. இது இரைப்பைக்குள் தீயின் குணத்தை மிகுதியாகப் பெற்று, நீர் வடிவமுள்ள பொருள்களை வறளச் செய்து, உண்ட உணவுப் பொருள்களைச் செரிக்கும்படிச் செய்யும். இவ்வழலே செரிமானத்தின் அடிப்படைக் கூறு என்பது பெறப்படுகிறது.

2. இரஞ்சகப் பித்தம்

வண்ண எரி என்பது இதன் வேறு பெயர். இது செந்நீரை (குருதி) மிகுதிப்படுத்தும் பண்புடையது. இரைக்குடலில் இருந்துகொண்டு, உணவிலிருந்து பிரிந்து உண்டான சாற்றுக்குச் செந்நிறத்தைத் தருகிறது.

3. சாதகப் பித்தம்

இது ஆற்றலங்கி என்றும் அழைக்கப்படுகிறது. நிறைவேற்றும் பண்புடையது. இது தமரகத்திலிருந்து (சுவாசக் குழல்) அறிவு, புத்தி, பற்று இவற்றைக் கொண்டு விருப்பமான தொழிலைச் செய்து முடிக்கும்.

4. பிராசகம்

இது ஒள்ளொளித் தீ என்றும் அழைக்கப்படுகிறது. இது தோலுக்கு ஒளியைத் தரும் பண்புடையது. இது தோலில் வாழ்ந்துகொண்டு, தோலுக்கு ஒளியைக் கொடுத்து அதை ஒளிரச் செய்கிறது.

5. ஆலோசகம்

நோக்கழல் என்றும் அழைக்கப்படும் இது கண்களில் வாழ்ந்துகொண்டு, எல்லாப் பொருட்களின் வடிவத்தையும் அறிதலாகிய செயலுக்கு ஆதாரமாய் உள்ளது.

அழல் தன்னிடத்தும் பிறவிடங்களிலும் சீற்றமுறுதலும் அமைதியுறலும்

அழலின் குணங்களுடன் குளிர்ச்சி தரும் பொருட்களை உட்கொண்டால் பித்தத்தின் சிறப்பிடங்களில் நோய் காணும். அப்பித்தத்தின் குணங்களுடன் சூட்டைத் தரவல்ல பொருட்களைச் சேர்த்தால் பித்தத் தானங்கள் அன்றியும் பிற இடங்களிலும் சீற்றம் உண்டாகும். அப்பித்த குணத்துடன் மந்தமும் சீதமுமான பண்டங்கள் சேர்ந்தால் பித்தம் தன்னிலை பெறும். வேறு நோய் ஏதும் இல்லை என்பது சித்தர்களின் கோட்பாடாகும்.

அழல் (பித்த) உடலின் இயல்பு

சித்த மருத்துவ நூல்களின்படி அழல் உடலினர்தம் பொதுவான இயல்புகளாகப் பின் வருவனவற்றைத் தொகுத்துக் காணலாம்:

- உடலில் எப்போதும் வெப்பம் பொருந்தி இருக்கும்.
- எலும்பு, கீல் பகுதிகளில் ஊன் குறைந்து இருக்கும்.

2. இரஞ்சகப் பித்தம்

வண்ண எரி என்பது இதன் வேறு பெயர். இது செந்நீரை (குருதி) மிகுதிப்படுத்தும் பண்புடையது. இரைக்குடலில் இருந்துகொண்டு, உணவிலிருந்து பிரிந்து உண்டான சாற்றுக்குச் செந்நிறத்தைத் தருகிறது.

3. சாதகப் பித்தம்

இது ஆற்றலங்கி என்றும் அழைக்கப்படுகிறது. நிறைவேற்றும் பண்புடையது. இது தமரகத்திலிருந்து (சுவாசக் குழல்) அறிவு, புத்தி, பற்று இவற்றைக் கொண்டு விருப்பமான தொழிலைச் செய்து முடிக்கும்.

4. பிராசகம்

இது ஒள்ளொளித் தீ என்றும் அழைக்கப்படுகிறது. இது தோலுக்கு ஒளியைத் தரும் பண்புடையது. இது தோலில் வாழ்ந்துகொண்டு, தோலுக்கு ஒளியைக் கொடுத்து அதை ஒளிரச் செய்கிறது.

5. ஆலோசகம்

நோக்கழல் என்றும் அழைக்கப்படும் இது கண்களில் வாழ்ந்துகொண்டு, எல்லாப் பொருட்களின் வடிவத்தையும் அறிதலாகிய செயலுக்கு ஆதாரமாய் உள்ளது.

அழல் தன்னிடத்தும் பிறவிடங்களிலும் சீற்றமுறுதலும் அமைதியுறலும்

அழலின் குணங்களுடன் குளிர்ச்சி தரும் பொருட்களை உட்கொண்டால் பித்தத்தின் சிறப்பிடங்களில் நோய் காணும். அப்பித்தத்தின் குணங்களுடன் சூட்டைத் தரவல்ல பொருட்களைச் சேர்த்தால் பித்தத் தானங்கள் அன்றியும் பிற இடங்களிலும் சீற்றம் உண்டாகும். அப்பித்த குணத்துடன் மந்தமும் சீதமுமான பண்டங்கள் சேர்ந்தால் பித்தம் தன்னிலை பெறும். வேறு நோய் ஏதும் இல்லை என்பது சித்தர்களின் கோட்பாடாகும்.

அழல் (பித்த) உடலின் இயல்பு

சித்த மருத்துவ நூல்களின்படி அழல் உடலினர்தம் பொதுவான இயல்புகளாகப் பின் வருவனவற்றைத் தொகுத்துக் காணலாம்:

- உடலில் எப்போதும் வெப்பம் பொருந்தி இருக்கும்.
- எலும்பு, கீல் பகுதிகளில் ஊன் குறைந்து இருக்கும்.

அழல் இயல்பு நிலை கெட்டுக் குறையுமானால்:

- ❖ மந்தாக்கினி (பசியின்மை) உண்டாகும்.
- ❖ உடல் குளிர்ச்சியுறும்.
- ❖ நிறக்குறைவு ஏற்படும்.
- ❖ ஐய (கபம்) நிலை கேடு அடையும்.

உயிர் அழல்

உடலுக்கு ஆதாரமாய் உள்ள:

- ❖ முத்தாதுக்கள் (வளி, அழல், ஐயம்)
- ❖ ஏழு உடல் கட்டுகள் [1. சாரம், 2. செந்நீர் (குருதி), 3. ஊன் (தசை), 4. கொழுப்பு, 5. எலும்பு, 6. மூளை, 7. வெண்ணீர் (விந்து)]
- ❖ மலாதிகள் (மலம், சிறுநீர், வியர்வை)
- ❖ ஞானேந்திரியம் (கண், செவி, மூக்கு, நாக்கு,மெய்)
- ❖ கருமேந்திரியம் (வாய், கை, கால், கருவாய், எருவாய்)
- ❖ மனம்
- ❖ தச வாயுக்கள் [பத்து வளிகள்: 1. பிராணன்(உயிர் வளி), 2. அபானன் (மலக் காற்று), 3. வியானன் (தொழில் காற்று), 4. உதானன் (ஒலிக் காற்று), 5. சமானன் (நிரவு காற்று), 6. நாகன் (தும்மல் காற்று), 7. கூர்மன் (விழிக் காற்று), 8. கிருகரன் (கொட்டாவிக் காற்று), 9. தேவதத்தன் (இமைக் காற்று), 10. தனஞ்சயன் (வீங்கல் காற்று)]
- ❖ தச நாடிகள்[பத்து நாடிகள்: [1. இடைகலை (இடப்பக்க நரம்பு), 2. பிங்கலை (வலப்பக்க நரம்பு), 3. சுழுமுனை (நடுநரம்பு), 4. சிகுவை (உள்நாக்கு நரம்பு), 5. புருடன் (வலக்கண் நரம்பு), 6. காந்தாரி (இடக்கண் நரம்பு), 7. அத்தி (வலச்செவி நரம்பு), 8. அலம்புடை (இடச்செவி நரம்பு), 9. சங்கினி (கருவாய் நரம்பு), 10. குகு (எருவாய் நரம்பு)]

ஆகிய இவைகளால் உருவாக்கப்பட்ட உடல் நல்ல நிலையில் இருத்தற்குரிய அளவில் இருக்கும் அழலே உயிர் அழல்.

ஸ்தூல, சூட்சம, பஞ்ச பூத மயமான உடலும் உயிரும் சேர்ந்திருக்கப்பட்ட தேகத்தை நல்ல நிலையில் வைத்திருக்கப் பயன்படும் இது "உயிரனல்",

"உயிரக்கினி", அல்லது "சீவாக்கினி", "குக்கியனல்" என்றெல்லாம் சித்தர்களால் போற்றப்படுகின்றது. உடலில் அமைந்துள்ள வாதாதி முத்தாதுக்களைச் சார்ந்து வருகின்ற நோய்கள் பலவற்றிற்கும் தலைமை உடையது அழலே ஆதலால், இதனைப் "பல பிணிக்கும் இறை" என்றும் கூறுவர். மனம், புத்தி, அகங்காரம் என்னும் அந்தக்கரணங்களுடன் ஓசை, ஊறு, ஒளி, சுவை, நாற்றம் என்னும் தன்மாத்திரை ஐந்தும் கூடிய புரியட்ட காயம் (சூட்சும சரீரம்) எட்டுக்கும் உயிரனல் துணைவனாக இருக்கிறது.

உடலில் பொருந்தி உள்ள வாயு ஒன்றை ஐந்தாகவும், அவற்றின் உபவாயுக்கள் ஐந்தையும் பிரித்துத் தோற்றுவித்து அன்னை போல் பாதுகாப்பதும் உயிரனலேயாகும். சூதாட்டத்தில் சொக்கட்டான் காய் அடிக்கடி நிலை மாறுதல் போல மாறுகின்ற நவக் கருவிகள் (செவிகள்- 2, கண்கள்-2, நாசிகள்-2, வாய்-1, குய்யம்-ஆண் அல்லது பெண் குறி-1, குதம்-1 ஆக ஒன்பது வாசல் அல்லது நவத்துவாரங்கள்) மற்றும் உயிர்ப்புக்கு ஆதாரமாகிய மற்ற கருவிகள் அனைத்துக்கும் அதனதன் தொழில்களைப் புரிவதற்கு உயிரனல் தந்தையைப் போல் ஆதாரமாய் இருக்கின்றது.

நுண் உருவமாகிய பிராணன் என்கிற உயிர் தங்கி இருத்தற்கு உயிரனலே முக்கிய காரணமாக இருக்கின்றது. அதாவது இருப்பிடம் அளிக்கிறது எனவும் சொல்லலாம். உயிர் உடலை விட்டு நீங்கும், நீங்காது என்பதை அறிவதற்கும் உயிரனலே ஒரு விளக்கைப் போல் அமைந்து தெளிவைத் தருகின்றது.

2

பித்த நோய்கள்

முன்னுரை

சித்த மருத்துவ மரபில் அழல் அல்லது பித்தம் தொடர்பாக யூகி முனிவரது கோட்பாடுகளே பெரிதும் பயில்வில் இருந்து வருகின்றன. அவருடைய அணுகுமுறையின்படி, உடலில் அழல் குற்றம் மிகுந்து வாய் நீர் ஊறல், வாந்தி, மயக்கம், தலை சுற்றல், குருதி வன்மை கெடல், பித்தமாக வாந்தி செய்யல் ஆகிய பல துன்பங்களை விளைவிக்கும் நோயாம். புளி, காரம், உப்புள்ள பண்டங்களை அளவுக்கு மிஞ்சி உட்கொள்வதாலும்; மனத்தில் துயர்கொள்வதாலும்; நெருப்பு, வெய்யில் இவற்றில் மிகுதியும் ஈடுபடுதலாலும்; அடிக்கடி சினத்தையும், தூங்காது விழித்திருத்தலையும் மேற்கொள்வதனாலும்; வேகாப் பொருள்களை உண்பதாலும்; பெண்போகம் மிகுதியாலும் உண்டான வெப்பமானது உந்தியிலிருந்து எழுந்து கழுத்து வரையும் பாய்ந்து அழல் குற்றத்தைப் பெருக்கும்.

முற்குறிகள்

வாய் நீர் ஊறல், வாய் கைத்தல், நீர்வேட்கை, விக்கல், ஓக்காளம், உடல் அனலாய் இருத்தல், வியர்த்தல், கற்றாழை நாற்றம், தினவெடுத்தல், சொறி சிரங்கு உண்டாதல், தோல் வறண்டு காணல், கண்ணொளி குன்றல், முகம் வெளுத்தல் அல்லது மஞ்சளித்தல், சிறுநீர்க் கட்டு, எரிச்சல், அடிக்கடி கழிதல் என்னும் குறிகளில் சிலவேனும் பலவேனும் காணும்.

இப்பித்த நோய் ஆவணி, புரட்டாசி, ஐப்பசி, கார்த்திகை ஆகிய மாதங்களில் தன்னளவில் மிகுந்து பொங்கி எழும். மார்கழி, தைத் திங்களில் தணியும். மீண்டும் பங்குனி, சித்திரை மாதங்களில் பெருகி உடல் முழுமையும் பரவும்.

நோய் வகை

சித்த மருத்துவ நூல்களில் அழல் நோயின் எண்ணிக்கை குறித்து வேறுபட்ட கருத்துகள் நிலவுகின்றன. தேரையர் வாகடம் என்னும் நூலில் இருபத்தொரு அழல்கள் குறிப்பிடப் பட்டுள்ளன. அவை:

1. அழல் பித்தம்
2. சுழல் பித்தம்
3. மயக்கும் பித்தம்
4. குழல் பித்தம்
5. இருள் பித்தம்
6. சித்த விப்பிரமைப் பித்தம்
7. ஆமலப் பித்தம்
8. அஞ்சகரப் பித்தம்
9. சுளிப் பித்தம்
10. ஆவறுப்பித்தம்
11. நேத்திரப் பித்தம்
12. மவுனப் பித்தம்
13. சுக்கிலப் பித்தம்
14. மதிப் பித்தம்
15. விரணப் பித்தம்
16. ஓடல் பித்தம்
17. அனத்தும் பித்தம்
18. காமாலைப் பித்தம்

19. இளம் பித்தம்

20. சத்தி பித்தம்

21. அறிவழிந்த பித்தம்

என்பனவாகும். ஆனால் யூகி முனிவரோ பித்தங்களை நாற்பத்திரண்டு வகையானதாக அடையாளம் கண்டு, பின்வரும் பெயர்களால் குறிப்பிட்டுள்ளார். அவை:

1. ஆவுரு பித்தம்

2. ஆமிலப் பித்தம்

3. உன்மாதப் பித்தம்

4. தமந்தப் பித்தம்

5. வாதப் பித்தம்

6. வன்னிப் பித்தம்

7. சிலேட்டுமப் பித்தம்

8. சுரோணிதப் பித்தம்

9. விகாரப் பித்தம்

10, விரணப் பித்தம்

11. உரத்தப் பித்தம்

12. இரத்தப் பித்தம்

13. காசப் பித்தம்

14. சுவாசப் பித்தம்

15. செம் பித்தம்

16. கரும் பித்தம்

17. கரப்பான் பித்தம்
18. அசீரணப் பித்தம்
19. அருசிப் பித்தம்
20. எரிப் பித்தம்
21. அழல் பித்தம்
22. துடிப் பித்தம்
23. விடப் பித்தம்
24. அதிசாரப் பித்தம்
25. மூலப் பித்தம்
26. முதிர் பித்தம்
27. கண்டப் பித்தம்
28. ஓடு பித்தம்
29. மூடு பித்தம்
30. நடுக்குப் பித்தம்
31. கபாலப் பித்தம்
32. சர்த்திப் பித்தம்
33. தாகப் பித்தம்
34. விக்கல் பித்தம்
35. க்ஷயப் பித்தம்
36 திமிர்ப் பித்தம்
37. வளிப் பித்தம்
38. சீதப் பித்தம்.

39. கிருமிப் பித்தம்

40. அசாத்தியப் பித்தம்

41. மார்க்கப் பித்தம்

42. மருந்தீடு பித்தம்

என்பனவாகும். சில நூலோர் இதனை நாற்பது எனவும் கூறுவர். இனி இவற்றை ஒவ்வொன்றாகக் காணலாம்:

1. ஆவுரு பித்தம்

இந்நோயில் உடல் வெதும்புதல், நீர்வேட்கை, இருமல், சளி வெளியாதல், உடல் பருத்தல், வெப்பமாதல், வாய் புளிப்பு, மலமும் சிறுநீரும் மஞ்சளித்தல், வாய் அதிகம் பேசாமல் அங்கும் இங்கும் பார்த்தல், கூத்தாடுதல், ஆரவாரித்துக் கூவுதல், அடிக்கடி எழுந்தோடல் என்னும் குறிகுணங்கள் காணப்படும்.

இந்நோயில் mania என்று அழைக்கப்படும் மன எழுச்சி நோயின் ஒரு வகையான குறிகுணங்களாகிய பேசிக்கொண்டே இங்கும் அங்கும் உற்றுப் பார்த்தல், கூத்தாடுதல், கொக்கரித்தல், கத்துதல் (கூவுதல்), தூக்கமின்மையால் அடிக்கடி எழுந்திருத்தல் ஆகிய குறிகுணங்கள் விவரிக்கப்பட்டுள்ளன.

2. ஆமிலப் பித்தம்

இந்நோயில் உடல் கறுத்தல், ஆவேசங்கொண்டது போல் தலையைத் திருப்பல், உண்ட உணவு செரியாமல் மறுநாள் அப்படியே வாந்தியாதல், அவை புளிப்பும், கசப்புமாக இருத்தல், கை, கால் சோர்ந்து போதல், அன்றியும் விக்கல், வயிறு உப்புதல் முதலிய குறிகுணங்கள் காணப்படும்.

3. உன்மாதப் பித்தம்

இந்நோயில் உடல் மிடுக்குடன் இருத்தல், அதிகப்பசி, தலைகனத்தல், ஒரே இடத்தில் உட்கார்ந்திருத்தல், பிறருடன் பேசாது ஊமை போல் இருத்தல், உறக்கமில்லாது விழித்திருத்தல், வாய்நீர் வடிதல், மனக் கலக்கம் ஏற்படல் ஆகிய குறிகுணங்கள் காணும்.

இந்நோயில் விறைப்பு நிலை மனச்சிதைவு நோயின் குறிகுணங்கள் விவரிக்கப்பட்டுள்ளன. அவை: சிறப்பாக ஒரே இடத்தில் உட்கார்ந்திருத்தல்,

ஊமை போல் பேசாது இருத்தல், உறங்காது விழித்திருத்தல், மனக்கலக்கம் ஆகியவையாகும். இது வெறியழல் நோய் என்றும் அழைக்கப்படும்.

4. தமந்தப் பித்தம்

இந்நோயில் கள் உண்டவனைப் போல் தன்னை மறந்து கிடத்தல், உடல் துடித்தல், நாவறட்சி, நாவடி நரம்பு மஞ்சளித்தல், பலமுறை அழைத்தாலும் பிணத்தைப் போல் பேசாதிருத்தல், அடிக்கடி நீர்வேட்கை, மிகுந்த உணவு உண்ணுதல், மௌனமாக இருத்தல் ஆகிய குறிகுணங்கள் காணப்படும்.

5. வாதப் பித்தம்

இந்நோயில் கண் புகைந்து இரைச்சலுண்டாகிக் கண்ணை மறைப்பதன்றி, கண்ணை மின்மினிப்பூச்சுப் போலச் சுழலச் செய்து, கண்ணீர் வடித்துக் கலங்கச் செய்யும். மேலும் உடம்பு முழுவதும் வியர்வை, மயக்கம், தயக்கம், வாந்தி, உணவு வேண்டாமை என்னும் குறிகுணங்களைக் காட்டும்.

6. வன்னிப் பித்தம்

வயிறு நொந்து கனல் போல் எழுந்து மண்டை வரையிலும் சென்று சீதமும் செந்நீரும் சேர்ந்து கழிதல், சிலவேளை அது கறுத்துக் காணல், உடல் வெளுத்து மயக்கமும் தயக்கமும் உண்டாதல், சோறு வேண்டாமை, நாவானது வெந்து, வாய் புளிப்புச் சுவையுடன் இருத்தல் ஆகிய குறிகுணங்களை வன்னிப்பித்தம் காட்டும்.

7. சிலேட்டுமப் பித்தம்

இப்பித்த நோயில் ஐயமும் சேர உடல் முழுவதும் வெளுத்துக் குளிர் உண்டாகி உடல் நோதல், சினம் உண்டாதல், மயக்கம், அறிவழிதல் முதலியன காணும். இத்துடன் இருமல், கண்கள் பச்சை நிறமாதல், மிகுந்த பசி உண்டாதல், அடிக்கடி தும்மல், தலை கனத்தல் ஆகிய குறிகுணங்களையும் காட்டும்.

8. சுரோணிதப் பித்தம்

இந்நோயில் சுரோணிதம் மிக வெதும்பி உடல் முற்றும் குடைந்து, கீல்களில் நோய் உண்டாகும். உடம்பில் முள் செருகியது போல் குத்தல், நீர்வேட்கை, உடல் நைதல், தலைநோய் மிகுதியாதல், மனச்சோர்வு, வாந்தி கோழை கக்கல் என்னும் குறிகுணங்கள் காணும்.

9. விகாரப் பித்தம்

இந்நோயில் தூக்கம் இன்மை, வாய்க்கசப்பு, பேசுவதை விரும்பாமை, கண் சிவந்து கலங்கிக் காணல், உடல் வெளுத்து, கடுத்துத் தீய்தல், வாந்தியாதல், மயக்கம் உண்டாதல், மனம் மயங்கல், வாய் நீர் ஊறல், உணவு கொள்ளாது பட்டினியாய் இருத்தல் என்னும் குறிகுணங்கள் காணும்.

இந்நோய் மன அழுத்தச் சிதைவு நோயில் (Depressive Psychosis) தோன்றும் குறிகுணங்களை ஒத்துள்ளது. அலை, தூக்கம் இன்மை, பேசுவதை விரும்பாமை, மனக் கலக்கம், கண் சிவத்தல், பட்டினி கிடத்தல் மனம் மருகல் ஆகிய குறிகுணங்கள், மேற்கூறிய நோயில் காணும் குறிகுணங்களை ஒத்துள்ளன.

10. விரணப் பித்தம்

இதில் உடல் முற்றும் திமிர் உண்டாகி, உடல் கனத்துத் தினவு உண்டாகிப் புண்ணாதல், வாய் கைத்தல், நாடி படபடத்துத் துடித்தல், ஆண்குறி சிவத்தல், திடுக்கிட்டுத் துயில் எழுதல், வாய்நீர் ஊறல் ஆகிய குறிகுணங்கள் தோன்றும்.

11. உரத்தப் பித்தம்

இந்நோயில் கோபம் மிகுதியாக உண்டாதல், அடிக்கடி சண்டையிடல், மிகுதியாகக் கூச்சலிட்டு இரைச்சலை உண்டாக்கல், வயிறு அடிக்கடி கழிதல், நன்மை, தீமை அறிய முடியாமை, கண் சிவத்தல், தூக்கம் இன்மை, உடல் நாளுக்கு நாள் பருத்துக்கொண்டு வருதல் ஆகிய குறிகுணங்கள் காணும்.

12. இரத்தப் பித்தம்

இந்நோய் மிகுந்த இருமலை உண்டாக்கி, இரத்தம் கோழையோடு மிகுதியாக வெளியாதல், உடல் மிகுதியாய் நாளுக்கு நாள் இளைத்துக் கொண்டே வரச் செய்து, அடிவயிற்றைச் சுருங்கி வற்றச் செய்யும். வாய்நீர் புலால் நாற்றம் வீசும். உடலை வாட்டம் அடையச் செய்யும். இடுப்புக் குடைச்சலை உண்டாக்கும்.

13. காசப் பித்தம்

இந்நோய் எற்கனவே உள்ள இருமல் நோய் நீடித்து நிலைபெற்றுப் பித்தம் கேடடைந்த நிலையில் அதன் துணையாக விளைவதாகும். இருமலுடன் வயிறு புரட்டல், விக்கல், வாந்தி, உடல் முற்றும் வலி, உடல் வெப்பத்தினால் வெதும்பல்,

குரல் கம்மல், வாய்நீர் ஊறல் இனிப்புப் பொருள்களில் விருப்பம், மனத்துயரம், நெஞ்சு கனமாக இருப்பது போல் தோன்றல் என்னும் குறிகுணங்கள் உண்டாகும்.

14. சுவாசப் பித்தம்

இந்நோயில் இரைப்பிருமலின் குறிகுணங்களாகிய மூச்சிரைப்பு, வயிறு ஊதிக்கொள்ளுல், உடல் முற்றும் வலி, வாயில் ஊற்றைப் போல் நீர் ஊறல், மயக்கம், கண் பார்வை மறைத்தல், மார்பில் தாங்க முடியாத வலியோடு இருமல் உண்டாதல், வயிறு பசி இல்லாமை ஆகிய குறிகுணங்கள் காணும்.

15. செம் பித்தம்

இந்நோய் வாயில் செம்பின் களிம்பைப் போல் சுவையை உண்டாக்கி வாந்தியைச் செய்விக்கும். வாந்தி செந்நிறமாய் இருக்கும். மலக்கட்டை உண்டாக்கி அவைகளைச் சிவந்த நிறமாய் வெளிப்படுத்தும். மயக்கத்தைப் பிறப்பித்து உடலை வியர்க்கச் செய்யும். அவ்வியர்வையும் செந்நீராய் வெளியாகும். அடிக்கடி திடுக்கிட்டு பயப்படச் செய்யும். உடலை இளஞ்சூரியனைப் போல் சிவக்கப் பண்ணும்.

16. கரும் பித்தம்

இந்நோய் தியக்கம் (சோர்வு), தலையோடு உடல் நடுங்கல், தலைவலி உண்டாகிக் கண் உறங்கச் செய்தல், கடைக்கண் சிவந்து மின்மினி போலத் தோன்றுதல், பித்தம் மிகுந்து உடல் கனத்து வருதல், நாச் சுவையினை அறியாமை, பசி இன்மை கறுநிறத்தில் வாந்தியாதல் என்னும் குறிகுணங்களைத் தோற்றுவிக்கும்.

17. கரப்பான் பித்தம்

இந்நோயில் உடல் முழுமையும் சொறி உண்டாகி, வலி மிகுந்து கட்டிகளாகி எழும்பும். அத்துடன் அக்கடி கழிதல், வயிறு இரைதல், இருமல், இழுத்துப் பிடித்துக்கொள்ளல், கால் வன்மையற்றுத் துவண்டுபோதல், இடுப்பில் வலி திமிருண்டாதல், உடல் கறுத்துக் கன்றிப்போதல் ஆகிய குறிகுணங்கள் காணும்.

18. அசீரணப் பித்தம்

இந்நோயில் மந்தம், பசி இன்மை, உடல் கறுத்துக் குளிர் உண்டாதல், மலக்கட்டு, கண் கரித்து நீர் பாய்தல், மிகுந்த தலைவலி, வயிறு இரைதல்,

அடிவயிறு இழுத்துப் பிடித்தாற் போல் நோதல், உணவு வேண்டாமை, கை கால் ஓய்தல், புளித்த தேங்காய்ப் பாலைப் போல் வாய்நீர் ஊறல் என்னும் குறிகுணங்கள் காணப்படும்.

19. அருசிப் பித்தம்

இந்நோய் உணவை மறுத்தல், குடலைப் பிரட்டி வாந்தியாதல், சுவையின்மை, மனக் கலக்கம், மயக்கம் உண்டாகித் தலைச் சுற்றலை ஏற்படுத்தும். அடிநாக்கு மிகவும் தடித்து நாவில் உணர்ச்சி அற்ற தன்மை ஏற்படும். மேலும் உறக்கம் இன்மை, வாய் மற்றும் உடல் எரிச்சல் ஆகிய குறிகுணங்களைக் காட்டும்.

20. எரிப் பித்தம்

இந்நோயில் அடித்தொடை, இரு பாதங்கள், கண், உள்ளங்கால், உள்ளங்கை இவைகளில் எரிச்சல் உண்டாகும். இரு காதும் மூக்கும் வறண்டுபோகும். முதுகு, கை, கால் இவைகளில் மிகுந்த விறுவிறுப்பு உண்டாகும் இவைகள் தாங்க முடியாமல் காற்றை மிக விரும்பும்.

21, அழல் பித்தம்

இந்நோய் இளமையில் மயிர் நரைத்துப் போதல், உடல் வெளுத்தல், கடைக்கண் மிகச் சிவத்தல், பல கலைகளையும் அறிந்த ஞானியைப் போல் பலவற்றைப் பேசல், பெண் இச்சையில் ஈடுபடல் என்னும் குறிகளைக் காட்டும்.

22. துடிப் பித்தம்

இந்நோயில் உடம்பெல்லாம் மிகவும் துடிக்கும். பாண்டுநோய் வந்து உடல் பச்சை நிறமாதல் (அலிமுகப்பாண்டு), வாய் சுவை அறியாமையால் உணவு உண்ண விருப்பம் இன்மை, சிறிது தூரம் ஓடினும் பெருமூச்சு வாங்கல், பெண்களின் மேல் வெறுப்பு, அடிக்கடி எவருடனும் சண்டை இடல், உணவின் மீது வெறுப்பு என்னும் குறிகுணங்கள் காணும்.

23. விடப் பித்தம்

இந்நோயில் உடல் சோர்ந்து வீழ்ந்து கிடக்கும். யாரைக் கண்டாலும் தன் நோயின் கொடுமைகளைக் கூறத் தோன்றும். இந்நோயின் விடத் தன்மையானது உள்ளங்காலில் இருந்து உச்சந்தலை வரை இறங்குவதும், ஏறுவதுமாய் இருக்கும். உடல் முற்றும் வலி, உணவு ஏற்றுக்கொள்ளாமை போன்ற குறிகுணங்கள் காணும். இப்பித்தம் தீராது.

24. அதிசாரப் பித்தம்

இந்நோயில் வயிறு இரைதல், அடிவயிறு நொந்து பேதியாதல், வயிறு ஊதிக் காணல், விலாப் பக்கத்தில் குத்தலுடன் கூடிய வலி, பொருத்துகளில் வலி, ஈரல்களில் (கல்லீரல், மண்ணீரல்) எரிச்சலும் குத்தலும் உண்டாதல், மிகுந்த நீர் வேட்கை, மயக்கம், மனம் சலித்தல், சுவையின்மை என்னும் குறிகுணங்கள் தோன்றும். இந்நோய் தீராது.

25. மூலப் பித்தம்

இந்நோய் வயிறு இரைந்து, உண்ட உணவின் சாரத்தை அப்படியே கழியச் செய்யும். மனம் சலித்துக் கோபம் கொள்ளல், மனத் தடுமாற்றம் உண்டாதல், எருவாயில் முளை வெளி காணல், அடித்தொடையில் கடுப்பு உண்டாதல், உடல் வெளுத்துக் காணல், உடல் ஊதல், தூக்கம் மிகுதியாகிச் சோம்பி இருத்தல், கண் கரித்தல் ஆகிய குறிகுணங்களைக் காட்டும்.

26. முதிர் பித்தம்

இந்நோயில் உடல் முழுமையும் அம்மையால் உண்டாகும் கொப்புளங்களைப் போல் சிறு கொப்புளங்கள் தோன்றி உடல் முற்றும் புண்ணாகும். உடம்பில் புழுதியை அள்ளிப் பூசியது போல் மஞ்சள் நிறம் பெறும். மலமும் நீரும் சுருங்கி வெளியாகும். நாடி மெலிந்து நடக்கும்.

27. கண்டப் பித்தம்

கண்டப் பித்தத்தில் அழல் குற்றமானது குரல்வளையைத் தாக்கித் தாபிதப்படுத்தி வீங்கச் செய்யும். மிகுந்த கைப்பாக வாந்தி ஆகும் போது, தொண்டையும், கழுத்தும் புண் போல் நோதல், தொண்டை குழகுழத்துக் காணல், நா வறளல், தாள் அடிகனத்திருத்தல், காதில் கடல் இரைதல் போல இரைதல், மயிர் செம்பட்டை நிறமாதல், புறஇசிவு (நரம்பிழுப்பு) உண்டாதல் என்னும் குறிகுணங்கள் இருக்கும்.

28. ஓடு பித்தம்

இந்நோய் பார்ப்பவர்கள் மனம் இரங்குமாறு வெறியனைப் போல் பேசிக்கொண்டும், பிறரை இகழ்ச்சியாகப் பேசிக்கொண்டும், இங்கும் அங்கும் ஓடித் திரிதல், அடிக்கடி பற்களைக் கடித்தல், நெருப்பைப் போல் கண் சிவத்தல், கண்கள் அடிக்கடி சிமிட்டல், பிறரிடம் கோபமாகக் கூச்சலிடல், கொக்கரித்தல், கூத்தாடல்,

உற்றுப்பார்த்தல், ஆண்மையோடு பிறரை எதிர்த்தல் என்னும் வெறிநோயின் குறிகுணங்களைப் பெறும். இந்நோய் தீருவது அசாத்தியமாகும்.

29. மூடு பித்தம்

இந்நோயுற்றவர் தம் கையில் கிட்டிய பொன் அணிகள் முதலியவற்றைக் கிடைத்த இடத்தில் புதைத்து வைத்தல், மனிதர்களைக் கண்டபொழுதெல்லாம் இழிவாகப் பேசுதல், தனக்குத்தானே பேசிக்கொள்ளல், கைகால்கள் சும்மா இராமல் ஏதாவது செய்துகொண்டிருத்தல், உணவு வேண்டாமை என்னும் குறிகுணங்களைக் கொண்டிருப்பார்.

இந்நோய் நாட்பட்ட மனச்சிதைவு நோயில் (Chronic Schizophernia) தோன்றும் குறிகுணங்களை ஒத்திருக்கின்றது. அத்துடன் தனக்குத்தானே பேசிக்கொண்டிருத்தல் (Muttering), ஏதாவது செய்துகொண்டே இருத்தல் (Manerism) போன்ற குறிகுணங்கள் மனச்சிதைவு நோயின் குறிகுணங்களை ஒத்திருக்கின்றன.

30. நடுக்குப் பித்தம்

இந்நோயில் தலை, மண்டை, நெற்றி, பிடரி, முதுகுத்தண்டு, கழுத்து இவைகளில் மிகுதியாக வெப்பம் உண்டாகி நடுங்கும். அன்றியும் கசப்பாக வாந்தியாதல், சிணுக்கிருமல், தூக்கமின்மை வாய்நீர் ஊறி மார்பில் வடிதல் என்னும் குறிகுணங்கள் காணப்படும்.

31. கபாலப் பித்தம்

இந்நோயில் தலை நடுக்கல், குளிர் உண்டாகி உடம்பெங்கும் நோதல், அம்பைக் கொண்டு பாய்ச்சுதல் போல் தலைக்குத்தல், உடல் மஞ்சளித்தல், மூக்குத்தண்டு நோதல், முகம் வீங்கிக் காணல், மூர்ச்சை உண்டாதல், படுக்கையில் தங்காமல் அடிக்கடி எழுந்திருத்தல் என்னும் குறிகள் காணும்.

இந்நோயின் குறிகுணங்கள் பீனிச நோயில் (Sinusitis) காணும் குறிகுணங்களை ஒத்துள்ளன.

32. சர்த்திப் பித்தம்

வாந்திப் பித்தத்தில் உடம்பு முழுவதும் திமிருண்டாதல், ஈரலுக்குள் வலித்தல், வாய் கைத்து வாந்தி உண்டாதல், தலையைத் தூக்க முடியாமல்

மயக்கம் உண்டாதல், உடல் மிகவும் வெப்பம் அடைதல், சுவையின்மை, ஆண்மைக் குறைவு, அடிக்கடி மிகுந்த நீர்வேட்கை ஆதல், செரியாமை என்னும் குறிகுணங்கள் காணும்.

33. தாகப் பித்தம்

நீர்வேட்கை பித்தமாகிய இதில் அடிவயிற்றில் துன்பம் உண்டாகி, உடம்பெல்லாம் நெருப்பு போல் அழற்சி உண்டாகும். நீர்வேட்கை மிகுந்து, நீரை மிகுதியாகப் பருகச் செய்யும். குளிர்ச்சி தரும் பொருள்களிலும், புளிப்புப் பொருள்களிலும் விருப்பம் உண்டாகும். கழுத்தில் வியர்க்கும். கழுத்தின் அடியிலும், நாவின் அடியிலும் இழுப்பு உண்டாகும்.

இதன் குறிகுணங்கள் மதுமேக நோயில் காணப்படும் நீர்வேட்கை (Polydispsia), அத்துடன் உடல் நெருப்பு போல் எரிதல் (Peripheral Neuritis) என்னும் குறிகுணங்களை ஒத்திருக்கின்றன.

34. விக்கல் பித்தம்

இந்நோயில் நீர் வேட்கையும், வாந்தியும் உண்டாகி, அதற்குத் துணையாக விக்கல் எழுந்து தவிப்பை உண்டாக்கும். உடல் குளர்ச்சி அடைந்து, தலைபுரட்டல், படுக்கையில் தங்காமை, பாலைப் போல வாயிலிருந்து நுரை தள்ளுதல், உடல் தணல் போல் வெதும்பித் தளர்ச்சி அடைதல், சோகம், கைகால் ஓய்தல் என்னும் குறிகுணங்களைப் பெறும்.

35. க்ஷயப் பித்தம்

இளைப்பிருமல் பித்தம் என்றும் அழைக்கப்படும் இந்நோயில் மிகவும் இருமல் உண்டாகும். வெளியே தெரியா வண்ணம் சுரம் காய்தல் (உட் காய்ச்சல்), உடல் வாடல், நீர்வேட்கை, உடல் பஞ்சு போல் வெளுப்பாதல், தொண்டையில் கோழை சேர்ந்து குருதி கக்கல், சளி கட்டிகட்டியாய் வெளிப்படுதல், நெஞ்செரிச்சல், தூக்கமின்மை ஆகியவை உண்டாகும்.

36. திமிர்ப் பித்தம்

இந்நோயில் அழல்குற்றம் மிகுந்து மயக்கத்தையும், வயிற்றிலே முள் சொருகியது போல் குத்தலையும், நாள்தோறும் காலையில் வாந்தியையும் உண்டாக்கும். இதுவுமன்றி தூக்கத்திலும் நினைவு மாறாமல் இருத்தல், உடல் சோர்தல், தனது கருத்தே சரியென்று அதிலேயே பிடிவாதமாய் இருத்தல்,

உடம்பெங்கும் கனத்துத் திமிர் உண்டாதல். உடலில் அழுக்குப் படிதல், வேகமாக நடக்க முடியாமை ஆகியன இந்நோய்க்கான குறிகுணங்களாகும்.

37. வளிப் பித்தம்

நடக்க முடியாமை, அடிவயிற்றில் இழுத்துப் பிடித்தாற் போல் நோதல், நா வறளல், தலை கனத்தல், சந்துகள் தோறும் நோதல், ஈரல்குலையில் வலித்தல், பச்சை நிறமாக மலம் கழிதல், உடல் படபடத்து நோதல், வயிற்றில் மிகவும் எரிச்சல் உண்டாதல், மார்பு அடைத்தல் ஆகிய குறிகுணங்கள் இந்நோயில் காணும்.

38. சீதப் பித்தம்

உடல் முற்றும் வியர்த்துத் தண்ணி போல் வடிதல், மயக்கம் உண்டாதல், உடல் கனத்துப் பலுவாகத் தோன்றல், புறங்கழுத்து இசிவெடுத்து, வயிறு பொருமி ஊதல், மிகுதியும் இருமல் உண்டாதல், மனம் நோதல், வாய்நீர் உப்புக்கரித்தல், சிறுநீர் சிவந்திருத்தல் என்னும் குறிகுணங்களை இந்நோய் பெறும்.

39. கிருமிப் பித்தம்

இந்நோயில் சீதத்தினால் வயிற்றுள் திமிர் உண்டாகி, உடல் முழுமையும் தினவும் வலியும் ஏற்படும். வளி நோயில் காணுவது போன்று சிறுநீரும் எருவும் வற்றிக் கட்டுப்படும். அன்றியும் கைகால்கள் கனத்து வாழைத்தண்டு போலச் சில்லிடுவதன்றி, மலத்தில் கிருமியும் கூடிக் கழியச் செய்யும்.

40. அசாத்தியப் பித்தம்

இந்நோயுற்றால் போதைப் பொருட்களை உண்டவர் போன்று உணர்ச்சியற்று, உடை உடுக்கவும் நினைவற்றிருத்தலும், உடல் வெப்பமடைந்து நீர் வேட்கை மிகுதியும் உண்டாகுதலும், பிறரோடு வாதிட்டுப் பல வார்த்தைகளைப் பேசுதலும், கண்கள் சிவந்து வாய் வறளுதலும் ஆகிய குறிகுணங்களைப் பெறும். இந்நோய் நீங்குதல் அருமையே.

41. மார்க்கப் பித்தம்

இந்நோயில் தான் கற்றவற்றை எல்லாம் பேசல், உட்காருதல், உடனே எழுந்து ஓடல், தான் உடுத்த துணியைக் கிழித்தல், புலம்பல், வாய்க்கு வந்தவாறு பாடல் முதலியன செய்யும். அன்றியும் தலையிலும் புறங்கழுத்திலும் இசிவு உண்டாகி உடல் வாடும். இன்னும் பற்பல காரியங்களைச் செய்யும். உடலின்

வன்மை எல்லாம் குறைந்து, மனநிலை அழிந்து, பிறரைப் பழித்தல் ஆகிய குறிகுணங்களைக் காட்டும்.

42. மருந்தீடு பித்தம்

இது மருந்தீட்டால் விளைந்தெழுந்த அழல் குற்றத்தால் உண்டாம் நோயாம். இதனில் ஒன்றும் பேசாமல் ஓரிடத்தில் மௌனமாய் இருத்தல், உடல் ஊதிக் காணல், நெஞ்சு வறண்டு போதல், ஊக்கமின்மை, உடல் அசதி, உணவும் தூக்கமும இல்லாமல் எங்கும் சுற்றித்திரிதல், அடிக்கடி திடுக்கிட்டுப் புத்தி தடுமாறல், உந்தியில் கட்டி போல் திரண்டு அடிக்குடலில் வலி உண்டாதல் ஆகிய குறிகள் காணும்.

நோய்க்கான பரிகார முறைகள்

பித்தமானது உடலிலும், மனத்திலும் செயல் புரியும் தன்மை உடையது. இது உடலில் தீயின் இயல்பைப் பெற்றதாயும் மனத்தில் இரஜோ குணத்தின் இயல்பைப் பெற்றதாயும் தன் செயலைச் செய்கிறது. இதுவே இயல்பான நிலை. ஆனால் உணவாதிச் செயல்களின் பாதிப்பால் நோயை உண்டாக்கிவிடுகிறது. இதனால் உடல் மட்டுமன்றி மனமும் பாதிப்படைகிறது. எனவே பரிகாரம் செய்யும் போது இத்தத்துவத்தை மனத்தில் கொள்ள வேண்டும். தீக்குற்றத்தைச் சமனப்படுத்தக்கூடிய சீதவீரியமுள்ள மருந்தும் உணவு வகைகளும் அமையுமாறு பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். அத்துடன் மிகுதி அடைந்த இரஜோ குணத்தைத் தன்னிலைப்படுத்தி, சத்துவ குணத்தை மிகுதிப்படுத்தும் வகையில் பரிகாரம் செய்யவேண்டும். மனத்தைச் சீர்ப்படுத்த சூழ்நிலை இதமானதாய் இருத்தல் அவசியமாகும். பொதுவில் அமைதி, இனிமை, குளுமை நிறைந்த நிலை இருத்தல் வேண்டும். எனவே இந்நோயைப் பரிகரிப்பதற்கும், அழல் குற்றத்தைத் தன்னிலைப்படுத்துவதற்கும், உடலின் வன்மையைப் பெருக்குவதற்குமான மருந்துகளைத் தருதல் அவசியம். முதலில் நெய், பால் இவற்றால் ஆன மருந்துகளையும், குடிநீர் வகைகளையும் கொடுத்துப் பின் "வமனத்தால் பித்தம் தாழும்" என்பதற்கிணங்க வாந்திக்கு மருந்து கொடுத்து, பின் வயிற்றுப்போக்கிற்கு மருந்தீந்து, இறுதியில் சிறுகச் சிறுகப் பெருமருந்தினைக் கொடுக்க வேண்டும். சித்த மருத்துவ நூல்கள் அழல் நோய்களுக்குப் பல்வேறு விதமான மருந்துகளைப் பரிந்துரைக்கின்றன. அவைகளைத் தொகுத்து, வகைப்படுத்திக் காணலாம்:

சர்த்திப் பித்தத்திற்கு மருந்து

- ❖ சிறுபயிறு, வேம்பின் ஈர்க்கு, கூவிளை வேர் இவை மூன்றும் வகைக்கு 10 கிராம் எடுத்து, 500 மிலி. நீர்விட்டு, எட்டிலொன்றாய்க் காய்ச்சிக் கொடுக்கவும்.
- ❖ வில்வக்காயை நீரில் உரைத்துச் சுண்டைக்காய் அளவு வெந்நீரில் கொடுக்கவும்.
- ❖ துவரைவேரை அரைத்து முள்ளிக்காய் அளவு எடுத்து எலுமிச்சஞ்சாற்றில் கொடுக்கவும்.
- ❖ ஒரு பிடி வெற்றிலையை நறுக்கி எருமைமோரில் பிசைந்து, சர்க்கரை கூட்டி, 1/2 படி மோருடன் குடிக்கவும்.
- ❖ விளாம்பழ ஓடு, வில்வப்பழ ஓடு, சீரகம் இவைகளைச் சேர்த்துச் சூரணம் செய்து, தேனும் சர்க்கரையும் கூட்டி உட்கொள்ள வாந்தி, விக்கல் நிற்கும்.
- ❖ முருங்கப்பட்டையைக் காடியில் அரைத்து உலர்த்தி வேகவைத்து ஒவ்வொரு சிந்து (சிட்டிகை) உண்ணவும்.
- ❖ ஏலரிசியையும், வெற்றிலைக்காம்பையும், எலுமிச்சம்பழச் சாற்றில் அரைத்துக் கொடுக்கவும்.
- ❖ பசலியிலைச் சாற்றைக் காய்ச்சி, மிளகுத்தூள் போட்டுக் குடிக்க நீங்கும்.
- ❖ முற்றிய வாகைப்பட்டையை எடுத்துக் காடியில் பிசைந்து 5 மணி நேரம் ஊறியபின் கோதை நீக்கிவிட்டு அதில் துத்தியிலை ஒரு பிடி. சுக்கு, வெங்காயம், இந்துப்பு, குங்கிலியம் இவைகளைக் காடியில் அரைத்து, மேற்படி காடியில் கரைத்து 3 மணிநேரம் சென்று சீலையில் வடிகட்டிக் குடிக்க வாந்தி, இரத்தப் பித்தம் தீரும்.
- ❖ ஏலம், வெற்றிலைக்காம்பு வகைக்கு 4 கிராம் எடுத்து நசுக்கி, 500 மிலி. நீர் விட்டு, 1/4 பாகமாகக் காய்ச்சி தேன் விட்டு 3 நாட்கள் கொடுக்கவும். கைப்பு, புளிப்பு தவிர்க்கவும். வாந்தி நீங்கும்.
- ❖ மாங்கொட்டையை அரைத்துக் கஞ்சித்தண்ணீருடன் கொடுக்க வாந்தி நீங்கும்.

- குளவிக் கூட்டை அரைத்துத் தயிரில் கொடுக்க நீங்கும்.
- ஏலம், நெற்பொரி, நாணற்புல், நல்லசந்தனம், இலவங்கம், இலந்தைப்பட்டை, முத்தக்காசு, பச்சைக்கற்பூரம் இவைகளைச் சம எடை எடுத்துச் சூரணித்து 1 கிராம், குளிர்ந்த நீரில் கொடுத்தால் தீரும்.
- சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, நெற்பொரி இவைகளைச் சம எடை எடுத்து, சூரணித்து 1 கிராம், தேனில் கொடுக்க வாந்தி நிற்கும்.
- வில்வவேர், கொத்துமல்லி, சுக்கு, நெற்பொறி இவற்சை சம எடை எடுத்துச் சர்க்கரை சேர்த்து உட்கொண்டால் வாந்தி நிற்கும்.
- திப்பிலி, ஏலம், தாளிசப்பத்திரி, விளாம்பழம், இலந்தைப்பழம், நெற்பொரி, கிராம்பு இவைகளைப் பொடிசெய்து 4 கிராம் எடுத்து, ஆடாதோடை பூச்சாற்றுடன் தேன் சேர்த்துச் சாப்பிட தீரும்.

இப் பொடியைச் சீந்தில் கொடிச் சாற்றிலும் உட்கொள்ளலாம்.

- கரிப்பான் வேரை அரைத்து இளவெந்நீரில் கொடுக்க வாந்தி நிற்கும்.
- பச்சை மூங்கிலிலை, கறிவேப்பிலை ஈர்க்கு, சூளவிக்கூடு இவைகளைச் சேர்த்து அரைத்துக் கொடுக்கலாம்.
- கட்டிவெல்லத்தை எலுமிச்சம்பழச்சாற்றில் குழப்பிக் கொடுக்க வாந்தி நிற்கும்.

இரத்தப் பித்தத்திற்கு மருந்து

- ஒரு படித் தண்ணீரில் மூன்று வயல் மீன்களைப் போட்டு ஊறவைத்து இறுத்துச் செங்கழுநீர்ப்பூக்கிழங்கு ஒரு பிடி அரைத்துக் கரைத்து நல்ல கருப்புக்கட்டி சேர்த்து, 3 நாட்கள் கொடுக்க இரத்தப் பித்தம் தீரும்.
- முசுமுசுக்கை இலையை அரைத்து வெண்ணெயில் கூட்டி விழுங்கவும்.
- சங்கம் வேரை விளாங்காய் அளவு அரைத்து எருமைத்தயிரில் அல்லது வெண்ணெயில் விட்டு, வெல்லமும் நான்கு பேயன் வாழைப்பழமும் கூட்டிப் பிசைந்து நான்கு நாட்கள் கொள்ள நோய் தீரும்.

- பலாக் கொட்டையை நசுக்கிப் பலாச்சுளையையும் கூடப் போட்டு மூடிவைக்கத் தண்ணீராக விழும். இதைப் பானகமாகச் சாப்பிட நோய் தணியும்.
- கோவைத் தண்டைப் பெருந்தண்டாக வெட்டி மேல்தோல் சீவிப்போட்டு, பாசிப்பயறு கூட்டி, 2 லிட்டர் நீர்வார்த்து, 500 மிலி. யாகக் காய்ச்சி வடித்து, சர்க்கரை கூட்டிக் கொடுக்கவும்.
- குருவிச்சித்தண்டு, இலை இவைகளை இடித்துப் பசுவின்பால் விட்டுப் பிசைந்து, காய்ச்சி வடிகட்டி, வட்டு கருப்புக்கட்டியுடன் கொடுக்க, இரத்தப் பித்தம் தீரும்.
- ஆடாதோடை யிலைச்சாறு - 2 லிட்டர், நெய் - 2லிட்டர், பால் - 2 லிட்டர், நிலவேம்பு, குடசப்பாலைப்பட்டை,முத்தக்காசு, அதிமதுரம், சந்தனம் விலாமிச்சம் வேர், இலுப்பைப்பூ, தேற்றான், நன்னாரி, நெய்தல் கிழங்கு, கம்பந்திராய், அறுகு,பெருங்குரும்பை. இவை ஒவ்வொன்றும் எலுமிச்சங்காய் அளவு அரைத்து, காய்ச்சி பதத்தில் வடித்துத் தேன், சர்க்கரை கூட்டி சாப்பிட இரத்தப் பித்தம் தீரும்.
- புளியிலைச்சாறு, நல்லெண்ணெய் இவை இரண்டையும் சம அளவு கலந்து கொடுக்க இரத்தப் பித்தம் தீரும்.
- கருப்பஞ்சாறு, அறுகம்வேர்ச்சாறு, சீந்தில் கொடிச்சாறு, நெல்லிக்காய்ச்சாறு, நெருஞ்சில்வேர், சிறுபீளைவேர், இளநீர் சம அளவு எடுத்துக் கலந்து, இலவங்கப்பட்டை, இலவங்கப்பத்திரி, சந்தனம் சம எடை எடுத்துப் பசுவின் பால், நெய் சேர்த்துக் கலந்து உண்ண, இரத்தப் பித்தம், பெரும்பாடு, க்ஷயப்பித்தம் தீரும்.
- கடுக்காயையும், தாமரைப்பூவையும் பொடி செய்து தேனில் கொள்ள, இரத்தப் பித்தம் தீரும்.
- மூங்கிலிலை, மாதுளைமொட்டு, கோரைக்கிழங்கு, விலாமிச்சம்வேர், வெட்டிவேர், முசுமுசுக்கை, சுக்கு இவைகளைச் சம அளவு எடுத்துக் குடிநீரிட்டு, 3 நாள் கொடுக்கவும்.
- ஆடாதோடை சமூலச்சாறு, தேன் இரண்டையும் சம அளவு கூட்டி உண்ண இரத்தப் பித்தம் தீரும்.

❖ சிலாசத்து 5 கிராம் எடுத்து, பச்சரிசிக் கழுநீரில் அரைத்துச் சர்க்கரை கூட்டிக் கலந்து சாப்பிட, இரத்தப் பித்தம் தீரும்.

❖ நாவற்பட்டை, அத்திப்பட்டை, கருங்காலிப்பட்டை, தேங்காய்ப்பூ, கருவாழைக் கிழங்கு இவைகளைக் குடிநீரிட்டு, தேன் சேர்த்துக் கொடுக்க, இரத்தப் பித்தம், பெரும்பாடு தீரும்.

❖ விஷ்ணுகிரந்தி சமூலத்தைப் பசுவின்பாலில் பிசைந்து, சீனி போட்டுக் கொடுக்கவும்.

❖ செங்கழுநீர்க் கிழங்கைப் பால் விட்டரைத்து, உலரஉலர அடிக்கடி அடிவயிற்றில் தடவினால் இரத்தப் பித்தம் தீரும்.

❖ பூவரசம்பூவை அரைத்துக் சுழற்சிக்காய் அளவு உருண்டை செய்து சாப்பிட்டால் இரத்தப் பித்தம் தீரும்.

❖ தேற்றான் கொட்டையை மெல்லியதாய்ச் சீவி மைபோல் அரைத்து, எலுமிச்சம்பழத்தில் வைத்துப் புடமிட்டு எடுத்து, எலுமிச்சம் பழச்சாற்றில் அனுபானமாகச் சாப்பிட்டால் இரத்தப் பித்தம் தீரும்.

❖ தேற்றான் கொட்டையைப் பாலில் அரைத்துக் கொடுக்கவும்.

❖ இலுப்பைப் பூவைப் பாலில் அரைத்துக் கொடுக்கவும்.

❖ மிளகரனை வேரைத் தண்ணீரில் அரைத்துக் கொடுக்கவும்.

❖ நெல்லிவேரைக் கழுநீரில் அரைத்துக் கொடுக்கவும்.

❖ தாமரைப்பூவைக் கழுநீரில் அரைத்துக் கொடுக்கவும்.

❖ தாமரைப்பூ, அகில் இவை இரண்டையும் தண்ணீரில் அரைத்துக் கொடுக்கவும்.

❖ தாமரைக்கிழங்கு, அதிமதுரம், சந்தனம், சிறுகீரைத்தண்டு, சீந்தில் தண்டு இவைகளைப் போட்டுக் குடிநீரிட்டுத் தேன், சர்க்கரை கூட்டிக் கொடுக்கவும்.

❖ சிறுகீரை வேரைப் பச்சரிசிக் கழுநீரில் அரைத்து, அதே பச்சரிசிக் கழுநீரில் அனுபானமாகக் கொடுக்கத் தீரும்.

❖ மூங்கில் சுட்ட சாம்பல், நெல்லிமரம் சுட்ட சாம்பல் இவைகளை மோரில் கலந்து கொடுக்கத் தீரும்.

- ❖ கடுக்காயையும், தாமரைப்பூவையும் பொடி செய்து, தேனில் கொடுக்கவும்.
- ❖ இலவம்பிசினும், மகிழும் தேனில் கொள்ள நோய் தீரும்.
- ❖ சிறுகீரை வேர், நெய்தற்கிழங்கு இவைகளை வெள்ளாட்டுப்பாலில் அரைத்துக் கொடுக்கத் தீரும்.
- ❖ சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, காசுக்கட்டி இவை மூன்றையும் எருமைத்தயிரில் கலந்து கொடுக்க, இரத்தப் பித்தம் தீரும்.
- ❖ செருப்படைச் சாற்றில் சீரகம் பொடி செய்து போட்டுக் கொடுக்கத் தீரும்.
- ❖ வெள்வேம்பட்டையைச் சிறுக நறுக்கி, 2 லிட்டர் பசுவின்பாலில் போட்டுப் பிசைந்து, காய்ச்சி வடித்து, சர்க்கரை கலந்து கொடுக்கவும்.
- ❖ குட்டிப்பிராய் வேர்ப்பட்டை, சிறுகுமிழ் வேர்ப்பட்டைகளைப் பொடித்து நல்லெண்ணெய், இலுப்பெண்ணெய், ஆமணக்கெண்ணெய் ஆகியவற்றில் போட்டுக் காய்ச்சி வடித்துச் சாப்பிட இரத்தப் பித்தம் தீரும்.
- ❖ இரத்தப் பித்தப் பெரும்பாட்டிற்கு 500 மிலி. பொன்மெழுகைச் சேலையில் பொட்டலமாகக் கட்டி, 2 லிட்டர் பாலில் போட்டுக் காய்ச்சிக் கொடுக்கவும்.
- ❖ ஏலம், இலவங்கம், தாமரைப்பூவிதழ், அல்லியிதழ், இலந்தைக்கொட்டைப் பருப்பு, நெற்பொரி, அதிமதுரம், முத்தக்காசு, பச்சைக்கற்பூரம் இவைகளைச் சம எடை எடுத்துத் தேனில் குழைத்துக் கொடுக்க நோய் தீரும்.
- ❖ ஆடாதோடைச்சாறு ஒரு லிட்டர், பசுவின்பால், நெய் வகைக்கு 1/2 லிட்டர் இவைகளை ஒன்றாகக் கலந்து; அதில் நிலவேம்பு, கோரைக்கிழங்கு, சந்தனம், இலுப்பைப்பூ, அதிமதுரம், குடசப்பாலை, கொடிவேலி, வெட்டிவேர், நன்னாரி வேர், தாமரைக்கிழங்கு, ,ங்கம்பட்டை, செங்கழுநீர்க் கிழங்கு, அறுகன் வேர், மருக்கொழுந்து வகைக்கு 15 கிராம் எடுத்துச் சூரணம் செய்து பால் விட்டரைத்து; மேற்படிச் சாறு, பால், நெய் இவற்றுடன் கலந்து தேன் 200 மிலி., சர்க்கரை 200 கிராம் சேர்த்துக் காய்ச்சி

மெழுகுபதத்தில் இறக்கவும். இதனை வேளை ஒன்றிற்கு 5 கிராம் கொடுக்கவும். இதனால் இரத்தப்பித்தம்,சுவாசப்பித்தம், க்ஷயப்பித்தம், காசப்பித்தம், வாந்திப்பித்தம் ஆகியன தீரும்.

❖ நன்னாரி வேர், இருவேலி வேர், விலாமிச்சம் வேர், சந்தனம், நெய்தற்கிழங்கு, கொத்துமல்லி, அதிமதுரம், விழாலரிசி, கொட்டைப்பாக்கு வகைக்கு 5 கிராம் எடுத்துப் பொடித்துக் குடிநீரிட்டு அதில் 100 மிலி. எடுத்து, அதில் 5 கிராம் கிராம்பு பொடித்துப் போட்டு, காலையிலும் மாலையிலும் கொடுக்கவும்.

❖ ஆடாதோடை மூலம், சிறுவழுதலை வேர், கண்டங்கத்திரி வேர் இவை சம அளவு எடுத்து கற்கடகசிங்கி, சிறுதேக்கு, யானைத்திப்பிலி, செவ்வியம், கோஷ்டம், சடாமாஞ்சில், சுக்கு, மிளகு, கடுக்காய், தான்றிக்காய், இந்துப்பு, வெட்பாலை அரிசி, சங்கம் வேர், தூதுவளை வேர், இம்பூறல் வேர் இவைகளைச் சம எடை எடுத்துப் பால் விட்டரைத்து நெய், பால் சேர்த்து இலேகியமாகக் கிண்டி உண்ண, இரத்தப் பித்தம் சுவாசப் பித்தம், காசப்பித்தம், க்ஷயப்பித்தம் தீரும்.

விக்கல் பித்தத்திற்கு மருந்து

❖ வளையலுப்பு, சோற்றுப்பு, இந்துப்பு சமன் கூட்டி நெய்யில் குழைத்துக் கொடுக்கவும்.

❖ காவிக்கல்லும், குளவிக்கூடு மண்ணும் சமன் கூட்டி, கழுநீரில் கொடுக்கத் தீரும்.

❖ வில்வ வேர், கொத்துமல்லிவிதை, சிற்றாமுட்டிவேர், சுக்கு, நெற்பொரி, பச்சைப்பயிறு இவைகளைக் குடிநீரிட்டுத் தேன், சர்க்கரை கலந்து கொடுக்கப் பித்தம் நிற்கும்.

❖ சீந்திலிலையைக் குடிநீரிட்டு, குமட்டி மாதுளம்பழச் சாறு கூட்டித் தேன், சர்க்கரை கூட்டிக் கொடுக்க நிற்கும்.

❖ குமட்டி மாதுளம்பழச் சாற்றில் பொடி செய்த திப்பிலி, சர்க்கரை அதிமதுரம், அஞ்சனக்கல் கூட்டித் தேன் கலந்து கொடுக்கப் பித்தம் நிற்கும்.

❖ வில்வவேரைக் குடிநீரிட்டு நெற்பொரி, சர்க்கரை, தேன், குமட்டி மாதுளம்பழச் சாறு கூட்டிக் கொடுக்கலாம்.

- ❖ பருத்தி விதைப்பொடி, நெற்பொரி, விளாயிலை, வில்வ விதை, திரிகடுகு, ஏலம், வேப்பம்பூ, சீரகம், இந்துப்பு இவைகளைச் சமன் சேர்த்து, மாதுளம் பழச்சாற்றில் அரைத்துத் தேன், சர்க்கரை கலந்து கொடுக்க மேற்கூறிய நோய்கள் தீரும்.
- ❖ நெற்பொரி, அதிமதுரம், ஏலம், திராட்சை, நற்சீரகம், திப்பிலி இவைகளை வறுத்துப் பொடியாக்கிக் குமட்டிமாதுளையின் உட்சதை, தேன், சீனி இவைகளுடன் கூட்டி ஒன்றாகப் பிசைந்து வைத்துக்கொண்டு உட்கொள்ள வாந்தி, விக்கல் தீரும்.
- ❖ விக்கலுக்கு வேப்பம் பிசின் சுட்டு, பிராயிலையும் கூட்டி உண்ண நிற்கும்.
- ❖ சுக்கை அரைத்துக் காடியில் கொடுக்கவும்.
- ❖ பாகல் இலைச்சாற்றைக் காய்ச்சி, மிளகுபொடி போட்டுக் குடிக்கவும்.
- ❖ வெங்காரத்தைத் தேற்றான் விதை அளவு பொரித்து அத்துடன் திப்பிலிப் பொடி, மயிலிறகு சுட்ட சாம்பல் இவைகளை ஒன்று சேர்த்துத் தேனில் குழைத்துக் கொடுக்க விக்கல் நிற்கும்.
- ❖ ஒரு பிடி நெற்பொரியைப் பொடித்துக் காய்ச்சிய பசும்பாலுடன் கலந்து கொடுக்கலாம்.
- ❖ நெற்பொரியைப் பொடித்துத் தேனில் கலந்து கொடுக்கலாம்.
- ❖ கற்கடகசிங்கி, சிறுதேக்கு, இம்பூறல்வேர் வகைக்கு 2 கிராம் எடுத்து உலர்த்திப் பொடித்து வாழைச் சாற்றில் கலந்து சாப்பிடவும்.
- ❖ சிறுதேக்கு, சித்திரமூலம் வகைக்கு 10 கிராம் எடுத்து உலர்த்திப் பொடித்து வாழைப்பூச் சாற்றில் கலந்து சாப்பிடவும்.
- ❖ அதிமதுரம், மயிலிறகு சுட்ட சாம்பல் ஆகியவற்றை நண்டுவளைத் தண்ணீரில் கலந்து கொடுக்கவும்.
- ❖ வெள்ளரி விதையை அரைத்துப் பசுவெண்ணையில் குழைத்து நெஞ்சிலும், ஈரல்குலை மேலும் தடவவும்.
- ❖ பாசிப்பயிறு 500 மிலி, நெற்பொரி 1 லிட்டர் சேர்த்து, குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கவும்.

- ❖ நண்டுவளை நீரைக் காய்ச்சிக் கொடுக்கலாம்.
- ❖ அதிமதுரம், திப்பிலி, நெற்பொரி இவைகளைப் பொடி செய்து தேனில் குழைத்து விழுங்கவும்.
- ❖ நண்டோடு, அதிமதுரம், கொத்துமல்லி, ஏலம், விலாமிச்சம் வேர், மூக்குத்திப் பூண்டு, பாலை, வில்வவேர் இவைகளைச் சமனாக எடுத்துக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க விக்கல், வாந்தி தீரும்.
- ❖ சிற்றரத்தை, பாலை, கருவப்பட்டை, ஏலம், விலாமிச்சம் வேர், அதிமதுரம், வில்வவேர் இவைகளைச் சம எடை எடுத்துக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கத் தீரும்.
- ❖ சுக்கு, பெருங்காயம், திப்பிலி, அதிமதுரம் இவைகளைச் சம எடை எடுத்துத் தாய்ப்பாலில் அரைத்து நாக்கினில் தடவியும், நாசியில் நசியம் செய்யவும் விக்கல் தீரும்.
- ❖ பால், நெற்பொரி, தேன், திப்பிலி, மாதுளம்பழச் சாறு, சர்க்கரை இவைகளை ஒன்று கலந்து குழம்பாகக் காய்ச்சிப் பருகிட விக்கல் தீரும்.
- ❖ மாதுளம்பூச் சதை, நெற்பொரி, சர்க்கரை, திப்பிலி இவைகளை ஒன்று சேர்த்து, தேனில் கலந்துண்ண சர்த்தி (வாந்தி) தீரும். பொரித்த திப்பிலி, சுக்கு, மிளகு, ஏலம், நல்ல சீரகம் இவைகளைச் சம எடை எடுத்துப் பொடித்துத் தேனில் குழைத்து நாக்கில் தடவ விக்கல் மாறும்.

அருசிப் பித்தத்திற்கு மருந்து

- ❖ அதிமதுரம், அக்கிராகாரம், கோஷ்டம், விலாமிச்சம் வேர், நன்னாரி வேர், சம எடை எடுத்துப் பொடித்துக் கல்வத்திலிட்டுக் கோவையிலைச் சாற்றால் அரைத்து மிளகு அளவு மாத்திரைகள் செய்து, தாய்ப்பாலில் கொடுக்கத் தீரும்.
- ❖ சீனாக்காரம், பொட்டிலுப்பு, வெங்காரம், இந்துப்பு வகைக்கு 15 கிராம், கற்பூர சிலாசத்து 50 கிராம் எடுத்து ஒன்றாகச் சேர்த்தரைத்து, புடம்போட்டெடுத்து உண்ண, சுவை உணர்வு உண்டாகும்.
- ❖ சீரகம், வேப்பீர்க்கு இவை இரண்டையும் பொன்னிறமாக வறுத்து, 500 மிலி. நீரிலிட்டுக் குடிநீராக வடித்துச் சர்க்கரை சேர்த்துக் கொடுக்கவும். 3 நாள், 6 வேளை கொடுக்கவும்.

- ❖ சுக்கு, திப்பிலி, உப்பு, பச்சைகறிவேப்பிலை, புளியீர்க்கு, வேப்பீர்க்கு இவைகளை வெந்நீர் விட்டரைத்து, வாய் கொப்பளிக்கவும்.
- ❖ ஏலம், திப்பிலி, பருத்தி விதைப் பருப்பு, நெற்பொரி இவைகளை எடுத்துச் சூரணித்துச் சர்க்கரை சேர்த்துக் கொடுக்க, அருசிப்பித்தம் தீரும்.
- ❖ நல்லசீரகம், ஏலம், சுக்கு, வில்வவேர், நெல்லிப்பருப்பு, கோரைக்கிழங்கு, நன்னாரி, விலாமிச்சைவேர், இலவங்கப்பட்டை, சர்க்கரை ஆகியவைகளைச் சூரணித்துக் கொடுக்கவும்.
- ❖ சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, ஓமம், சீரகம், சித்திரமூலம் சதகுப்பை, செவ்வியம், திப்பிலிமூலம், வளையலுப்பு, பொட்டிலுப்பு, சத்திச்சாரம், கல்லுப்பு, இந்துப்பு, எலாச்சாரம், பெருங்காயம் இவைகளைச் சூரணித்துக் கொடுக்கவும்.

எரிப் பித்தத்திற்கு மருந்து

- ❖ சந்தனம், கோஷ்டம், நெல்லிப்பருப்பு, சன்னநாகேசுரம், உலர்ந்த திராட்சை, விலாமிச்சம் வேர், கோரைக்கிழங்கு, செங்கழு நீர்க்கிழங்கு, அதிமதுரம், இலுப்பைப்பூ, பேரிச்சம்பழம், கோரோசனை இவைகளைச் சம எடை எடுத்துச் சூரணித்து, இச்சூரணத்திற்குச் சம எடை வங்காளச்சர்க்கரை கூட்டிக் கலந்து காலையில் 2 கிராம் கொள்ள, எரிப்பித்தம் தீரும்.
- ❖ ஏலம், இலுப்பைப்பூ, கறுஞ்சீரகம், சீந்தில்சர்க்கரை, சீரகம், உலர்ந்த திராட்சை, அதிமதுரம், சுக்கு, திப்பிலி, நன்னாரி வேர், நீர்வள்ளிக்கிழங்கு, அமுக்கரா வேர், கோரைக்கிழங்கு, சாதிப்பத்திரி, நிலவேம்பு, கொத்துமல்லி, தாமரைப் பூவின் உள்ளிருக்கும் அரும்பு, நற்பாலை வேர்ப்பட்டை, கூகை நீறு, கோஷ்டம், அகில், சடாமாஞ்சில், விலாமிச்சைவேர், இருவேலி வேர், சந்தனம், கஸ்தூரி மஞ்சள், இலவங்கப்பட்டை, சாதிக்காய், நெருஞ்சிவேர், நெருஞ்சிக்காய், பூனைக்காலி பருப்பு, இலவம்பிசின் இவைகளைச் சம எடை எடுத்துப் பொடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து காலையில் தேனிலோ, வெண்ணெயிலோ கொடுக்க, எரிப்பித்தம் தீரும்.

- ❖ சீந்தில் நெய், தண்ணீர்விட்டான் நெய், வல்லாரை நெய் இவற்றைத் தனித்தேனும், மற்ற பற்ப, செந்தூரங்களுக்குத் துணையாகவேனும் கொடுக்கலாம்.
- ❖ பற்பத்தில் குக்கில், சிலாசத்து, முத்து, பவழம், மாணிக்கம் முத்துச்சிப்பி, நத்தை, கறுங்குங்கிலியம், அயநாகம், வெள்வங்கம் ஆகியவைகளைத் தக்க துணை மருந்துகளுடன் கொடுக்கவும்.
- ❖ குக்கில் வெண்ணெய் கொடுக்கலாம். அயச்செந்தூரம், அயக்காந்தச் செந்தூரம், அன்னபேதி செந்தூரம் ஆகியவற்றையும் தேனில் கொடுக்கலாம்.

கால் எரிவுக்குப் பூச்சு

மருதோன்றி பூச்சு அல்லது அறுகன் தைலம், இலந்தை இலை, சீயக்காயிலை, முசுமுசுக்கையிலை, கறிவேப்பிலை, நெய்யிலை இவைகளைச் சம எடை எடுத்து இடித்து, ஒரு பானையில் குளிர்ந்த நீர் விட்டு இடித்தவைகளைப் போட்டு இரவு முழுவதும் வைத்திருந்து காலையில் மத்து கொண்டு கடைந்தால், மேலே நுரை போலும், வெண்ணெய் போலும் வரும். அதை எடுத்துக் கை, கால்களில் பூசவும். இவ்வாறு மூன்று நாள் செய்ய, கைகால் எரிவு போகும்.

மற்றொரு முறை

மேற்கூறிய பச்சிலைகளின் சாறுகளைப் பசுவின் பால் விட்டுக் காய்ச்சி இரவு உறைகுத்தி வைத்திருந்து, காலையில் மத்துகெண்டு கடைந்து வெண்ணையை எடுத்துப் பூசலாம்.

விகாரப் பித்தத்திற்கு மருந்து

இலந்தை இலையைப் பறித்துக் காடியில் பிசைந்து வடிகட்டிக் கொடுக்கத் தீரும்.

மருந்தீடு பித்தத்திற்கு மருந்து

பூசனிக்காய்ச்சாறு 500 மிலி. எலுமிச்சம்பழச்சாறு 500 மிலி. இவைகளை ஒன்றாகக் கலந்து, அதில் பாதாள பேதியையாவது, சாரணை வேரையாவது ஒரு எலுமிச்சங்காய் அளவு விழுதாக அரைத்துக் கரைத்து, 3 நாள் உள்ளுக்குக் கொடுக்க மருந்தீடு பித்தம் தீரும்.

உன்மாதப் பித்தம், மார்க்கப் பித்தத்திற்கு மருந்து

அசுவகந்தாதி இலேகியம்

அமுக்கராக் கிழங்கு 1 கிலோ; ஏலம், இலவங்கப்பட்டை, இலவங்கப் பத்திரி, சிறுநாகப்பூ, கொத்துமல்லி, உலர்ந்த திராட்சை, சந்தனம், கற்கடகசிங்கி, காட்டெருமைப்பால், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, வெட்டிவேர், கிராம்பு, திப்பிலி மூலம், செவ்வியம் இவை வகைக்கு 15 கிராம் எடுத்துச் சூரணித்துப் பசுவின்பால் 8 லிட்டர் சட்டியில் விட்டு, சர்க்கரை 1.75 கிலோ போட்டுப் பாகு காய்ச்சி, அதில் மேற்படி சூரணத்தைப் போட்டு இலேகியமாகக் கிண்டி, பசுவின் நெய் 4 லிட்டர், தேன் 2 லிட்டர் விட்டுக் கலந்து வைத்துக் கொண்டு கொடுக்க மேற்கூறிய நோய் தீரும்.

கர்ச்சூராதி சூரணம்

கர்ச்சூர்
கொத்துமல்லி
உலர்ந்த திராட்சை
நீர்முள்ளி விதை
நெல்லிமுள்ளி
இலுப்பைப் பருப்பு
நற் சந்தனம்
அதிமதுரம்
நெருஞ்சிக்காய்
பூமிசர்க்கரைக் கிழங்கு
பெரும்பூசணி விதை
தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு
இலவங்கம்

இவைகளைச் சம எடை எடுத்துச் சூரணித்து, 5 கிராம் அளவு தக்க அனுபானத்தில், காலையில் வெறும் வயிற்றில் உட்கொள்ள மேற்கூறிய நோய் தீரும்.

வில்வாதி லேகியம்

சிற்றாமுட்டி வேர், கருவேப்பிலைத் தண்டு, முக்காவேளை வேர் இவைகளைச் சம அளவு எடுத்து இடித்துக் குடிநீர் விட்டு, அதில் பழைய வெல்லம் மேற்கூறிய சரக்குகளுக்குச் சம அளவு சேர்த்துக் கம்பிப்பாகு பதத்தில் எடுக்கவும்.

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, திப்பிலிமூலம், சித்திரமூலம், ஏலம், கிராம்பு, சிறுநாகப்பூ. சீரகம், இந்துப்பு, இலவங்கப்பட்டை, தாளிசப்பத்திரி இவை அனைத்தையும் முதலில் கூறிய சரக்குகளுக்குப் பாதி எடுக்கவும்.

தக்கோலம், இலவங்கப்பத்திரியை இரண்டாவதாகக் கூறிய சரக்கில் 24ல் ஒரு பங்கு எடுக்கவும். பொன்னிறமாக வறுத்துச் சூரணித்து வஸ்திரகாயம் செய்து, மேற்படிப் பாகில் இட்டு லேகியமாகச் செய்து இவ்விரு சரக்குகளையும் பதத்தில் இறக்கி, 5 கிராம் இருவேளை கொள்ளவும்.

பத்தியம்

பால், தயிர், மோர், நெய், கூட்டவும். கைப்பு, புளிப்பு தவிர்க்கவும்.

அசுவகந்தி இரசாயனம்

அமுக்கரா கிழங்கு 1 கிலோ.

ஏலம், இலவங்கப்பட்டை, இலவங்கப்பத்திரி, சிறுநாகப்பூ, கொத்துமல்லி, உலர்ந்த திராட்சை, சந்தனம், சன்ன இலவங்கப்பட்டை, கடற்கடகசிங்கி, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கிராம்பு, வெட்டிவேர், திப்பிலிமூலம் செவ்வியம் இவை வகைக்கு 15 கிராம் எடுத்துச் சூரணித்துப் பசுவின் பால் 8 லிட்டர், சர்க்கரை 1 1/2 கிலோ போட்டு பாகு காய்ச்சி, அதில் மேற்படி சூரணத்தைக் கலந்து, பசுநெய் 4 லிட்டர், தேன் 2 லிட்டர் விட்டுக் கலந்து வைத்துக் கொண்டு உண்டுவர, உன்மாதப் பித்தம் தீரும்.

மகா தாளிகைச் சூரணம்

தாளிசப்பத்திரி
இலவங்கப்பட்டை
கடுக்காய்
சுக்கு
இலவங்கப்பத்திரி
நெல்லிக்காய்
மிளகு
வாய்விடங்கம்

தான்றிக்காய்

திப்பிலி

செவ்வியம்

அகில்

சிறுநாகப்பூ

அரத்தை

சந்தனம்

ரேணுகம்

கிராம்பு

கோரைக்கிழங்கு

கொடிவேலி

சடாமாஞ்சில்

விலாமிச்சம்வேர்

பூலாங்கிழங்கு

கிரந்திதகரம்

கொத்துமல்லி

தக்கோலம்

இவை வகைக்குச் சம அளவு எடுத்துச் சூரணித்து, அதற்குச் சம அளவு சர்க்கரை சேர்த்து, 5 கிராம் அளவு இரண்டு வேளை, பூரணசந்திரோதயம் 100 மி. கிராம் கலந்து உண்ணப் பித்த நோய்கள் தீரும்.

வேறு

வில்வவேர், பேய்ப்புடல், பச்சைப்பயறு, காட்டுப்பயிற்றம் வேர், முசுமுசுக்கை இவை வகைக்கு 35 கிராம் எடுத்துச் சூரணித்து நீர்விட்டு, அதில் 35 கிராம் சீரகத்தைப் பொடித்துத் துணியில் முடிந்துபோட்டுக் குடிநீரிட்டு ஆறிய பின், சீரகத்தை அந்தக் குடிநீர் விட்டு அரைத்துக் கஷாயத்துடன் கலந்து, 60 மி.லிட்டர் இரவு படுக்கும் முன் கொடுக்கவ .

வேறு

எலுமிச்சம்பழம் 3, நெல்லிக்காய் 70 கிராம், இஞ்சி 100 கிராம், சீரகம் 35 கிராம், சர்க்கரை 50 கிராம். முதலில் கூறிய மூன்றையும் சுரசம் செய்து (சாறு பிழிந்து) அதில் சீரகம், சர்க்கரை பொடித்துப்போட்டுக் கலந்து கொடுக்கவும்.

ஓடு பித்தம், அழல் பித்தத்திற்கு மருந்து

- ❖ முற்றிய கோவைத்தண்டு, முற்றிய முடக்கறுத்தான் தண்டு இவைகளை எடுத்து இடித்து அவித்துப் பிழிந்து சாறு 500 மிலி. யுடன், சம அளவு பழைய காடியும் கூட்டி சர்க்கரையும் சேர்த்துக் கொடுக்கவும்.
- ❖ பசும்பால் 1/4 படி எடுத்துக் காய்ச்சி, குன்றியிலைச்சாறு 2 லிட்டர், முசுறுமுட்டை 2 லிட்டர், பேயன் வாழைப்பழம் 40, வட்டுக்கருப்பட்டி 40, சர்க்கரை 500 கிராம் இவைகளை 4 லிட்டர் அரிசியுடன் சேர்த்துச் சமைத்துத் தேவையான அளவு மூன்று நாட்கள் கொடுக்கவும்.
- ❖ பேய்ப்புடல், முசுமுசுக்கை, பாசிப்பருப்பு இவை மூன்றையும் ஒரு புதுச்சட்டியில் 1லிட்டர் தண்ணீ விட்டு ஒருநாள் முழுவதும் ஊறப்போட்டு, மறுநாள் உரைத்துக் கழுவி, தண்ணீரை இறுத்து, எலுமிச்சம்பழம் 2 பிழிந்து, நற்சீரகம் 5 கிராம் பொடித்துப் போட்டுக் கலக்கிக் கொடுக்கவும்.
- ❖ முசுமுசுக்கை சமூலத்தை எருமைப்பால், பசும்பால் இரண்டும் விட்டு இடித்துச் சாறு 4 லிட்டர் எடுத்து, பசுவெண்ணெய் 1 தேங்காய் அளவு, எருமை வெண்ணெய் 1 தேங்காய் அளவு, தேன் 1 லிட்டர், கழுதைப்பால் 1 லிட்டர், இஞ்சிச்சாறு 1 லிட்டர் இவைகளை ஒன்றாய்க் கலந்து, 100 கிராம் கருப்பட்டிக் கட்டி போட்டுக் குழம்பாகக் காய்ச்சி வடித்து வைத்துக் கொண்டு, காலையிலும் மாலையிலும் மூன்று எலுமிச்சங்காய் அளவு சாப்பிடவும்.
- ❖ கூகை நீறு 5 கிராம், சர்க்கரை 70 கிராம், நெய் 2 லிட்டர், சந்தனக் குடிநீர் 2 லிட்டர் இவைகளை ஒரு மண்பாண்டத்தில் இட்டுப் பக்குவமாகக் காய்ச்சி வடித்துக்கொண்டு, அதில் மறுபடியும் கூகைநீறும் சர்க்கரையும் போட்டுக் கிண்டி வைத்துக்கொண்டு, காலை மாலை இரண்டு நேரமும் சிறுகரண்டி அளவு சாப்பிட்டு வரவும்.

- மலாக்காய் சந்தனத்தை அரைத்த விழுது 15 கிராம் எடுத்து, 15 கிராம் வெண்ணெயில் மத்தித்து விழுங்கவும். இவ்வாறு 5 நாட்கள் கொள்ளவும்.

- ஊமத்தை விதை 5, மிளகு 10 இவை இரண்டையும் இளஞ்சூடான வெந்நீர் விட்டரைத்து, அந்த விழுதிற்குச் சமன் எருமை வெண்ணெயில் வைத்து 10 நாட்கள் கொடுக்கவும். பிறகு 10 ஊமத்தை விதையும் 15 மிளகும் அரைத்து எருமை வெண்ணெயில் வைத்து 35 நாட்கள் கொடுக்கவும். பத்தியம் பால்சாதமும், பயத்தங் கஞ்சியும் உப்பிட்டுக் கொடுக்கவும்.

- தேற்றான் கொட்டைப்பழம் 5 கிராம் வெந்நீரில் அரைத்துக் கொடுக்கவும்.

- பச்சரிசியும், பச்சைப்பயிறும் போட்டுக் கஞ்சி கொடுக்கவும்.

- முடக்கறுத்தான் இலையை விழுதாக அரைத்து, சர்க்கரை சேர்த்துக் கொடுக்கவும்.

- சீரகத்தில் எலுமிச்சம் பழச்சாறு விட்டு பாவனை செய்து, சர்க்கரை சேர்த்துக் காலையில் கொடுக்கவும்.

- முசுமுசுக்கையை உலர்த்தி இடித்துச் சூரணம் செய்து 5 கிராம் எடுத்து, சர்க்கரை சேர்த்துப் பசும்பாலுடன் கொடுக்கவும்.

- கற்றாழைச் சோற்றுடன் பசுவின் பாலும் சார்க்கரையும் சேர்த்துப் பிசைந்து கொடுக்கவும்.

- இஞ்சிச்சாறு, எலுமிச்சம் பழச்சாறு, நெல்லிக்காய்ச்சாறு, பேய்ப்புடல்சாறு, நரிபயத்தஞ்சாறு இவற்றை ஒன்று கூட்டி, சர்க்கரை சேர்த்துக் கொடுக்கவும்.

- வில்வ வேர், சிற்றாமுட்டிவேர், சுக்கு இவைகளைப் பொடித்துப் போட்டு குடிநீர் செய்து, தேன்விட்டுக் கொடுக்கக் கொடுமையான வாந்தி தீரும்.

- நெற்பொரி, பருத்திக்கொட்டைப்பருப்பு, திப்பிலி, ஏலம், கிராம்பு, திப்பிலி மூலம், பேரரத்தை இவைகளை இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து, சர்க்கரை கூட்டி வைத்துக்கொண்டு, தேனில் கொடுக்க வாந்தி நீங்கும்.

- பாவட்டம் புல், சீரகம், பருத்திக்கொட்டை, சுக்கு, மாதுளம்பூ வகைக்கு 5 கிராம், வில்வவேர் தோல் சீவியது 10 கிராம் எடுத்துக் குடிநீர் இட்டு இரவில் கொடுக்க, வாந்தி தீரும். கைப்பு, புளிப்பு தவிர்க்கவும்.
- கூவிளம் வேர் 100 கிராம், சுக்கு 10 கிராம் எடுத்துக் குடிநீரிட்டு இரவில் கொடுக்க, வாந்தி நிற்கும்.
- நொச்சிக் கொழுந்தை வாய்பேசாமல் பறித்து வந்து வெற்றிலையுடன் கொடுக்கத் தீரும்.
- பொன்னாங்கண்ணி வேரையும் பாலில் அரைத்துக் கொடுக்கத் தீரும்.
- ஒரு பிடி வேப்பீர்க்கு, அரிந்த துண்டு இஞ்சி, ஒரு துண்டு சாரணைக்கிழங்கு, பூண்டு 4 திரி, வெந்தயம் 100 கிராம் எடுத்து இளவறுப்பாய் வறுத்துக் குடிநீர் இட்டு மூன்று வேளை கொடுக்க, வாந்தி நிற்கும்.
- கொத்துமல்லி, மாம்பட்டை, மாந்தளிர், விலாமிச்சம்வேர் வகைக்கு 10 கிராம் எடுத்து அரைத்துக் குடிநீரிட்டு 200 மிலி. எடுத்துத் தேன் கலந்து கொடுக்கவும். இரு வேளை வீதம் ஏழு நாட்கள் கொடுக்கவும். சர்த்தி, விக்கல், அருசி பித்தத்திற்கு நல்லது.
- மாதுளங்காயை உலர்த்திப் பொடி செய்து தேனில் கொள்ளத் தீரும்.
- இஞ்சிச்சாற்றை வாயில் வைத்துக் கொப்பளிக்க வாந்தி, விக்கல் தீரும்.
- சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, இலவங்கம், சாதிக்காய், சிறுநாகப்பூ, ஏலம், பச்சிலை இவைகளைச் சம எடை எடுத்துத் தேனிலாகினும், நெய்யிலாகினும் குழைத்துச் சாப்பிட நீங்கும்.
- எலுமிச்சம்பழச்சாறு, முசுமுசுக்கைச்சாறு, குமட்டிமாதுளைச்சாறு, புளியிலைச்சாறு, வில்வப்பத்திரிச்சாறு, இஞ்சிச்சாறு, இவை வகைக்கு 1 லிட்டர்; ஏலம், சீரகம், திப்பிலி, இலவங்கம், அதிமதுரம், நெற்பொரி இவை வகைக்கு 50 கிராம்; சர்க்கரை 150 கிராம்; தேன் 200 மிலி. இவைகளைச் சேர்த்து இலேகியமாகச் செய்து உட்கொள்ள விக்கல், சர்த்தி, அருசிப் பித்தம் தீரும்.

உணவு

அழல் குற்றத்தை மிகுதிப்படுத்தாததும், அதனைத் தன்னிலைப்படுத்தி உடலுக்கு ஊட்டத்தைத் தரக்கூடியதுமான உணவுப் பொருட்களைக் கொடுத்தல் வேண்டும். பித்தக் குற்றத்தைச் சமப்படுத்தும் பொருட்களாகப் பதார்த்த குண சிந்தாமணியில் கூறியபடி:

- மொச்சை, கடலை, பச்சைப்பயிறு, உளுந்து, ஏலம், வெந்தயம், கப்பைக்கிழங்கு, கோவை, கறிவேப்பிலை, சீரகம், ஆகியவற்றைச் சேர்க்கலாம். வெள்ளரி, சிறிய, பெரிய பாகல், புடல், பீர்க்கு, அவரை, முள்ளிப்பூ, கத்தரி, முருங்கை, மா, களாக்காய், வாழைக் கச்சல், வள்ளிக்கிழங்கு, வாழைப்பூ, வெங்காயம், பூண்டு இவற்றைக் குழம்பாக வைத்துப் பயன்படுத்தலாம்.
- புளியாரைக் கீரை, கோவைக் கீரை, முருங்கைக் கீரை, பசலைக் கீரை, பொன் முசுட்டை, ஓரிதழ் தாமரை இலை, பாலைக் கீரை, முசுமுசுக்கை, தூதுவளை, சுரை இலை, வல்லாரை, சிறுகீரை, மணத்தக்காளி இவை பித்த உடலினர்க்கு ஆகும் கீரை வகைகளாம்.
- அத்துடன் பித்த உடலினர் பச்சை மிளகு, இஞ்சி, தூதுவளைக்காய், நாரத்தங்காய், தமரத்தங்காய், மாகாளிக்கிழங்கு, கொளுஞ்சிக்காய் இவற்றை ஊறுகாயாகச் செய்து பயன்படுத்தலாம்.
- மணக்கத்தை அரிசி, குறுவை அரிசி, காரரிசி முதலியவற்றைக் கொண்டு சமைத்த சோறு சிறந்தது.
- இலவம்பஞ்சு படுக்கை மிகவும் நல்லது.

ஆதார நூல்கள்

இந்நூலில் கூறப்பட்டுள்ள பித்தம் (அழல்) தொடர்பான நோய்கள் - அவற்றிற்கான மருந்துகள் பற்றிய செய்திகள் யாவும், சித்த மருத்துவ நூல்களையும், அந்நூல்களின் அடிப்படையில் வழக்கில் இருந்து வரும் அனுபவ மருத்துவ முறைகளையும் ஆதாரமாகக் கொண்டு எழுதப்பட்டனவாகும். மேற்கொண்டு பித்தம் (அழல்) தொடர்பான செய்திகளை அறிந்துகொள்ள விரும்புவோர்க்குப் பின் வரும் நூல் பட்டியல் உறுதுணையாக அமையும்:

1. சித்த மருத்துவாங்கச் சுருக்கம்.
2. சித்த மருத்துவம்.
3. சித்த வைத்தியத் திரட்டு.
4. நோய் நாடல் நோய்முதல் நாடல்.
5. யூகி வைத்திய சிந்தாமணி.
6. தேரன் கரிசல்.
7. தேரன் யமக வெண்பா.
8. தேரன் மருத்துவ பாரதம்.
9. தேரன் வெண்பா.
10. தேரன் சேகரப்பா.
11. சுர வாகடம்.
12. அகத்தியர் சுரநூல்-300.
13. அகத்தியர் குணவாகடம்.
14. அகத்தியர் வைத்திய சிந்தாமணி.
15. அகத்தியர் அட்டவணை வாகடம்.
16. நோய்களுக்குச் சித்த பரிகாரம்.
17. பால வாகடம்.
18. சத சுலோகம்.
19. தேரையர் வாகடம்.
20. பதார்த்த குண சிந்தாமணி.
21. யூகிமுனி வாத வைத்திய விளக்கம்-2000.
22. சதக நாடி.
23. சரபேந்திரர் வைத்திய இரத்னாவளி.
24. புலிப்பாணி வைத்தியம் -500.
25. அனுபவ வைத்திய தேவரகசியம்.
26. கண்ணுசாமி பரம்பரை வைத்தியம்.
27. சிகிச்சா இரத்ன தீபம்.
28. அனுபவ வைத்திய நவநீதம்.
29. சபாபதி கையேடு.
30. வைத்திய சதகம்.
31. தேரையர் குண வாகடம்.

- வியர்வை துர்நாற்றத்துடன் வெளிப்படும்.
- தோல் சுருங்கித் திரையுடன் காணப்படும்.
- முகம், உள்ளங்கை, உள்ளங்கால் ஆகியன மஞ்சளும் சிவப்பும் கலந்த நிறத்தைப் பெறும்.
- கண் இமைகள் மெல்லியதாய் இருக்கும்.
- வெயில், சினம், கட்குடி, பசி ஆகியவைகளால் கண்கள் சிவந்து காணும்.
- தலையில் சிறிது மஞ்சள் நிற முடியும், அதிக அளவில் நரையும், மேனியில் குறைந்த அளவு முடியும் இருக்கும்.
- முகப்பருவும் உடலில் கறுத்த மச்சங்களும் மிகுந்து காணும்.
- இனிப்பு, துவர்ப்பு, கைப்பு ஆகிய சுவைகளிலும் குளிர்ந்த பொருள்களிலும் நாட்டம் மிகும்.
- மிகுதியான உணவு தேவைப்படாது.
- பசி, நீர்வேட்கை, சினம், சூடு, அச்சம் ஆகியவற்றைப் பொறுத்துக் கொள்ள முடியாது.
- நறுமண மலர், சந்தனப் பூச்சு போன்ற ஒப்பனைகளில் விருப்பம் மிகும்.
- காம இச்சை குறைவுபடும்.
- வீரம், துணிவு, ஆற்றல், மரியாதை, தெளிந்த அறிவு, இரக்கம், நாவடக்கம், ஒழுக்கம், அன்பு, கல்வி ஆகிய நற்பண்புகள் மிகுந்திருக்கும்.
- தூக்கத்தில் பூக்கள் நிறைந்த மரங்களும், பற்றி எரியும் தீயும் கனவாகத் தோன்றும்.
- பெரும்பான்மையும் உடல் ஆரோக்கியமாகவும் அறுபத்தைந்து ஆண்டுகள் வரையிலான வாழ்நாளும் பெறுவர்.

அழல் இயல்பு நிலை கெட்டு மிகுமானால்:

- கண், தோல், சிறுநீர், மலம் ஆகியன மஞ்சள் நிறத்தை அடையும்.
- பசியும் நீர்வேட்கையும் மிகுதிப்படும்.
- உடலில் எரிச்சல் மிகுந்து தோன்றும்.
- தூக்கத்தின் அளவு குறையும்.

வேறு பெயர்

வெம்மை, வெப்பு நோய், காந்தல், காங்கை, காய்ச்சல், சூடு, அனல், பிறப்பிலும் இறப்பிலும் தொடரும் நோய், பம்ம நோய் எனப் பல பெயர்கள் உண்டு.

குறிகுணம்

உடலின் இயற்கைச் சூடு (உயிரனல்) தன்னளவை விட மிஞ்சி எழுந்து கண் எரிதல், வாய் குமட்டல், உடல் நோதல் வாந்தியாதல் ஆகிய பல குறிகளைத் தோற்றுவிக்கும்.

நோய் தோன்றும் வழி

- ❖ எரு (மலம்) தடைபடல்
- ❖ நாட்பட்ட ஐயம் (கபம்)
- ❖ உண்டியால் ஏற்படும் கெடுதிகள்
- ❖ மிஞ்சிய கலவி
- ❖ பலவகைப்பட்ட நஞ்சுகள்
- ❖ துயிலின்மை
- ❖ கடுமையான ஓட்டம்
- ❖ அதி சுவையுள்ள பொருளை உண்ணல்
- ❖ அதிகோபங் கொள்ளல்
- ❖ இளவெயில், கடுவெயில்களில் நடத்தல்
- ❖ தாங்கொணாப் பசியைப் பொறுத்தல்
- ❖ உண்டிமேல் உண்டி உண்ணல்
- ❖ தாங்க முடியாச் சுமை சுமத்தல்
- ❖ கதறிக்கூவல்
- ❖ உடலில் எழும் பதினான்கு வேகங்களை அடக்குதல்
- ❖ எண்ணெய் தேய்த்து நீராடிய பின் கலவி புரிதல்
- ❖ தடியடியை (சிலம்பம் முதலியன) மேற்கொள்ளல்

- படுக்கை வேறுபடுதல்
- தான் செய்த பழவினைகள் சூழ்தல்
- மிக்க பசியில் வயிறு நிறைய உண்ணல்
- அதி குளிர்ந்த நீரைப் பருகுதல்
- நாடுகளின் வேற்றுமையான் வாழல்
- கெட்ட எண்ணம் கொள்ளல்
- உள்ள மாறுபாடடைதல்

முதலிய செயல்கள் சுர நோய் தோன்றுவதற்கான வழிகள் எனச் சித்த மருத்துவ நூல்கள் கூறுகின்றன.

முற்குறிகள்

- உண்ணும் எப்பொருளிலும் விருப்பம் இல்லாதிருத்தல்
- உடம்பு கனமாய் இருத்தல்
- உடல் நிறம் மாறல்
- உடல் துவைத்தது போல் இருத்தல்
- எப்பொருள் பட்டாலும் பல் கூசல்
- உணவு செரியாமை
- எப்பொருளிலும் வெறுப்பு
- கொட்டாவி, மயக்கம், பிதற்றல் முதலியன உண்டாதல்
- நாச் சுவை அறியாமை
- உடல் நடுங்கல், குளிர்தல்
- இரவில் தூக்கமின்மை
- தொடை கெண்டைச் சதை நோதல்
- உடல் முற்றும் குத்தல்
- குடைச்சல்
- அண்டையில் இருப்பவர்கள் மேல் வெறுப்பு

- ❖ கண்களில் நீர் முட்டிமுட்டி வெளிப்படல்
- ❖ உடல் கடுப்பு
- ❖ உடம்பு முறுக்குதல்
- ❖ நா வறண்டு போதல்
- ❖ ஊக்கமின்மை
- ❖ இளைப்பு
- ❖ இனிப்பு, புளிப்பு, உவர்ப்புச் சுவை உள்ள பொருட்களிலும் அவைகளைப் பற்றிப் பேசுதலிலும் விருப்பம் இல்லாமை
- ❖ மனைவி, மக்களிடத்து வெறுப்பு
- ❖ தலை கிறுகிறுத்தல்
- ❖ உடலில் வியர்வை தோன்றல்
- ❖ பாட்டொலி, வாத்திய ஒலி, காற்று, நீரின் வெம்மை, தண்மை, நிழல் இவைகளில் யாதொரு காரணமுமின்றி ஒருமுறை விருப்பும் மற்றொரு முறை வெறுப்பும் உண்டாதல்

ஆகிய இக்குறிகளில் பலவேனும், சிலவேனும் சுரம் உண்டாவதற்கு முன்னர் காணப்படும்.

நோய் வகை

சுரத்தின் பிரிவு பலவாம். ஆயினும் எல்லாச் சுரங்களும் வளி முதலான முத்தாதுக்களில் ஒடுங்கி, தனித் தாது அளவாகவும், கலந்த குற்றங்களின் அளவாகவும் அறுபத்துநான்காக விரியும். இவ்வறுபத்துநான்கையும், வாதத்தில் இருபது, பித்தத்தில் இருபத்து நான்கு, ஐயத்தில் இருபதுமாய்ப் பிரிப்பர். இவற்றுள் வாதத்தில் எட்டு, பித்தத்தில் பத்து, கபத்தில் ஒன்பது சுரங்கள் எளிதில் தீரக் கூடாதனவாம்.

இவ்வாறாகத் தொகை கூட்டிய அறுபத்துநான்கு வகைகளும், தன் வழியாகப் பிறப்பது ஐம்பத்திரண்டும், பிறவழியாகப் பிறப்பது பன்னிரண்டும் ஆகுமென்ற கொள்கையும் உண்டு.

தன் வழியில் பிறக்கும் சுரங்கள்

1. வாதச்சுரம்
2. பித்தச்சுரம்
3. கபச்சுரம்
4. வாதபித்தச்சுரம்
5. வாதகபச்சுரம்
6. பித்தவாதச்சுரம்
7. பித்தகபச்சுரம்
.8. கபவாதச்சுரம்
9. கபபித்தச்சுரம்
10. கலப்புச்சுரம்
11. மந்தச்சுரம்
12. நளிர்சுரம்
13. வெஞ்சுரம்
14. மேனிச்சுரம்
15. உள்சுரம்
16. வெளிச்சுரம்
17. விட்டுவிட்டுவரும் சுரம்
18. விடாச்சுரம்
19. சாரற்சுரம்
20. செங்கறைச்சுரம்
21. ஊன்சுரம்
22. கொழுப்புச்சுரம்
23. என்புச்சுரம்

24. மூளைச்சுரம்
25. விந்துச்சுரம்
26. துன்பச்சுரம்
27. முறைச்சுரம்
28. மயக்கச்சுரம்
29. பிதற்றல்சுரம்
30. புழுச்சுரம்
31. மஞ்சள்சுரம்
32. காலைச்சுரம்
33. பகல்சுரம்
34. மாலைச்சுரம்
35. இராச்சுரம்
36. அதிகாலைச்சுரம்
37. தீவறட்சிச்சுரம்
38. அனல்சுரம்
39. ஏப்பச்சுரம்
40. வாந்திச்சுரம்
41. கொட்டாவிச்சுரம்
42. விடவிக்கல்சுரம்
43. வியர்வைச்சுரம்
44. தூங்காச்சுரம்
45. இருமல்சுரம்
46. பழஞ்சுரம்
47. கட்டிச்சுரம்
48. சீழ்ச்சுரம்

49. பல்கொப்புளச்சுரம்
50. நடுக்கல்சுரம்
51. வீக்கச்சுரம்
52. கழிச்சல்சுரம்

பிற வழிச் சுரங்கள்

1. மோதுச்சுரம் (அடி முதலியவைகளால் பிறக்கும் சுரம்)
2. நாவேறு (சாபம்) சுரம்
3. ஏவல் சுரம்
4. சேர்க்கைச்சுரம்
5. பூதச்சுரம்
6. மருந்துவேகச்சுரம்
7. நச்சுச்சுரம்
8. சினச்சுரம்
9. பயச்சுரம்
10. துக்கச்சுரம்
11. காமச்சுரம்
12. தெய்வச் சினச்சுரம்

மேலும் அழல் முதலான தாதுக்கள் தத்தம் மாத்திரையில் மிகுதல், குறைதல்களால் உண்டான வேறுபாடுகளாலும், கால வேறுபாடுகளினாலே உண்டாகும் தட்பவெப்பங்களின் பலனாலும் நச்சுச்சுரங்கள் தோன்றும். அவைகள் பலவாயினும் முக்கியமானவற்றை ஈண்டு காணலாம்:

1. உணவுச்சாரத்தின் வழியே எழுந்து உட்சுரமாகக் காய்கின்ற விடாச்சுரம்.
2. குருதி வழியே எழுந்த விடாச்சுரம். இது புறம்பாக வீசும்.
3. ஊனனப் பற்றி எழும் சுரம். தினமுறையாகக் காயும்.

4. கொழுப்பைப் பற்றி எழும் சுரம். மூன்றாம் முறையாக வரும்.

5. மூளையிலும் என்பிலும் உண்டாகும் சுரம். நான்காம் முறையாகத் தொடரும்.

அகக் காரணங்களாலும், புறக்காரணங்களாலும், அடிபடுதல் முதலியவைகளாலும் எழும் சுரமனைத்தையும் அறுபத்துநான்காகப் பிரித்தும், அவைகளில் முத்தாதுக்களின் திரிபால் விளையும் சன்னியைப் பதின்மூன்றாக வகுத்தும் கூறி இருக்கின்றனர். ஆயினும்,

உற்றதோர் உடலின் கூறு
உறுப்புடன் விரவி நின்று
முற்றுமே நோய்கள் எல்லாம்
முதல்தனில் தோன்றும் போது
பற்றுமே வாத பித்த
சிலேற்பனந் தன்னில் ஒன்றைப்
பற்றியே தோன்று மென்று
பகர்ந்தனர் முனிவர்தாமே

என அகத்தியர் குரு நாடியில் கூறியபடி, நோய்கள் பிறப்பதற்கான வழிகள் பலவாயிருப்பினும், அவை தோன்றும்போது அழல் முதலாகிய தாதுக்களில் ஒடுங்குமாதலின், தாதுக்களின் அளவாயெழும் சுரங்களையும் அவைகளின் பத்திய பரிகாரங்களையும் மட்டுமே கூறுவாருமுளர்.

மற்றும் சில நூலோர் சுர நோயை அறுபத்துநான்கு வகையாக வகுத்து, அவைகளுக்கான பெயர்களையும் அவைகளில் தோன்றும் குறிகுணங்களையும், மருத்துவ வகைகளையும் கூறுவர். ஈண்டு சித்தர்கள் கூறியதைத் தொகுத்துக் காண்போம்:

வளிச்சுரம் (வாதச்சுரம்)

❖ உடல் முழுமையும் கருநிறமடைதல், முகம் நீர் கொள்ளல், சந்துகள் தோறும் குத்தலுண்டாதல், உணவு வேண்டாமை, தலையானது நீர் நிறைந்தது போலக் கனத்திருத்தல் ஆகிய குறிகளைக் காட்டி மிகு காய்ச்சல் உண்டாம்.

- ❖ உடல் முழுமையும் கறுத்து நொந்து துடித்து ஆறாத தீயைப்போல் கொதிக்கும். சுரம் விட்ட பின் உடல் வியர்த்துத் திமிர் உண்டாகும். வயிற்றுள் மிகுந்த மந்தம் உண்டாகி, வயிறு உப்பி வாயால் மூச்சுவிடப்பண்ணும் என்னும் இக்குறிகள் வளிச் சுரத்திற்கு உரியன.

- ❖ வாத சுரத்தில் குடலில் சீதமுறல், சிந்தை கலங்குதல், மார்பு நோதல், சந்துகள் வாளால் அறுப்பது போல வலித்தல், மலம் வறளுதல் முதலிய குறிகளைக் காட்டும்.

- ❖ இதனில் உடல் நடுங்குவதன்றியும் உடலை நறுக்கித் துவைத்தது போலிருத்தல், சோறு வேண்டாமை, நஞ்சென உணவில் அருவருப்பு, வாந்தி, இரவும் பகலும் துயில் இல்லாமை, கை, கால் கடுப்பு, பூட்டுகளில் மிக்க வலி முதலிய குறிகுணங்கள் காணும்.

- ❖ இந் நோயில் மயிர் சிலிர்த்துப் பாம்பு விடம்கொண்டவனுக்குள்ள தாகத்தைப் போன்று தாகம் உண்டாகும். களைப்பும் தோன்றி தெளியாது. அசதியும் ஏற்படும்.

- ❖ முகம், உதடு கறுத்துக் காணல், உடல் முழுமையும் துடித்து நோதல், மிகு தாகம், உடல் நடுக்கல், திமிர், வெப்பம், உடல் பாரித்தல், உடல் குளிர்ந்து மயிர்க்கூச்செறிதல், எரு (மலம்) கடினப்பட்டு நிறத்தில் வேறுபாடடைதல் ஆகிய குறிகள் வளிச் சுரத்தைக் குறிக்கம்.

- ❖ உடல் நடுக்கல், வாய் பிதற்றல், குளிர், மயிர்க்கூச்செறிதல், இடுப்பு பூட்டுகள், நெற்றி இவைகள் நோதல், அடுத்தடுத்து (வாய் ஓயாத) இருமல், சோம்பல் இவைகள் வாதச்சுரத்தின் குறிகளாகும்.

  கண்களில் நீர் சொரிதல், தலை நோய், வயிற்றிரைச்சல், கைகால் முடக்கல், அதிசோம்பல், கொட்டாவி, விக்கல் என்பவைகள் தீர்ப்பதற்கரிய வளிச் சுரத்தின் குறிகுணங்களாம்.

மேற்குறித்த குறிகுணங்களை ஒருங்கு திரட்டிக் கூறில்: வாதச் சுரத்தில் சோறு வேண்டாமை, நஞ்சென உணவை அருவருத்தல், மந்தம், வாந்தி, இரவும் பகலும் துயிலாமை, உடல் முழுமையும் கறு நிறமடைதல், சாம்பல் படிந்தாற் போல் உடல் வெளுத்து வறளல், முகத்தில் நீர் கொள்ளல், தலை நோய், சந்துகளிலும் தோலிலும் குத்தலும் குடைச்சலும் உண்டாதல், உடல் துடித்தல். மயிர்க்கூச்செறிதல், குளிரல், ஆறாத தீயைப் போல் உடல் முழுமையும்

கொதித்தல், வாயால் மூச்சு விடல், மிகுசினம், மூக்கில் எரிச்சல், கண்விழி, தொடை, இடுப்பு இவைகள் குடைந்து குடைந்து நோதல், புறந்தாள் வீங்கல், வாய் ஓயாது இருமல், உடல் வறளல், பல் விறுவிறுத்து உளைதல், வயிற்றில் காற்று மேல் கொண்டு சேருதல், கொட்டாவி உண்டாதல், சுரம் விடுமுன் வியர்த்தல், திமிர், மிகுந்த மந்தம் ஆகிய குறிகளைப் பிறப்பிக்கும் என அறியக்கிடக்கும். இந்நோயில் எரு (மலம்) தீய்ந்து வறளுதலும், நீர் சுருங்கி, வெள்ளாட்டு நீரின் நிறத்தை ஒத்திருத்தலும் உண்டு. அன்றியும், தேரன் மருந்துப் பாரத நாடகத்தில் கூறியது போல், வளி வெப்பு நோயின் கால அளவாகிய பத்து தினத்திற்குள், எந்த வினைகளும் கலக்கும் என்பதால் மேற்கூறிய குறிகளல்லாமல் பல்வேறு நோய்களும் இச்சுரத்தில் தொடரக் கூடும் என்பதையும் அறியலாம்.

வளியழற்சுரம் (வாதபித்தச் சுரம்)

- ❖ மிகு ஒலியுடன் (சப்தம்) வயிறு இரையும். நாவும் கண்ணும் மஞ்சளித்துக் குளிர் மிகுந்து விடாச்சுரமாகக் காயும். ஓக்காளம் உண்டாகும். அடிக்கடி தூக்கமெழும். அன்றியும் இவ்வளியழல் சுரத்தில் ஐயமும் கூடிடில் மனக் கலக்கத்தையும் உண்டாக்கும்.
- ❖ இன்னும் இச் சுரத்தில் சோம்பல், திமிர், பெருமூச்சு, திகைப்பு, வாந்தி, குளிர், உடல் சிலிர்ப்பு, வாய் பிதற்றல், விடாக்காய்ச்சல் இவைகளும் உண்டாகும்.
- ❖ உடம்பு நொந்து குளிரோடு சுரம் தோன்றி வருவதும் போவதுமாக இருந்த பின்பு இவைகள் தணிந்து, வயிறு மிகக் கழிச்சலை உண்டாக்கி அத்துடன் சீதமும் கூடிவிழுவதுண்டு. மேலும் உடல் வற்றி (இளைத்து) வியர்த்தலும், விடாச்சுரம் காய்தலும், பல்லும் கன்னமும் சிலிர்த்தலும் ஆகிய இக்குறிகள் வளி அழல் சுரத்தின் குறிகளாகும்.
- ❖ சில வேளையில் உணர்ச்சி இராது. வாய் இனிக்கும். ஆனால் பெரும்பான்மையும் கசக்கும். விடா அழலை உண்டாக்கும்.
- ❖ உடல் முழுமையும் அசைவது போல் வலியுண்டாம். மேலும் நாக் கறுத்தல், அடிக்கடி தூக்கமுண்டாதல், வாய் கைத்தல், உடல் வடிவு குன்றல், உடல் தினவெடுத்தல், மனம் கலங்கி தயங்கி, கண்டது கண்டவாறாகப் பேசல், மலம் வெண்மை நிறத்தோடிழிதல் ஆகிய இக்குறிகளைப் பெறும்.

இக்குறிகுணங்களை ஒருங்கு திரட்டி நோக்குங்கால், வளியழல் சுரத்தில் நாவும், கண்ணும் மஞ்சள் நிறமடையும் . சோம்பல், ஓக்காளம், உடல் சிலிர்ப்பு, குளிர், விடாச்சுரம் (காய்ச்சல்), வாய் பிதற்றல், அடிக்கடி தும்மல், பெருமூச்சு, மனக்கலக்கம், பல்லும் கன்னமும் சிலிர்ப்பு, சுரம் தணிந்த பின் வயிறு கழிதல், சீதம் விழல் ஆகிய குறிகள் ஏற்படுமெனக் கொள்ளலாம்.

வளிஐயச் சுரம் (வாதகபச் சுரம்)

- ❖ வாந்தி, பெருமூச்சு, கை,கால் வீக்கம், இருமல், இரைப்பு, காதடைப்பு, விடாச்சுரம், நடுக்கல் இவைகள் உண்டாகி நீங்காத் துன்பம் தரும்.
- ❖ இச் சுரத்தில், தொண்டையும் உடம்பும் நோதல், முகம் வெளுத்தல், உப்பிசம், விக்கல், மயிர்க்கூச்செறிதல், வாய் உலர்தல், சோர்வடைதல், வெருண்ட பார்வை, கை, கால்களில், பூட்டுகளில் நோதல் ஆகிய குறிகுணங்கள் உண்டாகும்.
- ❖ முகமும் நாவும் வறளுவதன்றி, வாந்தி, அதிகத் தூக்கம், குளிர் முதலியன உண்டாகும். மலமும் நீரும் வெளிறும். மூக்கில் நீர் பாயும். வாயில் நீர் ஊறும். கண் வெளிறும். சுரம் காயும். அனலையும் வெய்யிலையும் விரும்பும். இந்நோய் தீர நாட்செல்லும்.
- ❖ வளி ஐயச்சுரத்தில் உடம்பெல்லாம் நோதல், இழுப்புண்டாதல், இருமல் வருதல், நா வெளுத்தல் ஆகியவைகளும், மயிர்க் கூச்செறிதல், கழுத்து நோதல், நீர் வேட்கை, கலக்கம், சஞ்சலம், வாய் பிதற்றல், மிரளல், வியர்வை உண்டாதல் முதலியனவாகிய குறிகுணங்களைத் தோற்றுவிக்கும்.

இக்குறிகளைத் தொகுத்துக் கூறின் வளிஐயச் சுரத்தில் விடாச்சுரம், வாந்தி, தொண்டையும் உடம்பும் நோதல், முகம் வெளுத்தல், கை, கால்களின் சந்துகள் வீங்கி உளைதல், இருமல், இளைப்பு, காதடைப்பு, உப்பிசம், விக்கல், மயிர்க்கூச்செறிதல், வாய் உலர்தல், சோர்வு, வெருண்ட பார்வை, முகமும் நாவும் உலர்தல், அதிகத் தூக்கம், மூக்கில் நீர் பாய்தல், வாயில் நீரூறல், கண் வெளிறல், அனலையும் வெய்யிலையும் விரும்பல், மலமும் நீரும் வெளுத்தல், மயக்கம், தாபம், தயக்கம், சஞ்சலம் உண்டாதல், வாய் பிதற்றல், மிரளல், வியர்வை இவைகள் உண்டாகுமென்று அறியலாம்.

அழற்சுரம் (பித்தச்சுரம்)

- ❖ அரக்கர்கள் தமது வல்லமையாகிய மாயா வித்தையினால் யாவருடைய மனத்தையும் எவ்வாறு வஞ்சகமாகத் துன்புறுத்துவார்களோ அவ்வாறே இவ் அழற்சுரமும் யாவரையும் வருத்துவதாகும்.
- ❖ இது ஊழி வடவாமுகாக்கினியைப் போலக் காய்ந்து, பித்தச் சுரம் என்கிற பெயர் கொண்டு, பேய் பிடித்தவர்களைப் போல ஆட்டிவருவதுடன், குதிரையைப் போலப் பெருமூச்செறிதலும், முள்ளம்பன்றியைப் போல மயிர்க் கூச்செறிதலும், யானையைப் போல மிரண்டு மிரண்டு பார்த்தலும், குரங்கைப் போல மனநிலை மாறுதலும், பருந்தின் கண்களைப் போலச் சிந்தை சுழலலும், பகைவர்களைப் போல நாளுக்கு நாள் பெருகி வளர்ந்து, செம்மை நிறத்தை உடைய பொருளை உடல் முழுமையும் பூசியதுபோல், கண்டவர் திகைக்குமாறு உடல் சிவத்தலும், உயிர் உடலைவிட்டு நீங்குவது போல் பலவான விதத்தில் மனங்கலங்குதலும், கண்ணும் மூக்கும் பாதிரிப் பூ போன்ற நிறத்தை அடைதலும், உடல் நடுங்குதலுமான குறிகுணங்களைத் தோற்றுவிக்கும்.
- ❖ உடல் சிவந்து, வாய் கைத்துத் தலை சுற்றி, எண் திசைகளும் ஆடி நடுங்குதல் போன்ற தோற்றம் உண்டாதல், வாயில் நீர் சுரந்து வடிதல், உடல் வன்மை குறைந்து, இளைப்பும் களைப்பும் தோன்றல், நாச்சுவை குறைதல் ஆகிய இக் குறிகளைக் காட்டும்.
- ❖ இந்தச் சுரத்தில் படபடவென்று பேசல், வாய் பிதற்றல், கண் சிவந்திருத்தல், வயிறு கழிதல், நீர்வேட்கை, நாத்தடுமாறல், உடல் வாடல், புத்தி மயங்கல், முகங் கறுத்தல், உடல் புண்ணாதல் முதலியன உண்டாகும்.
- ❖ உள்ளம் கொதித்தல், நீர்வேட்கை மிகுதல், உடல் நெருப்புப் போல எரிதல், கை, கால்கள் முதலியன மஞ்சள் நிறத்தைப் பெறுதல், வாய் கைத்தல், மனம் கலங்குதல் ஆகியவைகள் அழற் சுரத்தின் குணங்களாகும்.
- ❖ இந்நோயில் விக்கல், தூக்கமின்மை, வயிறூதல், வாந்தி, வாய் உலர்தல், சிறுநீர் சிவந்திறங்கல் ஆகிய குணங்கள் உண்டாகும்.

- ❖ அழற்சுரத்தில் நா வறளல், சிறுநீர் சிவந்திழிதல், வாய் பிதற்றல், வாந்தி, ஓக்காளம், வாயில் கசப்பு உண்டாதல், மெய்வாடல், தொண்டை, வாய் இவைகள் புண்ணாதல், உடல் வெப்பம் கொள்ளல், மிகுதியும் கழிதல், மலமும் கண்ணும் மஞ்சள் நிறம் பெறுதல், முகங்கறுத்தல், நீர்வேட்கை மிகுதல், உடல் குளிர்ந்து சிலிர்த்தல், அன்னம் வேண்டாமை முதலிய குறிகள் காணும்.
- ❖ அழல் சுரத்தில், மிக்க உறக்கம் கொள்ளல், அடிக்கடி கழிதல், நீர், எரு, உடல் இவைகள் சிவந்திருத்தல், வாய் கைத்தல், பிதற்றல், மிக்க மயக்கமொடு நீர் வேட்கை உண்டாதல், தன்னறிவு இன்றி எழுந்தெழுந்து படுக்கையை விட்டோடல், விக்கல், தவித்தல், வெப்பமடைதல் என்னும் குறிகுணங்களைக் காட்டும்.

பித்தச் சுரத்தின் குறிகுணங்களைத் தொகுத்துக் கூறின், இச்சுரத்தில் வாய் பிதற்றல், படுக்கையில் தங்காமை, மனக்கலக்கம், மயக்கம், உடலும், கண்ணும், சிறுநீரும் செம்மை நிறம் அடைதல், வாய் நீர் அதிகமாக வடிதல், இளைப்பு, சுவையின்மை, ஓக்காளம், வாய்க்கசப்பு, வயிறு கழிதல், நீர்வேட்கை, நாத் தடுமாறல், இடைவிடாமல் சுரம் காய்தல் முதலியன உண்டாகுமென அறியலாம்.

அழல் வளிச்சுரம் (பித்தவாதச் சுரம்)

- ❖ அழல் வளிச் சுரத்தில் மிகு சுரம், பொருமல், உடல் மிகவும் மஞ்சள் நிறமடைதல், வாந்தி, கண்ணோய், கண் வெளுப்பு, மந்தம் முதலியனவும், குளிர்தல், கழுத்து, வயிறு, தலை இவ்விடங்கள் வறண்டு காணுதல், உடலின் ஒளி குறைதல், மயக்கம், உடலில் தினவு, தாகம், வெய்யிலில் விருப்பம், உணவில் வெறுப்பு, நெஞ்செரிவு, சுரம் விட்டுவிட்டுக் காய்தல், வியர்வை உண்டாதல், அரைக்கண் தூக்கம், படுக்கையில் புரளல், தூக்கத்தில் பற்களைக் கடித்தல் ஆகிய குணங்கள் உண்டாகும்.

அழல்ஐயச்சுரம் (பித்தகபச்சுரம்)

- ❖ இச் சுரத்தில் மனம் தளர்ந்து அறிவு மாறாட்டம் உண்டாகும். புகைந்து புகைந்து இடைவிடாத இருமலும், விடாச் சுரமும் தோன்றி, மலமும் நீரும் மஞ்சளித்துத் தூக்கம் வராது செய்யும்.

- ❖ மேலும் புறங்கை, கால், முகம், வீங்கிப் பெருமூச்சு உண்டாகும். இளைப்பு, களைப்பு, விக்கல், வாய் பிதற்றல், நீர்வேட்கை, நெஞ்சும் விலாவும் படபடவென்று அடித்துக்கொள்ளல், மேன்மேலும் சுரம் காய்தல் ஆகிய இவைகள் உண்டாகும்.
- ❖ இந்நோயில் தொண்டை கட்டி இருமல் உண்டாதல், இளைப்பு, நா வழுவழுத்தல், வறட்சி, அடிக்கடி அலறிப் பயப்படுதல், மிகுந்த வியர்வை என்னும் குறிகளைக் காட்டி இடைவிடாது சுரம் காயும்.
- ❖ இருமல், நீர்வேட்கை, மிகுந்த தூக்கம், வயிறு பொருமல், வியர்வை, வாய் பிதற்றல், மயிர் சிலிர்த்தல், உடல் நோதல் என்னும் குறிகளோடு சுரம்காயின் அது அழலையச் சுரமெனக் கொள்க.
- ❖ இதில் அளவு கடந்து உடல் வியர்த்தல், மிகுந்த தூக்கம், மயிர்க்கூச்செறிதல், இருமலால் மார்பு நோதல், வெப்பம் மிகுதல், தலை புறங்கழுத்து இவை வலித்தல், நாவும் மூக்கும் நன்னிலை மாறல் இவைகள் இந்நோயின் குறிகளாம்.
- ❖ பித்த கபச்சுரத்தில் உடல் வலித்து, வாடல், வற்றுதல் ஆகிய இக்குறிகள் உண்டாகும். மெல்லென மூச்சு வாங்கும். இருமலும் நாவரளும் அடிக்கடி வியர்வை விடுதலும் பிதற்றலும் ஏற்படும். தலையும் கழுத்தும் எப்போதும் வியர்க்கும். கண்கள் எரியும்.

ஐயச்சுரம் (கபச்சுரம்)

- ❖ அச்சத்தையும் மன வேற்றுமையையும் முகத்தில் உண்டாக்கும். மத்தள ஒலியையும் வானம் குமுறும் ஒலியையும் போன்ற ஒலிகள் எப்போதும் செவியில் ஒலித்துக்கொண்டே இருக்கும். பின்பு உடலின் மயிர்க்கால்கள் தோறும் வியர்வையைத் தோன்றச் செய்து, நீர்ப்பசையை உண்டு பண்ணி, வடவாமுகாக்கினையைப் போன்ற சுரத்தை உண்டாக்கிய ஒரு நாழிகைக்குள் உடல் வெண்மை நிறத்தை அடையச் செய்யுமாகிய இக்குறி குணங்களை ஐயச்சுரம் பெறும்.
- ❖ ஆயிரம் கண்ணுடையவனான இந்திரன் ஊர்தியாகிய வெள்ளை யானையின் நிறம் போல் உடல் வெளுத்து, வலி, இருமல், தளர்ச்சி, கோழை கக்கல், இளைப்பு, மேல் மூச்சு, மூச்சுத்திணறல், உடல்

வன்மை குறைதல், அதட்டிப் பேசுதல், செருக்கு, வாய் குளறல், உடல் வீங்குதல், அடிக்கடி களைத்துப் போதல், நீர் வேட்கை, இடைவிடாக் காய்ச்சல், என்னும் குறிகுணங்களைக் காட்டி, முப்பிணியை (சன்னி நோயை) வருவிக்கும். அப்போது மண்டையில் மிகுந்த சூடு, வாய் பிதற்றல், தன்னிலை அறியாமை, பிசுபிசுத்த வியர்வை, காது இரைதல், காது கேளாமை முதலிய முப்பிணியின் குணங்கள் தொடரும்.

❖ இருமல், விக்கல், மெய்குளிரல், வியர்வை, உடல் வெதும்பல், முகம், கை, கால் இவைகள் வெளுத்தல், தயக்கம், பெருமூச்சு, மார்பில் கோழை கட்டிக் கொண்டு குறுகுறுத்தல், மிக்க பேதி இவைகளை உடைய ஐயச் சுரமானது மருத்துவர் கைக்கு வசப்படாதென்று சித்தர் நூல்கள் கூறுகின்றன.

❖ ஐயச் சுரத்தில் உடல் நொந்து அழற்றல், இருமல், இளைப்பு, களைப்பு, நெஞ்சு இளகுதல், மனம் துவளல், ஊண் கொள்ளாமை, மலமும் நீரும் கழிதல், எப்பொருளிலும் வெறுப்படைதல், தூக்கமின்மை, மிகச் சுரம் காய்தல், பின்பு தணிதல், இரு கண்களிலும் பீளை சாரல், வயிறு கழிதல், உடல் வெப்பமாதல், சுரம் மிகுந்தெழுதல் முதலிய குறிகுணங்கள் உண்டாகும்.

❖ ஐயச்சுரத்தில் முகம் வெளுக்கும். உண்ணும் உணவை நாச் சுவையறியாது, இருமல், விக்கல், உண்டாகும். மார்பும் தொண்டையும் நோகும். உடல தினவு, வாய்நீர் ஊறல் முதலியன ஏற்படும்.

பல நூலோர்களும் கூறிய குறிகுணங்களைத் தொகுத்துக் கூறுமிடத்து:

இந் நோயில் சுரம் தோன்றும் முன்னரே, காதிரைந்து, மத்தள ஒலியைப் போன்றும், இடி இடிப்பது போன்றும் காதில் ஒருவித ஓசை கேட்டுக்கொண்டே இருத்தல் போன்றும், தலையில் ஏதோ ஊருதலைப் போலிருத்தலுமான முற் குறிகளைக் காட்டிச் சுரம் வரும். அச்சுரம் பெரிய நெருப்பில் எழும் சூட்டைப் போலக் காணும். சுரத்தின் பெயருக்குக்கேற்ப உடல் வெளுத்தல், இருமல், கோழை கக்கல், மேல் மூச்சு, மூச்சு தடுமாறல், மார்பு உளைதல், அடிக்கடி களைத்துப் போதல், உடல் வீங்குதல், வாய் குழறல், நீர்வேட்கை, விக்கல், தயக்கம், பிசுபிசுத்த வியர்வை, மார்பில் கோழை கட்டிக் கொண்டு குறுகுறு என்று ஒருவகை

ஒலி எழுதல், அடிக்கடி கழிதல் என்னும் குறிகுணங்களைக் காட்டி, முப்பிணியின் (சன்னி) குறி குணங்களாகிய ஆடல், பாடல், அலைதல், புரளல், வாய் பிதற்றல் முதலியவற்றையும் உண்டாக்கிக் கொல்லுவதுமுண்டு.

ஐயவளிச்சுரம் (கபவாதச் சுரம்)

- ❖ கபவாதச் சுரத்தில், தலை நடுக்கல், உடல் விறைத்தல், அடுத்தடுத்து இருமுதல், கை கால் குளிர்தல் முதலியன தோன்றும்.
- ❖ இந் நோய் பசியின்மை, உடல் வேறுபாடாதல், மிகக் குளிர் வந்து அதன் பின் சிறிது சுரம் தோன்றுதல், மார்பு, ஈரல், நெற்றி இவைகளில் துடிப்புண்டாதல், உடல் மெலிதல், பெருமூச்சு, இருமல், கோழை கக்கல், இனிப்பு, புளிப்பு இவைகளை விரும்பல், உடல் சோர்வடைதல், இளைத்தல் என்னும் குறிகளைக் காட்டும்.
- ❖ ஐயப் பெருக்கோடு கூடிய வளியால் வரும் சுரத்தில் முப்பிணி (சன்னி) தொடரும். இன்னும் இந்நோயில் கையும் காலும் நெஞ்சும் நோகும். வயிறு நொந்து கழிவதாகும்.

ஐயவளிசுரத்திற் காணும் குறிகுணங்களைத் தொகுத்துக் கூறின்: இச்சுரத்தால் தலைநடுக்கல், உடல் விறைத்துக் கொள்ளல், அடுத்தடுத்து இருமல் வருதல், கைகால் குளிர்தல், சுவையின்மை, உடல் நிறமும் வன்மையும் கெடல், ஈரல் இருக்கும் இடத்திலும் நெற்றி நடுவிலும் துடிப்புண்டாதல், உடல் மெலிந்து நோதல், பெருமூச்சு வாங்குதல், அடிக்கடி கோழை கக்கல், இனிப்பிலும் புளிப்பிலும் விருப்பு உண்டாதல், உடல் சோர்வடைதல் முதலியனவாகும்.

ஐயஅழல்சுரம் (கபப்பித்தச் சுரம்):

- ❖ இதில் சுரம் இருந்து விட்ட உடனே வியர்த்தலும், நா வெந்து உலர்தலும், கசத்தலும், தொண்டை கட்டலும் ஆகிய குறிகுணங்களைக் காட்டிச் சுரம் விட்ட சில நாட்களுக்குப் பின் தலை மயிர் நரைக்கும்.
- ❖ இச்சுரத்தில் நாவின் மேற்புறத்தில், அரத்தைப் போல் சுரசுரத்தும், கீழ்ப்புறத்தில் வழுவழுத்தும் காணும். சுரம் விட்டவுடன் உடல் முழுவதும் சில்லிட்டும், உடல், கை, விலா, நெஞ்சு இவைகள் வெப்பங்கொள்ளுதலோடு முகவாய்க்கட்டை தொங்கிவிடும். அன்றியும் கோழை கோழையாக வாந்தி எடுத்தல், மிகுந்த நீர்

வேட்கை, பசி இருப்பினும் உணவு செல்லாமை, வெளுப்பாக அடிக்கடி கழிதல் என்னும் குறிகளோடு விடாச் சுரமும் காயும். சுரத்தின் கொடுமையால் குருதி பெருக்கடைந்து, அது மூக்கு, நா, எருவாய் முதலியவைகளின் வழியாய் வெளிப்பட்டுக் கசியும்.

❖ இந்நோயில் மூக்கு நீர் பாய்தல், வெள்ளோக்காளம் உண்டாதல், பெருமூச்செறிதல், நா இனித்து உலர்தல், சோம்பி இருத்தல், கண் சிவத்தல், நெஞ்சு எரிதல், கொடிய இருமல் வருதல், படுக்கையை விட்டு அடிக்கடி எழுந்து ஓடல், உரத்துப் பேசல், பெண்களின் மேல் இச்சை கொள்ளல், சில வேளை உடல் வாடியும், மனம் தளர்ந்தும் இருத்தல், கை, கால் வலித்தல், கண்கள் வாடிப் பஞ்சடைதல், படுக்கை பொருந்தாதிருத்தல் என்னும் முப்பிணியின் (சன்னி) குறிகுணங்களும் தொடரும்.

முப்பிணிச்சுரம்

கலப்புச்சுரம், தொந்தச்சுரம், சன்னிபாதச்சுரம் என்பன இதன் வேறு பெயர்கள்.

❖ இது வாய் பிதற்றல், வாந்தியாதல், பிரமை உண்டாதல், நாவறண்டு போதல், மிகுந்த நீர் வேட்கை ஆகியவற்றுடன் உடலின் கண்ணமைந்த முக்குற்றங்களும் ஒன்றோடொன்று பின்னிக் கொண்டதைப் போற் கூடி மருவிவரும் நோயாம். இதில் காயும் சுரம் மிகுந்த வெப்பமாகக் காய்ந்து வியர்வையை உண்டாக்கும். குளிரும் நடுக்கலும் ஆகிய குறிகளையும் காட்டும்.

❖ அன்றியும் முக்குற்றக் கலப்பால் உண்டாகும் சுரம் பிறப்பிதற்கு முன்பே குளிர்தல், நடுக்கல், உடல் முழுமையும் வியர்த்தல், மார் துடித்தல் என்னும் குறிகளைக் காட்டி, பின்பு சுரம் உண்டான உடனே, அது மிகுதிப்பட்டு வாய் பிதற்றல், படுக்கையில் இருக்கவொட்டாமை, அரட்டல், புரட்டல், அறிவு, மயங்கல், ஆடல், பாடல், சிரித்தல், துணியை அவிழ்த்து எறிதல், கண் சிவத்தல், கண் நெருப்பு போல் எரிதல் என்னும் குறிகளைக் காட்டும்.

❖ சுரம் விட்டபின் பகலில் தூக்கம், இரவில் விழித்துக்கொண்டே இருத்தல், அடிக்கடி உடல் வியர்த்தல், தலை சுற்றல், தலையில் ஏதோ ஊருவது போன்ற உணர்ச்சி ஏற்படல், கண்ணிமை துடித்தல்,

காதிரைதல், கழுத்தில் முள் செருகியது போன்றிருத்தல், நாத்துவண்டது போல் காணல் அல்லது சிவந்திருத்தல், உமிழ்நீர் சுரந்து கைத்தல் அல்லது சிவந்திருத்தல், உடல் முழுமையும் நோதல், கை, கால்களின் பூட்டுகள் வலித்து அசைக்க முடியாமலிருத்தல், உடல் சத்தற்றுப் போதல், சோம்பல் என்னும் குறிகள் காணும்.

❖ சுரம் வருவதும் கொஞ்சம் விடுவதுமாகக் காட்டி, ஐயப் பெருக்கை உண்டாக்கி, மிகுந்த சுரத்தோடு மார்பு நோதல், தொண்டையில் சளி கட்டல், முகம் உதடு கறுத்தல், குறுகுறுவெனும் ஒலி எழுதல், மூக்குத் தண்டு நீண்டு சில்லிடுதல், காது கேளாமை, கை, கால் சில்லிடல் என்னும் குறிகளைக் காட்டிக் கொல்வதுமுண்டு.

இவ்வாறு முத்தாதுக்களால் எழுந்த சன்னி நோயைச் சில நூலோர், திரிந்த முத்தாதுக்களுள் எத்தாது முதலிலிருந்து மற்ற தாதுக்களைத் தனக்குத் துணையாகக் கொண்டதோ, அத்தாதை முன்னிட்டு அதற்குப் பெயர் மூன்று வகை என வகுத்தனர். ஈதன்றி, திரிந்த தாதுக்களின் வன்மையால் காணும் குறிகுணங்களைக் கொண்டோ, அல்லது நோயுண்டான இடங்களைக் கொண்டோ ஒவ்வோர் பெயரினை அமைத்துப் பதிமூன்று என யூகிமுனி வகுத்தார். இந்நோயைப் பத்தெனக் கூறினார் தேரர்.

மந்தச் சுரம்

இந்நோயில் வயிறு மந்தமாக இருப்பதோடு, மார்பும் தொடையும் வலிக்கும். புளியேப்பம், வாந்தி, தாங்கமுடியாத நீர்வேட்கை, பெருமூச்சு உண்டாகும். வயிறு நொந்து பொருக் கொண்டு, சுரம் உண்டாகி, இளைப்பையும் விக்கலையும் எழுப்பி, ஐயம் மூண்டு கொண்டாற் போல உடல் எங்கும் சில்லிட்டுத் திமிர் உண்டாகும்.

நளிர்சுரம் (குளிர்சுரம்)

இச்சுரம் உண்டாவதற்கு முன்பே மயிர் சிலிர்த்து, கண் குவிந்து, கொட்டாவியும் வாந்தியும் எழும். பின்பு குளிரும் நடுக்கலும் உண்டாய் சுரம் காயும். அத்துடன் தலைநோய், கண்களில் நீர் வடிதல், வயிற்றுள் ஒருவித வேதனை, சில வேளை கழிச்சல் உண்டாதல், பித்தம் பித்தமாக வாந்தியாதல், சுரம் கொடுமையாகக் காய்தல், மயக்கம், வாய் பிதற்றல் என்னும் குறிகளைக் காட்டி

சுரம் விட்டுவிடும். மீண்டும் ஒருநாள் விட்டு மறுநாள் மேற்கூறியவாறே முற்குறிகளைக் காட்டிச் சுரம் வரும்.

இந்நளிர் சுரத்திலேயே மூன்று நாளைக்கு ஒரு முறை வருவதும் நான்கு நாளைக்கு அல்லது ஒன்பது நாளைக்கு ஒரு முறையாக வரும் சுரமும் உண்டு.

வெஞ்சுரம்

இந்நோயில் தாங்க முடியாத தலைநோய், சிவந்து எரிதல், வாய் நீர் ஊறல், மயிர் சிலிர்த்தல் என்னும் குறிகளைக் காட்டி மிக்க கடுமையாகச் சுரம் காயும். சுரம் விட்டபின் உடல் வியர்த்து, உடல் வன்மை பெரிதும் குறைந்து, மூக்குத் துளையில் அக்கி பீச்சியது போல் சிறு கொப்புளங்கள் உண்டாய் புண்ணாகும்.

மேகச்சுரம்

இதில் உடம்பு முழுமையும் சிவந்து சுரம் உண்டாம். இதனோடு வாந்தியாதல், வயிறு கழிதல், உடம்பெல்லாம் எரிதல், நமை உண்டாதல், தோல் தடித்தல், தலை சுற்றல், மயக்கம் என்னும் குறிகுணங்களும் காணும்.

உட்சுரம்

இச்சுரம் உடல் வன்மை குறைந்தவர்க்கு வெளிக்குத் தெரியாமல் உடலின் உள்ளேயே தகித்து, சுரம் இருப்பது போன்று காணப்பட்டு, சோகம், மனத்தளர்ச்சி, கை, கால் ஓய்ச்சல், உணவில் விருப்பமின்மை, வாய் குமட்டல், உடல் வெளுத்துத் தலைநோதல், எப்போதும் சுரம் காய்வது போலிருத்தல், வெள்ளோக்காளம், உடல் நாளுக்கு நாள் மெலிந்து போதல் என்னும் குறிகுணங்களைத் தோற்றுவிக்கும்.

வெளிச்சுரம்

இதில் வாய் கைத்தல், வாய் குமட்டல், உண்ட உணவு செரியாமை, நீர் வேட்கை என்னும் குறிகள் உண்டாகும். ஈதன்றியும் எப்பொழுது பார்த்தாலும் உடல் சுடுவது போலிருப்பினும், சுரநோயில் படுக்கையில் இருப்பதுபோல் இல்லாமல், தன் தொழிலைச் செய்ய இடந்தரல் என்னும் குறிகள் இடம் பெறும்.

விட்டுவரும் சுரம்

இந்நோயில் உடல் கறுத்துக்கொண்டே வருவதுடன், உடலில் குருதியும் குறைந்து, நித்தமும் சுரம் காயும். இச்சுரம் நாள்தோறும் வருவதும், காலையில்

சுரம் காய்ந்து பின்பு விட்டு, சிறிது நேரம் கழித்து மீண்டும் வருவதுமாயிருக்கும். இவ்வாறு நாள் ஒன்றுக்கு ஒரு முறைக்குமேல் சுரம் காய்ந்து உடலை மெலியச் செய்யும். அன்றியும் கைகால் சூம்பி, வயிறு பெருக்கும்.

விடாச்சுரம்

சுரம் உண்டாகும் முன் காட்டும் குறிகளாகிய கண் சிவத்தல், நாவுலரல், நீர்வேட்கை, கைகால் நோதல் என்னும் குறிகளைக் காட்டிச் சுரம் பிறக்கும். அச்சுரம் சிறிது சிறிதாக மிகுந்து, சுரம் இறங்காமலே சில நாட்கள் வரை காய்ந்து பின்பு இறங்கும். இதற்குள் இது பல துன்பங்களையும் விளைவிப்பதுண்டு. சுரத்தின் வன்மைக்கேற்ப உடல் வன்மையும் கெடும்.

சாரற்சுரம் (இரத்தத் தாது சுரம்)

இந்நோயில் மனக்கலக்கம், விடா வியர்வை, மிகுந்த நீர் வேட்கை, உடல் நோதல், அடிக்கடி மூர்ச்சை ஆதல் முதலியன உண்டாகும். ஈதன்றியும் உடல் கன்றினது போல் தோன்றல், நா வழுவழுத்து மஞ்சள் நிறமாதல், நெஞ்சில் கோழை கட்டல், தூக்கமின்மை, வெளிக்குப் போகாமை (மலங் கட்டல்) என்னும் குறிகுணங்களையும் காட்டிச் சுரம் காயும்.

சில நூலோர் இந்நோயில் இரசக்கட்டு (இரசத்தாது) கேடடைதல், உடலின் நீர் வற்றி உடம்பெல்லாம் எரிதல், உடல் நோதல், நீர் வேட்கை, தூக்கமின்மை, உடல் வன்மை குறைதல், நாச் சுவை அறியாமை, வாந்தி, பெருமூச்செறிதல், அடிக்கடி விக்கலுண்டாதல், தலைவலி, இளைப்பு, உடல் வியர்த்தல், என்னும் குறிகளோடு ஐயம் மிகுந்து நாடியும் தளர்ந்து காணுமெனக் கூறுவர்.

செங்கறைச் சுரம் (இரத்தத் தாதுகதச் சுரம்)

இந்நோயில் சுரம் மிகுதியாகக் காய்தல், சுரம் உள்ளபோது உடலெங்கும் சிவந்து வீங்கினதுபோலக் காணல், மிகுந்த நீர்வேட்கையும், பிசுபிசுத்த வியர்வையும் உண்டாதல், உடல் முழுமையும் நோதல், தோல் கன்றிப்போதல், நா வழுவழுத்தல், மஞ்சள் நிறமாதல், பூட்டுகளை எளிதில் மடக்கவும் நீட்டவும் முடியாதிருத்தல் என்னும் குறிகளைக் காட்டி ஐயம் மிகுந்து, தலைநோதல் மூக்கில் நீர் பாய்தல், மனக்கலக்கம், வாய் பிதற்றல், கைகால் சில்லிடல், தலை கிறுகிறுத்தல், ஆடல், பாடல் ஆகிய முப்பிணியையும் (சன்னி) தொடரச் செய்யும். அன்றியும் அடிக்கடி மலம் கழியும்.

ஊன்சுரம்

இந்நோயில் மிகுதியான சுரம் காய்வதுடன், பெருமூச்செறிதல், வியர்த்தல், உடல் எங்கும் நோதல், உதடு உலர்தல், ஆலாபித்தல், மயிர்க்கூச்செறிதல், மனக்கலக்கம், அடிக்கடி கண்ணீர் வடிதல் என்னும் குறிகுணங்களைக் காட்டும்.

அன்றியும் உடல் வறட்சி, படுக்கையில் தானறியாமலே கைகால்களைத் தூக்கிப் போடல், தோல் மினுமினுத்தல், உடல் ஊதல், கொட்டாவி, விக்கல் உண்டாதல், வன்மை குறைதல் என்னும் குறிகளோடு ஐயம் கூடி, நோயின் வன்மையைப் பெருக்கும் எனக் கூறுவாருமுளர்.

கொழுப்புச்சுரம்

இச்சுரம் தொடங்கும் முன்பே உணவில் விருப்பமின்மை, உண்ணினும் அது எளிதில் செரியாமை என்னும் முற்குறிகளைக் காட்டி, சுரத்தோடு தலையில் ஊசியால் குத்துவது போல நோதல், தலை புரளல் அல்லது தலை நடுக்கல் என்னும் குறிகளையும் காட்டும்.

என்புச்சுரம்

எலும்பைப் பற்றி வரும் சுரத்தில் மிகுந்த நீர்வேட்கை காணல், உடலின் மேல் தொடுகைக்குக் குளிர்ச்சியாய் இருப்பது போலத் தோன்றினும், மிகுந்த சுரம் காய்தல், நோய் நெடுநாட்களுக்குத் தொடருமாயின், உடல் வெளுத்து இளைத்துப் பஞ்சு போல் ஆதல், செரியாமை, அடிவயிறு நோதல், அளவு கடந்து கழிதல் என்னும் குறிகுணங்களைக் காட்டும். ஈதன்றியும் நரம்புகள், கீல்கள் நோதல், உடல் உறுப்புகளில் சுருக்கம் ஏற்படல், உடலின் நிறம் மாறுபடல், கண் மஞ்சளித்தல், தலையை அசைக்க முடியாமை, அசைத்தால் உடல் நோதல் என்னும் குறிகளையும் காட்டும் என்பர்.

மூளைச்சுரம்

இந்நோயில் உடல் மந்தமடைந்து, ஐயத்தைப் பெருக்கி, உண்ட உணவு செரியாமை, புளியேப்பம், கொட்டாவி, விக்கல், கைப்புடன் வாந்தியாதல், சில வேளைகளில் மிகுதியாக வயிறு போதல், வயிறு உப்பிசம் என்னும் குறிகளைக் காட்டும். மேலும் மிகுந்த சுரம் காய்ந்து, மனம் கலங்கல், தலை நடுங்கல், உடல் வெளுத்து இளைத்துப் போதல், உடல் வன்மை கெட்டு, நாளுக்கு நாள் மெலிந்து கொண்டே வருதல், மூச்சு வாங்கவும் விடவும் முடியாமல் தடுமாறல், தொண்டை,

முழங்கால் பூட்டுகள் நோதல், உடலின் நிறம் வேறுபடல் ஆகிய குறிகுணங்களைத் தோற்றுவிக்கும்.

விந்துச்சுரம்

உயிர் நிலைகளெனக் கூறப்படும் உச்சி, புருவம், உதடு, கழுத்து, மார்பு, மார்புக்குழி, உந்தி, முழங்கால், கணுக்கால், இடுப்பு, காலில் பெருவிரல், தோல், விரை, என்னும் இருப்பதினான்கு இடங்களில் வலி உண்டாகித் தலை நோதல், தலை அசைதல் அல்லது நடுங்கல், பல் வலி, சுரம், சுவையின்மை, பசியின்மை, உண்ணினும் அது செரியாது விக்கல் உண்டாதல் என்னும் குறிகளைக் காட்டி வாந்தி, அடிக்கடி கழிதல், வாய் எப்போதும் இனிப்பாகவே இருப்பது போலத் தோன்றல் ஆகிய இக்குணங்களையும் காட்டும். பின்பு வாய் ஓயாது இருமச் செய்து, பெருமூச்செறிதல், தூக்கமின்மை, உடல் வெளிறடைந்து வீங்கல், உடலின் குருதி வன்மை குறைதல், மனக்கலக்கம், மயக்கம், கை கால் சில்லிடல் என்னும் கொடிய குறிகளையும் உண்டாக்கும், அன்றியும், ஆண்குறி சுருங்கும். நோய் முதிர்ச்சி அடையின் முப்பிணி (சன்னி) தொடர்ந்து தன்னை மறந்து பேசல், பிரலாபித்தல், வாய் பிதற்றல் முதலியனவும் ஏற்படும்.

துன்பச்சுரம்

திடீரென உண்டாகும் துன்பத்தால் மனமும் உடலும் அதிர்ந்து, உடலில் கொதிப்பேறி, மயக்கம், மூர்ச்சை, அறிவு கலக்கம் முதலியவைகள் உண்டாகிக் கண் சிவந்து மிகுந்த சுரம் உண்டாகும். அத்துடன் வாந்தியாதல், கைகால் நடுங்கல், கண்டவாறு பேசல், ஆடல், பாடல் என முப்பிணி சுரத்தில் காணும் குறி குணங்களும் தோன்றும்.

முறைச்சுரம்

முறைச்சுரத்தில் குளிர் உண்டாய் நடுங்கிக் கைகால் விறைத்துக் கொண்டு, கண்களில் எரிச்சல் உண்டாகிச் சுரம் காயும். சுரம் விடுகையில் உடல் வியர்த்து, தாங்க முடியாமல் தலையில் குத்துவது போல் நோகும். இவ்வாறாகச் சுரம் ஒரு நாள் விட்டு ஒரு நாளாகவும் இரண்டு, மூன்று, நான்கு நாள் கணக்காகவும், திங்கள் கணக்காகவும், ஆண்டு கணக்காகவும் விடாமல் வருவதுண்டு.

அன்றியும் இந்நோயில் பூட்டுகள் தோறும் நோதல், மயிர்க்கூச்செறிதல், நெஞ்சு நோதல், அடிக்கடி கொட்டாவி விடல் என்னும் குறிகளையும் காட்டும்.

மயக்கச்சுரம்

இச்சுரம் தலை சுற்றல், வாந்தியாதல், மயக்கம் என்னும் குறிகளைக் காட்டி, அறிவைக் கெடுத்து, வலி போல் வலித்துக் காயும். இச்சுரம் உள்ள வரையில் அறிவற்று கிடக்கச் செய்யும்.

பிதற்றல்சுரம்

இந்நோயில் சுரம் வரும் முன்பே மயிர் சிலிர்த்து, கண் சிவந்து, கைகால்களின் பூட்டுகள் நொந்து சுரம் உண்டாகும். இச்சுரம் மிகுதியாகக் காய்ந்து, நோயாளரின் அறிவை அழித்து, கண்டது கண்டவாறாகப் பிதற்றல், படுக்கையில் தங்காமல் அங்குமிங்கும் ஓடல் என்னும் குறிகளைக் காட்டும்.

புழுச்சுரம்

இது பெரும்பான்மையும் சிறுபிள்ளைகட்கு வயிற்றில் புழு சேருவதால் வரும் நோயாம். இந்நோயில் சுரம் உண்டாகி, இழுப்பு பிறக்கும். பிள்ளைகளின் கையையும் காலையும் வலித்து இழுக்கும். கண் சொருகும். பெருமூச்சு உண்டாகும்.

மஞ்சள்சுரம்

இச்சுரம் விடாச் சுரமாகக் காய்ந்து, உடல் முழுமையும் மஞ்சளித்தல், வாய் ஓயாது வாந்தியாதல், வாந்தியோடு பித்து வெளியாதல், குருதி வன்மை குறைதல், உடல் ஊதிப்போதல் என்னும் குறிகளைக் காட்டும்.

தோல்சுரம்

இச்சுரமானது தோலைப் பற்றி வருதலோடு எலும்பையும் பற்றித் துன்புறுத்தி, பெருஞ்சுரமாகக் காய்ந்து, மக்களை மிகவும் வாட்டிக் கெடுக்கும். அன்றியும் இந்நோயில் நாடி மெலிந்து நடத்தல், பிணத்தைப் போல் உடல் வெளுத்தல், வாய் பிதற்றல், வாய்நீர் ஊறல், புண் போல உடம்பு நோதல், அடிக்கடி மயக்கம் உண்டாதல் என்னும் குறி குணங்களையும் காட்டும். இதனால் இது தீவிரச் சுரம் எனவும் வழங்கலாயிற்று.

இச் சுரம் ஒரு நாள் விட்டு ஒரு நாளும், இரண்டு நாள் விட்டு மற்றைய நாளும் வருவதுமாக மாறி மாறி வரும் நோயாம். சில வேளை நாளைக்கு ஒரு முறையாகச் சுரம் வருவதும் உண்டு. இந்நோயில் முத்தாதுக்களும் (வளி, அழல்,

ஐயம்) ஒன்று கூடிப் பல துன்பங்களையும் நன்கு விளைவிக்கக் கூடுமெனத் தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளது.

தாகச்சுரம்

இச் சுரத்தில் பெருந் தீயே போல் மிகுந்த அனலுடன் சுரம் காயும். இடைவிடாது நீர்வேட்கை உண்டாகும். வயிறு கைகால் முதலியவைகளில் எரிச்சல் தோன்றிப் பற்களைக் கடித்தல், வாய் பிதற்றல், படுக்கையில் கிடவாமல் புரளல் அல்லது எழுந்து திரிதல், நா வறளல், பெருமூச்செறிதல் என்னும் குறி குணங்களையும் காட்டும்.

கழிச்சல்சுரம்

இது அதிசாரச்சுரம், பித்த அதிசாரச்சுரம் என்றும் அழைக்கப்படுகிறது. கழிச்சல், கண்களை உருட்டி விழித்துப் பார்த்தல், உடல் கறுத்துப் போதல், பிரலாபித்தல், மிக்க உணவை விரும்பல், எப்பொருளும் வேண்டுமென ஆசைப்படல், வாய் பிதற்றல், ஆடல், பாடல்களைச் செய்தல், மயிர்க் கூச்செறிதல், மிக்க உறக்கம் கொள்ளுதல் என்னும் குறிகுணங்கள் உண்டாகும்.

அன்றியும் இச்சுரத்தில் மிகுந்த உரத்த ஒலியோடு சீறிப்போய் தலையிடிப்பு, பேச முடியாமல் அடிக்கடி மயக்கமாதல், உடல் கனத்தல், உடல் தவிப்பு, மிகுந்த நீர் வேட்கை, உடல் நெருப்புப் போல் காய்தல், வியர்த்தல், கண்கள் சிவத்தல், மூக்கு கோபக் குறியைக் காட்டல், பெருமூச்சுத் தோன்றல், வயிறு கழிதல் முதலிய பல குறிகுணங்களையும் காட்டும்.

மேலும் ஒன்றுமின்றியே அழுதல், நகைத்தல், குமரகண்ட வலியைப் போல் இழுத்தல், கண்களை உருட்டி விழித்தல், உடல் முழுமையும் நோதல், குத்தல், அல்லது எரிதல், ஏப்பம், விக்கல், கொட்டாவி, மனத் தடுமாற்றம் என்னும் குறிகுணங்களையும் காட்டும். இப்பிணியில் முக்குற்றங்களும் கூடி முப்பிணியைத் தொடரச் செய்து, உடல் முழுமையும் வியர்த்துச் சில்லிட்டுக் கொல்லும் எனச் சில நூல்கள் கூறுகின்றன.

மருந்து வேகச்சுரம்

நஞ்சுத் தன்மைகளை உடையதான இரசம், கந்தகம், தாளகம், நாபி, சேங்கொட்டை முதலியவைகளைக் கொண்டு செய்த மருந்துகளை நோய் வன்மைக்கும், உடல் வன்மைக்கும் தக்கவாறு கொடாததினால் உண்டாகும் சுரம்

வீரியம் மிக்கதாம். இதனால் குருதி கேடடைந்து, வாய் புண்ணாய், உடல் வீங்கிச் சுரம் வரும். இத்துடன் இருமல், தும்மல், கழிதல், வாந்தியாதல், உடல் வெளுத்தல் என்னும் குறிகுணங்களும் காணும்.

நச்சுச் சுரம் (விடச்சுரம்)

இது நஞ்சுத் தன்மை உடைய சிறு பூச்சிப் புழுக்களின் கடியால் வருவதாகும். இந்நோய் கடித்த இடத்தில் வீங்கல், நமை உண்டாதல், எரிதல், என்னும் குணங்களைக் காட்டி உடல் முழுமையேனும் அல்லது முகத்திலேனும் நீர்க்கோத்து உப்புதல், சுரம் காய்தல், அதனோடு விக்கல், ஏப்பம், செரியாமை, பச்சை நிறத்தோடு வாந்தியாதல், மயக்கம், மூர்ச்சை என்னும் குணங்களைக் காட்டும். அன்றியும் கைகளிலும் கால்களிலும் சுரத்தைப் போல் சூடுண்டாகி, நாவறண்டு உலரும். கண்டவர்களை எல்லாம் கட்டியணைத்து 'நான் செத்துப் போய் விடுவேன்' என்று அழுதல், காற்சந்தும் நோதல், பேச்சும் தடுமாறல், மிக்க சுரம் விட்டுவிட்டுக் காய்தல், உடல் மிகுதியாக ஊதல், மயக்கத்தை உண்டாக்குதல், அம்மயக்கம் தெளிந்து மீண்டும் மயக்கம் உண்டாக்குதல் ஆகிய குறிகளையும் காட்டும்.

சினச்சுரம்

அழல் தாது தன்னளவில் மிகுந்து குருதியை வெம்மை படுத்தியுள்ளபோது, அடக்கமுடியாத சினம் எழுந்து கண்டது கண்டவாறு பேசல், சினம் அடங்காது தலை இடித்து, கண் இருண்டு, மயக்கம் உண்டாகிச் சுரணையற்றுக் கீழே விழச் செய்யும். இதனால் மிக்க சுரம் உண்டாகும்.

பயச்சுரம்

இந்நோயில் எதுவுமின்றித் திடீரென அச்சம் உண்டாகித் திடுக்கிட்டு உடல் நடுங்கி, வியர்த்துத் தலை கனத்துச் சுரம் எழும். அதனொடு வயிறு எரிதல், கண் சிவத்தல், தலை சுற்றல், மயக்கம், மயிர் சிலிர்த்தல், பெருமூச்சு விடல், சத்தற்றுச் செத்தை போலக் காணல், மார்பு துடித்தல், வயிற்றில் ஒன்றும் இல்லாதது போன்ற தோற்றம், பல்கடித்தல் என்னும் குறிகுணங்களும் காணும்.

வருத்தச்சுரம்

மனவருத்தம் உண்டாதல் காரணமாகச் சுரம் உண்டாகி, அதில் மனம் வேற்றுமை அடைந்து, தன்னிலை அறியாமல் வாய் பிதற்றல், ஆடல், பாடல், அழுதல், என்னும் குறிகள் உண்டாகும்.

இச்சை (காமச்) சுரம்

இச்சை மிகுதியால் எழுந்த இச்சுரம் அறிவினை மயக்கி, தன் பண்புகளை இழந்து, உடல் எரிச்சல், கண் எரிச்சல், மயக்கம், நா வறளல், நீர்வேட்கை, மார்பு துடித்தல் என்னும் குறிகளைக் காட்டி, மிகுந்த சுரம் காயும்.

தெய்வச்சுரம்

இது கடவுளுக்குப் படைப்பதற்காகச் செய்யப்படும் பொருளைப் படைப்பதற்கு முன்பு திருடித் தின்னல், கடவுளைப் பழித்தல் என்பவைகளால் பிறக்கும் சுரமாம். இச்சுரமானது மேற்கூறிய செயலைத் துணிந்து செய்தபின், தன் குற்றத்தை அறிந்து வருந்துவதால் வருமாகையால் இந்நோயில் தான் கொண்ட வருத்தத்தின் அளவிற்குத் தக்கவாறு சுரம் வரும். அச்சுரத்தின் அளவாகத் தலை நோதல், மயக்கம், வாந்தி, தலை சுற்றல், பிரமை முதலியன உண்டாகும்.

வாந்திச்சுரம் (சர்த்திச் சுரம்)

வாந்திச் சுரத்தில் உடல் வியர்த்துக் கழிச்சல் உண்டாகும். வயிறு பொருமல், உடல் புண்போல் நோகுதல், வயிறு இரைதல், அடிக்கடி வாந்தியாதல், காது கேளாமை, நா வறண்டு உணவு கொள்ளாது, கீழ்வாய் கடுத்துக் கழிச்சல் உண்டாதல் என்னும் குறிகுணங்களைக் காட்டும்.

ஊறுவாய் நீர்ச்சுரம்

சுர நோயில் வாயில் எப்போதும் நீர் ஊறும், வயிறு பொருமும், வாந்தி பண்ணும், மலம் கழியும், பூங்கொடியைப் போன்று உடல் துவளும், வாய் புளித்தல் அல்லது கசத்தல் பெற்றுத் துன்புறும், இரு கண்களும் கறுத்த மேகம் போன்று கறுக்கும். கால் கைகள் சில்லிட்டு வியர்வை உண்டாகும். நீர் வேட்கை மிகுந்து, நீர் குடிக்கில் வாந்தியாகும்.

காலைச்சுரம், பகல்சுரம், மாலைச்சுரம், இராச்சுரம், அதிகாலைச் சுரம், நடுக்கல் சுரம்

இச்சுரங்களின் குறிகுணங்கள் சற்றேறக் குறைய மற்ற சுரத்தினைப் போலவே காணப்படுமாயினும், சுரம் வருகின்ற வேளையை ஒட்டி இவ்வாறு பெயரிட்டனர் போலும். கடையது சுரத்தில் உண்டாகும் நடுக்கலைக் கொண்டு பெயர் அமைந்தது.

ஏப்பம், கொட்டாவி, விக்கல் சுரங்கள்

இவை வளிக் குற்றத்தின் அளவாக வருதலின், இவைகள் வளிச்சுரத்துள் அடங்கும்.

வியர்வைச்சுரம், தூங்காச்சுரம்

இவைகள் அழல் (பித்த) குற்றத்தால் எழுமாதலின் அச்சுரத்தில் அடங்கும்.

இருமல்சுரம், கட்டிச்சுரம், பலகொப்புளச்சுரம், சீழ்ச்சுரம், கலவிச்சுரம், செயற்கைச்சுரம்

இவைகள் ஐயத்தால் வருவன ஆகையால் ஐயச்சுரத்தில் அடங்கும்

இவை தீவிரச் சுரம் என்னும் தொகுப்பில் அடங்கும் ஆதலின் இந் நான்கு வகுப்பில் கூறிய சுரங்களைத் தனித்துக் கூறவில்லை. ஆக அறுபத்து நான்கு சுரங்களாகும்.

முத்தாதுக்களின் வேறுபாடுகள்

அறுசுவை உண்டியின் வேற்றுமைகளாலும், தகாத நடத்தைகளாலும் வளி முதலான முத்தாதுக்களில் ஒன்று தனித்தேனும், இரண்டும் கூடியேனும், மூன்றும் கூடி ஒன்றாக இணைந்தேனும் அவைகளின் இயற்கை அளவைக் கடந்து நிற்கும். மெல்லியதாகவும், சற்றுக் கடின வடிவோடும் இரைப்பையின் உட்புறம் படிந்துள்ள அடையை அந்த மிகுந்தெழுந்த தாதுக்கள் தம் வன்மைக்குத் தக்கவாறு இளக்கி உப்பச் செய்விக்கும். இரைப்பையில் இளகிப் பெருத்த அந்த ஐய அடையானது, உடலுக்கு வன்மை தரும் உணவைச் செரிக்காதபடி செய்யும். அவ்வாறு சரிவரச் செரியாத உணவுக்குழம்பானது அதைச் செலுத்துகின்ற துளைகளையும் மயிர்க் கால்களின் கண்ணையும் மறைக்கும். அதன்பின் குடலுக்குச் சென்று, அங்கு இயற்கையாய் இயங்கும் உடல் தீயை விசிறி, மேலெழுப்பி உடல் முற்றும் அவ்வனலைப் பரவச் செய்யும். இவ்வாறு கதித்தெழுந்த அனலே "சுரம்" எனபது சித்தர் கோட்பாடாகும்.

இச்சுர நோயில் உடலின் உணவுப்பையும் குடலும் இயற்கைத் தன்மையிலிருந்து கெடுவதால், உணவின் சாரம் (இரசம்), குருதி, நிணம், சதை முதலான உடற்கட்டுகளும் மற்றும் சிறுநீர், மலம் ஆகிய இவ்விரண்டும் கேடு அடையும்.

புறவழியே உண்டாகும் நச்சுச்சுரம், மருந்துகளின் தீங்கால் பிறக்கும் சுரம், வேகச் சுரம், காதல்சுரம், மருட்டுச்சுரம், வருத்தச்சுரம் சினச்சுரம், நச்சுச் சொல் சுரம், பேய்ச் சுரம், அடிப்பட்டு வரும் சுரம் என்னும் இப்பத்து வகைச் சுரங்களில், மற்றச் சுரங்களைப் போல் இரைப்பையில் உண்டாகும் வேற்றுமைகள் உண்டாகாமலே சுரம் எழுந்து பின் உடற்கட்டுகளையும், கழிவுப்பொருட்களையும் தாக்கி, உயிர்த்தாதுக்களையும் அகட்டையும் (இர்ப்பை) பற்றும்.

நாடி நடை

நாடியின் நடையைக் கொண்டு நோய் நாடல் சித்த மருத்துவத்தின் அடிப்படைச் செயலாகும். அழல் குற்றத்தின் அடிப்படையாகத் தோன்றம் சுரநோய் வகைகளைக் கண்டறியவும் சித்தர் நூல்களில் பின்வருமாறு வழிமுறைகள் கூறப்பட்டுள்ளன:

- ❖ வளி நாடியும் ஐய நாடியும் ஒன்று மற்றொன்றைச் சார்ந்து நடக்கின் அதைச் சுரம் எனத் தெளியலாம்.
- ❖ அழல் நாடியானது வன்மையாக நடந்தோடின் அதை என்புச்சுரம் என அறிதல் வேண்டும்.
- ❖ அழல் நாடியும் வளி நாடியும் சேர்ந்து நடக்கக் காணில் முறைக்காய்ச்சல் நோய் என அறியக்கிடக்கும்.
- ❖ வளி நாடியானது திரண்டுருண்டு பந்து போல் ஓடின் குடலில் மந்தம் பற்றிச் சுரம் உண்டாகும். அச்சுரம் இடைவிடாது காயும். அன்றியும் உடற் கட்டுகளின் வன்மை குறைந்து அறிவையும் மயக்கும்.
- ❖ வளி நாடி சிலும்பி நின்று மெதுவாக நடக்கில் தோன்றும் சுரம், பெரும் காய்ச்சலாகத் தோன்றாமல், மாலையில் வரும் சுரங்களில் ஒன்றாகிய என்புச்சுரமாகும்.
- ❖ அழல் நாடி இட, வலம் பிசகாமல் நேராகப் பச்சைப் புழு தயைாலூர்ந்து பின் பாகத்தைச் சற்று முன்னிறுத்தி உடலை மேலுக்காக வளைத்து ஊர்ந்து செல்லுவது போல் நடக்கின், உடலில் வறட்சி உண்டாகி, உடம்பு உலர்ந்தால் அதை என்புச் சுரமெனக் கொள்ளலாம்.
- ❖ வளி நாடி தன் இயற்கை வன்மையிலிருந்து மிகுந்து நிற்குமாயின் ஊனத்தை விளைக்கும் நோய்களை வருவிக்கும். அவ்வேளையில்

அழல் நாடியானது வன்மை பெற்று நடக்குமாகில் சுரம் மிகக் கடினமாகத் தோன்றும்.

சுரநோய்களின் துணை நோய்கள்

சுர நோய்கள் தம்மளவில் தோன்றி, நீங்கும் தன்மை உடையனவல்ல. அவை அந்தந்தச் சூழ்நிலைக்கு ஏற்றவாறு பல்வேறு துணை நோய்களையும் தோற்றுவிப்பதாகச் சித்தர்கள் கண்டறிந்து கூறியுள்ளனர். அகத்தியர் சுர நூல்-300 என்னும் நூலில் சுர நோய்களைச் சார்ந்து வரும் நோய்கள் எவை என்று விரிவாகக் கூறப்பட்டுள்ளன. அவை பின் வருமாறு:

- ❖ சுரமதே கனலதாகும்: சுரம் வந்து துன்புறுத்துங்கால் அழல் தாது மிகுந்து, செந்நீர் முறிந்து குறைந்து நின்ற நிலையில் சுரம் உண்டாய் கொழுமை கெட்டு, நீர்க்கடுப்பு, என்புருக்கி முதலிய வெப்பு நோய்கள் தொடர்ந்து தோன்றும்.
- ❖ சுரமதே சீதமாகும்: சுரநோய் உள்ள காலத்து அழல், வளி தாதுக்கள் ஒன்றுகூடி மிகுதலாலும் அல்லது ஐயம் மிகுதலாலும் வெப்பம் குறைந்து, வளியின் சேர்க்கையால் குரல் கம்மல், சீதம் கண்டு, வாதம் முதலிய ஐயக்கூட்டின் நோய்கள் தோன்றும்.
- ❖ சுரமதே தோடமாகும்: சுரம் உள்ள பொழுது மேற்கொள்ளப்படும் ஆகாத உணவுகள், தகாத செயல்கள் ஆகியவற்றில் குற்றமெழும். சுரம் நீங்கிய பின் பத்து நாட்கள் வரையில் குளிர்ந்த நீரைப் பருகுதலும், புளிப்பு, உப்பு, கைப்பு, துவர்ப்பு உள்ள பொருட்களை உண்ணுதலும், சந்தனம், புனுகு போன்ற நறுமணங்களைக் கொள்ளுதலும், மிக்க காற்று, பனி, நிலவு உள்ள இடங்களில் படுத்தலும், விரைந்த நடை, ஊர்தி ஏற்றம், சினம், அழுகை, பெண் இச்சை இவற்றை நிகழ்த்தலாலும் மிகுந்த சுரம் மீண்டும் வருமென அறிக. இதனையே சன்னிதோடம் எனக் கூறுவர்.
- ❖ சுரமதே சோகையாகும்: வளிச் சுரம், மாறல்சுரம், குளிர்சுரம், தாதுகதச் சுரம் ஆகியவைகள் நீடித்து நிற்குமாயின், அழல் மீறி, குருதி நீர்த்துவிடும். அதனால் காமாலை, சோபை, பாண்டு, கல்லீரல் மலர்ச்சி, மண்ணீரல் மலர்ச்சி இவைகள் உண்டாகும்.

- சுரமதே மேகமாகும்: பித்தச்சுரம், வெஞ்சுரம், உட்சுரம், என்புச்சுரம், வறட் சுரம், வேனில் சுரம், விடாச்சுரம், அம்மைசுரம் ஆகிய சுரங்கள் வெப்பத்தையே முதன்மையாகக் கொண்டு, அதற்குரிய பண்புகளையே வெளிப்படுத்தலால், முடிவில் அடிவயிற்றிலும், குறிநாளத்திலும் அவ்வெம்மையின் கொடுமையால் புண்கள் உண்டாகி, நீர்க்கடுப்புடன் வெளிப்பட்டு, புண்பட்ட நாளத்தின் வழியாய் வெள்ளை வீழ்தல் அல்லது நீரிழிவு முதலிய மேகநோய்கள் வந்து சேரும்.

- சுரமதே கபமதாகும்: ஐயச்சுரம், ஐயவளிச்சுரம், இருமற்சுரம், வறட்சுரம், உட்சுரம் முதலிய சுரங்களால் குருதி குறையப் பெற்று, நுரையீரல் வெப்பமடைந்து, அதன் தன்மையும் செயலும் கெட்டு, ஐயத்தை வெளிப்படுத்தாமல், ஈளையைத் தங்கச் செய்து ஐய நோய்களைப் பிறப்பித்து, உடலை வற்றச் செய்யும்.

- சுரமதே சாரமாகும்: வளிச்சுரம், கழிச்சல்சுரம், வளிஐயச் சுரம், மாறல்சுரம் ஆகிய சுரங்கள் நாட்பட்டு நிற்குமானால், உடல் வலிமையையும், கொழுமையையும் குன்றச் செய்யும். அவை பின் குணமடையினும், உண்ணும் உணவு செரியாது. மூலத்தில் வாயு தங்கி இடைவிடாக் கழிச்சல் நோயை உண்டாக்கும்.

- சுரமதே தாகமாகும்: அழல் சுரம், அழல் வாதச்சுரம், விடாச்சுரம், சாரற் சுரம், கறைச்சுரம் முதலிய உடற்கட்டுகளைப் பற்றி வரும் சுரங்கள் நீடித்திருந்து நீங்கினும், உடற்கட்டுகள் இளைத்து, நா, கழுத்து, தாடை நரம்பு இவைகளில் வெப்பமுண்டாய் வருத்தலால், நீர் வேட்கை அதிகப்படும்.

- சுரமதே வறட்சியாகும்: வெஞ்சுரம், உட்சுரம், வறட்சுரம் மருந்து வேகத்தால் வருஞ்சுரம், விடாச்சுரம் முதலிய சுரங்கள் கண்டு நீங்கிய பின், சுர வேகங்களைத் தணிக்கும் மருந்துகள் கொடாமையின், அவ்வெப்பம் ஏழு உடற் கட்டுகளிலும் பரவி அவைகளை வாட்டி உலர்த்தி விடுமாதலால் குருதி வறளும். அதனால் சோகையும், என்பு சத்துக் குறைவதால் என்புருக்கி நோயும் உண்டாகும். அழலை முன்னிட்டு வரும் அழல் சுரம் மற்றும் அழலையச் சுரம் எவ்வழியிலேனும் குருதியை வெளிப்படுத்தும். இத்தகைய

நோய்க்குக் குருதி அழல் (ரத்தப் பித்தம்) என்று பெயர். இக்குருதி அழல் நோயானது காசம், இளைப்பு ஆகிய நோய்களை எளிதில் உண்டாக்கும்.

- **சுரமதே சீழுமாகும்:** மந்தச் சுரத்தில் உணவு செரியாது, ஊண் சாரம் கெட்டு, அதன் வழியால் மற்றைய உடற்கட்டுகளும் கெடுதியடைந்து, கட்டி முதலிய நோய்களைத் தோன்றச் செய்து, அவற்றினின்று சீழை வடியச் செய்யும்.

- **சுரமதே மஜ்ஜையாகும்:** வறட்சுரம், காமச்சுரம், இருமல்சுரம் ஆகிய சுரங்களில் என்பிலும் மூளையிலும் வெப்பு கொதித்தெழுந்து மூளையைக் கரைக்கும்.

- **சுரமதே கணையதாகும்:** குழந்தைகளுக்குத் தோன்றுகிற என்புச்சுரம் அழல்சுரம். மாந்தச்சுரம் ஆகியவைகள் குழந்தைகளை வருத்தமடையச் செய்து, பின் கணை நோயைப் பிறப்பிக்கும். இந்நோய் பன்னிரண்டு வயதிற்குட்பட்ட குழந்தைகட்கே வருவதுண்டு.

- **சுரமதே இருமலாகும்:** ஐயச்சுரம், ஐயவளிச்சுரம் என்புச்சுரம். உட்சுரம் இத்தகைய சுரங்கள் உண்டாய் நீங்கும் தருவாயில் ஐய உறுப்புகளில் வெப்பு உண்டாகில் இருமல் நோய் உண்டாகும்.

- **சுரமதே க்ஷயமதாகும்:** மேற்கண்ட சுரங்களேனும், வறட்சுரம். விப்புருதி சுரங்களேனும் உண்டாய், சுரம் தணிந்தும் அதன் வேகம் தணியாது உடலைப் பற்றி நிற்குமாயின், குருதியைக் கெடுத்து, உடலை இளைக்கச் செய்து இளைப்பு நோயாகிய ஷயநோயை வரவழைக்கும்.

- **சுரமதே சூலையாகும்:** வளிஐயப் பெருக்கால் எழுந்த சுரங்களில் குருதி கெட்டு சந்துகளில் நீர் தங்கிக் கலங்குவதால், முட்டிகளில் குத்துவது போன்ற சூலை நோய்கள் தோன்றும்.

- **சுரமதே சொறியதாகும்:** நாளும் வரும் சுரம், ஒவ்வொரு நாள் விட்டு விட்டு வரும் சுரம், மாறல் சுரம் இவைகள் வளி அல்லது வளிஐயம் அல்லது அழலையம் இவற்றுள் எவ்வகைச் சுரமேனும் மிகுதியாய் வந்து, உணவைச் செரியாவண்ணம் செய்து குருதியைக் கெடுத்துச் சொறியை உண்டாக்கும்.

❖ சுரமதே விரணமாகும்: மேற்கூறியவாறு நாட்பட்டு உள்ள சுரங்களில், சுரத்தின் கொடுமையால் உடற்கட்டுகளின் வன்மை குறைந்து, அச்சுரம் நிற்கும் காலத்து, அசைவற்றுப் படுத்த படுக்கையில் இருக்க நேர்தலால் இடுப்பு, முதுகு, தொடை, என்பு முதலிய இடங்களில் புண்கள் உண்டாகும்.

❖ சுரமதே பித்தமாகும்: பித்த மிகுதியால் ஏற்படும் அழல் சுரம், அழல் வளிச் சுரம், வெறிச்சுரம் முதலிய சுரங்கள் நீடித்த காலம்வரை இருப்பின், சுரம் நீங்கிய பின்னும் நோயின் வன்மையால், அறிவு கலங்கின பித்தன் எனக் கூறுமாறு பைத்திய நோயைப் பிறப்பிக்கும்.

❖ சுரமதே வாதமாகும்: ஐயச்சுரம், ஐயவளிச்சுரம் என்னும் இச்சுரங்களில், ஐயத்தை விலக்கக்கூடிய மருந்துகளின் வேகம் மிகுதிப்பட்டால், ஐயத்தைத் தணித்து, வளியைப் பெருகச் செய்யும். அக்காலத்தில் மலமும் நீரும் கட்டுப்பட்டு, வளி நோய்களை விளைவிக்கும். குடலில் வாயுவை அதிகப்படுத்தும்.

❖ கரமதே ஈளையாகும்: ஐயச்சுரம், ஐயவளிச்சுரம் ஆகியவைகளில் ஐயத்தின் பெருக்கால் வளித்தாது குறைந்து, வளியின் செயலாகிய மலங்களை வெளித் தள்ளும் செயல் குன்றுவதால், நுரையீரலின் மலமாகிய சளியை வெளித் தள்ள முடியாது தங்கி, ஈளை நோயைப் பிறப்பிக்கும்.

❖ சுரமதே இழுப்பாகும்: மேற்கூறிய சுரங்களில் வளி குறையும். அவ் வளியின் குறைவால், மலம் கெட்டு, கபமும் கூடி, இழுப்பு (வலிப்பு) நோய் தோன்றும்.

4

சுர நோய் மருத்துவம்

முன்னுரை

பொதுவாகச் சுரம் வருவதற்குஉணவு முறையில் உள்ள கோளாறுகளே முதன்மைக் காரணமாய் அமையும் என்பது சித்தர்களின் கொள்கை. எனவே இந்நோய்க்குரிய மருத்துவத்தில், முதன்மையாய் நின்ற கோளாறுகளைப் போக்கித் தன்னிலை திரிந்த முத்தாதுக்களையும் தத்தம் வழி மீண்டும் நிகழச் செய்யப் பட்டினி, கழிச்சல் (பேதி), வாந்தி முதலியவைகளைச் செய்வித்து நோயைத் தீர்க்க வேண்டும். இவைகளிலும் நீங்காத இடத்தில் குடிநீர், பொடி, மாத்திரைகள், மெழுகு, பற்பம், செந்தூரங்கள் முதலியன கொடுத்தும், நோயில் அப்போதைக்கப்போது எழும் துணை நோய்கட்கு மூக்குப்பொடி, மூக்குத்திரி, கண் மருந்து முதலியன கொடுத்தும், வியர்வை உண்டாகுமாறு செய்தும் குணப்படுத்துவது சித்த மருத்துவ முறையாக அமைகின்றது.

பட்டினி

நோய்கட்கு ஏற்பப் பட்டினி இடும் நாள் அளவுகள் பற்றி சித்த மருத்துவ நூல்களில் விரிவாகக் கூறப்பட்டுள்ளன.

வளிச் (வாத) சுரத்திற்கு ஏழு நாளும், அழல் (பித்த) சுரத்திற்கு ஆறு நாளும், ஐயச் (கப) சுரத்திற்கு ஒன்பது நாளும், முக்கூட்டு (சன்னி) சுரத்திற்குப் பத்து நாளும் பட்டினி இட சுரம் தணியும். அதிலும் தணியாவிடில் மருந்து, கஞ்சி முதலியன முறைப்படி கொடுத்துவர சுரம் விட்டுவிடும்.

கடும் பட்டினியாய் இருக்க விடாமல், வளிச் சுரத்தில் மூன்று நாட்களுக்கு உணவு கொடாது வைத்தலும், அழல் சுரத்தில் குடிநீரும் சிறு உணவும், ஐயச் சுரத்தில் கஞ்சியும் மருந்தும் கொடுத்துவர சுரம் தணியும் என்னும் ஒரு கொள்கையும் உண்டு.

சுரம் தோன்றிய அன்றே பட்டினி வைத்து, இரண்டாம் நாள் காலையில் பல் விளக்கி, நா வழித்து, வாயை வெந்நீரால் கொப்பளித்துப் பின் முகத்தைக் குளிரக் கழுவி, உடலையும் தலையையும் துணியினால் சுற்றி, இடக்கை கீழாகப் படுக்குமாறு செய்யவும். இவ்வாறக மூன்று நாட்களும் கழித்த பின்னர், நான்காம் நாள் காலை காய்ந்து ஆறிய வெந்நீரைப் பருகச் செய்து, ஒரு தேற்றாங் கொட்டையை மென்று சுவைத்துத் தின்னும்படி செய்ய சுரம் நீங்கும்.

இவ்வாறாய்ப் பட்டினியின் நாள் அளவை உணவு முறையில் உள்ள கோளாறுகளைத் தடுத்தற்கும், கோளாற்றால் தன்னிலை திரிந்த உயிர்த்தாதுக்களைத் தத்தம் வழி மீண்டும் நடக்கச் செய்தற்கும் ஏழு நாட்கள் முதற்கொண்டு பத்து நாட்கள் வரை விதித்திருக்க, சித்த மருத்துவ நூலோர்களில் சிறந்தவரான தேரர் பட்டினியைக் குறை கூறியுள்ளார்.

பட்டினி முறையைத் தேரர் இகழ்ந்து கூறியது எதற்கென நோக்கின், தென்னாட்டு மக்களின் உணவு எளிதில் செரிக்கக் கூடியதும், அறிவைப் பெருக்கி உயிருடன் உடல் நிலைத்தற்கான வன்மையை மட்டும் கொடுக்கக் கூடியதுமாக இருத்தலின், இம் மக்கள் மிக்க பருமனும், மிக்க உயரமும், மிக்க வன்மையும் இல்லாது இருக்கும் நிலையில், இவர்கட்கு ஏழு நாள் முதற்கொண்டு பத்து நாட்கள் வரையில் இடப்பட்ட பட்டினி தகுதி உடையதன்று, இச்செயல் இம்மக்கட்குக் கெடுதிகளை விளைவிக்குமேயன்றி நன்மையைப் பயவாது எனக் கருதியே போலும்.

ஆயினும் சுரமுற்ற காலத்தும், சுரமற்ற காலத்தும் உணவின் பகுதிகளை எப்பொழுதும் உண்பது போன்றே உண்ணலாம் என்பதும் தேரர் கருத்து அன்று. சுர நோயில் சுரத்தின் வன்மைக்குத் தக்கவாறு உணவை அளவிடல் வேண்டும். நடைமுறைப் பயிற்சி அனுபவமின்றி வெறும் நூலறிவு மாத்திரம் கொண்டு பட்டினி (Diet) முறையை நிர்ணயிப்பதையே தேரர் குறை கூறுகின்றார். அவ்வாறு அல்லாமல் மருத்துவ நூல் தெளிவும், பயிற்சி அனுபவமும் பெற்று, மருத்துவத்தின் நுணுக்கங்களைக் கண்டறிந்த மருத்துவர், நோயாளியின் வாழும் இடம், பருவம், உடல் வன்மை முதலியவற்றை ஆராய்ந்து, அதற்குத் தகுந்தாற்போல் உணவு முறையை வகுப்பதை அவர் மறுக்கவில்லை என்றே கொள்ளல் தகும்.

உலகில் உள்ளவர்கள் "லங்கணம் பரமாவிழ்தம்" (பட்டினி பெரு மருந்து) என்று சொல்வது வழக்கமாக இருத்தலின் அதனை முறைக்காக நூலில் கூறவேண்டி இருப்பினும், நோயாளிகளின் நிலைமைக்கு ஏற்றவாறு எளிதில்

செரிக்கக்கூடிய சிறு உணவுகளைக் கொடுத்து, நோயை நீக்குதல் மருத்துவர்களின் கடமையாகும். உணவு முழுதும் இல்லாது இருப்பினும், அளவுக்கு விஞ்சினும், நோய்களைப் பெருக்கி, உடம்பினுக்குக் கெடுதியைச் செய்வதாகும் என்பதும் தேரர் கருத்தாகும்.

அதிக உணவு கொடாமல், சிறு உணவு கொடுக்க வேண்டும் என்பதும், ஏழு நாள் சென்ற பின் பொருந்தின வண்ணமாய்ச் சிறுகச் சிறுக உணவைப் பெருக்கிக் கொண்டே வருக என்பதும், சுரம் நீங்கும் மட்டும் சோறு காட்டக் கூடாது என்பதும் திருமூலரின் கொள்கையாகத் தெரிகிறது.

மேலும் "சிறு உணவு பெரு மருந்து" என்னும் மருத்துவப் பழமொழியாலும் சுரம் தீரும் வரைக்கும் சோறு முதலிய பெரு உணவைத் தராமல், கஞ்சி கொடுத்து வருதலே நலம் எனத் தெரிகிறது.

மிகு உணவால் உடல் பருத்த நிலையில் மந்தம் உண்டாதலால் அதன் அளவாகத் தன்னிலையில் திரிந்த தாதுக்களைத் தன்னிலைப் படுத்தி, பசித் தீயைத் தூண்டி, உடலில் தோன்றும் கனத்தைக் குறைத்து, சுரத்தைத் தணிக்க, உடலின் தன்மைக்குத் தக்கவாறு பட்டினியைக் கையாளுதல் நன்மை பயக்கும். அளவு கடந்து பட்டினி இடின் உடலின் வன்மை குன்றி, வறளும். சோம்பல், வாய் குமட்டல், களைப்பு, தூக்கம், மயக்கம், தாகம், வாந்தி, இருமல், கடின மூச்சு, விக்கல், மிகுசுரம் இவைகள் உண்டாகும். ஆதலின் உடலை இளைக்கச் செய்யும் சுரங்களிலும், சுரத்திற்கு முன் வேறு நோய்களால் மெலிந்த நிலையிலும், காதல், சினம், வருத்தம், பயம் போன்றவைகளால் உண்டாகும் சுரங்களிலும் பட்டினியை அறவே நீக்கல் வேண்டும்.

கழிச்சல் (பேதி)

வளிச் (வாத) சுரத்தில் இயல்பாகவே எரு (மலம்) கட்டுப்படும். அதனை நீக்க சஞ்சீவி மாத்திரை, கோடாசூரி மாத்திரை, அட்டபயிரவம், தாழம்பூ மாத்திரை, இலவங்காதி மாத்திரை, அகத்தியர் குழம்பு, கௌசிகர் குழம்பு முதலிய வளி அடக்கி மருந்துகளை உடல் வன்மைக்குத் தக்கவாறு அளவு படுத்திக் கொடுத்தல் வேண்டும்.

அழல் (பித்த) சுரத்தில் தானாகவே சிறுகச் சிறுக வயிறு கழிதல் இயற்கை ஆதலால் கழிச்சலை உண்டாக்கும் மருந்துகளைக் கொடுப்பது நன்றன்று. இச்சுரத்தில் அப்படி வெளிப்படாதிருப்பின், வெளிக்குப் போக அதிமதுரம்,

பற்பாடகம், சீமை சாமந்தி, நிலவாகை ஆகிய இவைகளை வகைக்கு 1/4 பலம் கொண்டு, அரைப்படி நீரில் இட்டு, அரை ஆழாக்காய்க் காய்த்து வடித்த குடிநீரைக் கொடுக்க, ஒன்று அல்லது இரண்டு முறை கழியும்.

ஐய (கப) சுரத்தில் முற்றும் வெளிக்குப் போகாமல் இருத்தல், தானாகவே சிறுகச் சிறுகக் கழிதல், சில வேளை கட்டுப்படுதல் போன்ற கவலையை உண்டு பண்ணும். இதற்கு அகத்தியர் குழம்பு, கௌசிகர் குழம்பு போன்றதை நோய்க்குத் தக்கவாறும் நோய் வன்மைக்குத் தக்கதாகவும் அளவிட்டுக் கொடுத்து, எருவைக் கழித்தல் வேண்டும். சில வேளை வெளிப் போக்குக்கான மருந்தைக் கொடுக்க வேண்டி இருப்பினும் நோயினர் இருக்கும் நிலையில், வாயின் வழியே பேதி மருந்தைக் கொடுக்க முடியாத காலத்தில், பல்லில் தடவுவதும், பற்றிடுவதும், மூச்சில் முகரச் செய்வதுமான முறைகளை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

வாந்தி

வளிச் (வாத) சுரத்திலும், அழல் (பித்த) சுரத்திலும் வாந்தி எடுக்க மருந்து கொடுப்பது நன்றன்று. ஐயச் (கப) சுரத்தில் இயற்கையாக நுரையீரலிலும் சமை களத்திலும் (இரைப்பை) கோழை கட்டிக் கொள்வது இயல்பாகையால், நோயின் வன்மைக்குத் தக்கபடியும் நோயாளியின் உடல் வன்மைக்குத் தக்கபடியும் வாந்தி மருந்தைக் கையாள வேண்டும். கூடுமாயின், வாந்தி மருந்தும், வயிறு கழியும் மருந்தும் ஒரே மருந்தாக இருத்தல் நலம். அல்லது கழிச்சல் செய்யும் மாத்திரைகட்குத் துணையாகக் கொள்ளும் வகையில், வாந்தி செய்யக் கூடிய பச்சிலை வகைகளையேனும் கடைச் சரக்குகளையேனும் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். சான்றாகச் சஞ்சீவி மாத்திரைகளை இலைக் கள்ளிச் சாறு அல்லது உத்தாமணிச் சாறு இவற்றுள் ஏதேனும் ஒன்றில் இழைத்துக் கொடுக்க, வாந்தியை உண்டாக்குவதுடன் கழிச்சலையும் உண்டுபண்ணும். வெண்காக்கட்டான் மாத்திரையும் கோரோசனைப் பொடியும் கொடுக்க, வாந்தியையும் கழிச்சலையும் பிறப்பிக்கும்

வியர்வை பிடித்தல்

நஞ்சால் பிறந்த சுரங்கள் ஐயத்தால் தலையிலும் உடலிலும் நீரேற்றம் கொண்டு தலைவலி ஏற்படுத்தல், தலைக்குத்தல், உடல் முழுமையும் கனமாய் இருப்பது போன்ற தோற்றம் உண்டாதல் முதலியவைகட்கு, வியர்வை பிடித்தலால் நன்மை ஏற்படும்.

வியர்வை பிடித்தலால் ஐயத்தால் உடலில் ஏற்படும் கொடுமையான தலைபாரம், மிகுந்த வெப்பம், விடாக் காய்ச்சல் ஆகிய இவை யாவும் நீங்கும். உடல் நலமடையும். வெறுந் துணியையாகிலும், கரித் துணியையாகிலும் சுருட்டிக் கொளுத்தி அதனின்று எழும் புகையை மூக்குத் துளைக்குள் செல்லும்படி செய்ய, நீர் வடிந்து அரந்தையுடன் கூடிய பிணிகளாகிய நெஞ்சுவலி முதலியவைகள் நீங்கும். உடல் சுடர் போல் விளங்கும்.

குளிர்சுரங்களில் ஐயத்தால் பிறக்கும் சுரங்களிலும் வியர்வை பிடிக்கில் நன்மை உண்டாகும். வியர்வை வெளி வருதலால் உடலில் தங்கிய கெட்ட நீர்கள் வெளியாகி, உடல் குடைதல், கனமாக இருத்தல் ஆகியன குறையும். அன்றியும் சுரத்தின் கொடுமையும் குறையும்.

நொச்சித் தழை நான்கு பிடி, மஞ்சள் 1/2 பலம் இவைகளை ஒன்றிரண்டாக இடித்து, குடிநீர் செய்வது போலக் காய்ச்சி வடித்து, மீண்டும் நன்றாகக் காய வைத்து, அடுப்பில் செங்கல் துண்டுகளைப் போட்டுப் பழுக்கக் காய வைத்து, ஒவ்வொரு கல்லாக அதில் இட்டு வியர்வை பிடிக்கவும்.

கண் மற்றும் மூக்கில் மருந்திடல்

பெரும்பாலும் ஐயத் தாது பாதிப்பாலும், முப்பிணித் தொடர்பினாலும் வரும் சன்னி நோயாளர்களுக்குக் கண்ணிலும் மூக்கிலும் மருந்திட்டுத் தன்னிலை திரிந்த உயிர்த்தாதுக்களைத் தன்னிலை படுத்தல் வேண்டும்.

கண்ணில் இடும் மருந்து வகைகளாகிய மை, கலிக்கம், மூக்கிலிடும் பொடி, திரி வகைகள் ஆகிய இவற்றின் செய் முறையும், வழங்கும் வகையும் சித்த வைத்திய திரட்டு, தேரன் வெண்பா, சேகரப்பா முதலிய நூல்களில் கூறப்பட்டுள்ளன.

கண் மருந்துகள் (கலிக்கம்)

- தாய்ப் பாலில் ஒரு இல்வங்கத்தை இட்டு ஊற வைத்துத் துணியில் முடிந்து கண்ணில் பிழிய முப்பிணியில் காணும் சேட்டைகள் போம்.
- இலிங்கம், அரிதாரம், பீதரோகணி இம்மூன்றையும் எலுமிச்சம் பழச்சாற்றினால் அரைத்து, உலர்த்தி, தக்கபடி கண்ணில் இடவும்.
- தும்பைவேர், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, இவைகளைச் சம அளவில் தாய்ப்பாலில் அரைத்து, அதை மீண்டும் தேனிலும் அரைத்து

உருண்டை செய்து உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டு, துளசிச் சாற்றில் குழைத்துக் கண்ணில் இடலாம்.

மூக்கு மருந்து

❖ திப்பிலி, மஞ்சள், ஓமம், மிளகு இவைகளை நுண்ணிய பொடியாக்கிச் சீலையில் தூவி திரியைப் போல் சுருட்டி வேப்பெண்ணெயில் துவைத்துக் கொளுத்தி, அப்புகையை மூக்கில் இரு துளைகளுக்கும் செல்லும்படியாகச் செய்வதால் மூக்கினின்று மழைத்துளி போன்று நீர் சொட்டி, உடலில் தங்கிய நீர் வடிந்து, சுரம் போம். தலையின் பாரம் அறும். அப்புகையை உடல் முழுமையும் படும்படியாகச் செய்தலும் நன்று. தும்பைச் சாற்றையும் மூக்கில் விடலாம்.

பற்று இடல்

❖ வேலிப்பருத்தி இலையின் சாறு, வெள்ளுள்ளி, மூங்கிலரிசி, மூங்கிலுப்பு, வெடியுப்பு, ஆகிய இவைகளை நீரிலிட்டு, அரைத்துக் கொதிக்க வைத்து மேலுக்குப் பற்றிட சுர நோயேயன்றி உடலில் உண்டான குத்தல், குடைச்சல் முதலியனவும் நீங்கும்.

❖ கை,கால் சந்து கடுத்தல், முப்பிணிநோய் இவைகட்கு வெடியுப்பு, நாவல்கொட்டை, நேர்வாளச் செடியின் வேர் ஆகியவைகளைப் பொடித்து புன்னை நெய்யில் பற்றிடப் போம்.

❖ தேற்றாங்கொட்டையைப் பொடித்து வேப்பெண்ணெயில் குழைத்துப் பற்றிடச் சுர நோயில் உண்டான மார்படைப்பு, பிடிப்பு, வளிநோய், வல்லை முதலியவைகளைப் போக்கும்.

படுக்கை

பலநாட்கள் நோயுற்றார் படுக்கையிலேயே இருக்க வேண்டி இருத்தலால், அப்படுக்கை இளைத்த உடலை உறுத்திப் புண்படுத்தாதபடி அமைதல் வேண்டும். அதிலும் இதைச் சுர நோயில் முக்கியமாய் நோக்குதல் வேண்டும். ஆதலால் சுர நோயுற்றாருக்குப் படுக்கை இலவம் பஞ்சால் ஆகிய மெத்தையாக இருப்பின் நலம் தரும்.

இக்கருத்தைக் கொண்டே தேரையர் "இலவின் பஞ்சப்படுக்கைக் கேகும் அனலம்" எனவும் ஔவையார் "இலவம் பஞ்சில் துயில்" எனவும் கூறினர் போலும்.

இலவம் பஞ்சுப் படுக்கையைப் பெற முடியாத எளியோர்கட்குச் சிற்றீச்சம்பாய் நன்மையைத் தரும்.

சிற்றீசுப் பாயில் தினமும் படுப்பவருக்
கற்றிடுமே காந்தல் உடம்புலருஞ்-சுற்றிய தோர்
வாயுவறும் பித்தமறும் மற்றுங் கபந்தீரும்
தாயகமா மிக்குணத்தைச் சாற்று.

எனத் தேரையர் குணவாகடத்தில் கூறப்பட்டுள்ளது.

விசிறி

சுரத்தின் வன்மை, வெப்புத் தணிந்த பின்னர் வியர்த்தலும், ஆயாசம், இரைப்பு முதலியன தொடர்தலும் சுரத்தின் இயல்பாதலால் இவைகளைத் தணித்தற்பொருட்டு விசிறி கொண்டு விசிறி, தூய்மையான காற்று நோயினர் உடலில் படுமாறும் உள்ளுக்குச் செல்லுமாறும் செய்ய வேண்டும். அழல் நோயினருக்கு மயில் விசிறியும், வளி, அழல், ஐயமாகிய முத்தாது நோயினர்க்குப் பனை விசிறியும், அழல், எரிச்சல் முதலிய நோயாளிகளுக்கு வெட்டிவேர் விசிறியும் நன்று எனத் தேரையர் குணவாகடத்தின் மூலம் அறியலாம்.

மயில் விசிறியின் குணம்

மயிலின் தோகையால் கட்டிய விசிறியைக் கொண்டு வீசின், முப்பிணி (சன்னி), குன்மம், தலைச்சுற்றல், விக்கல், வியர்வை, அழல், வளிக்குற்றம் உட்டிணம் இவைகளால் உண்டாகும் துன்பங்கள் குணப்படும். அறிவும் ஒளிரும்.

பனை விசிறியின் குணம்

பனை விசிறியின் காற்றால் மிகுந்த வளி, அழல், ஐய நோய்களும், நாவின் சுவையின்மையும் குணப்படும்.

வெட்டிவேர் விசிறியின் குணம்

வெட்டிவேர் விசிறியால் அழலின் பெருக்கு, எரிச்சல், தாகம், மோகம் இவை தீரும்.

போர்வை

குளிர் சுரத்திலும், கபங்கூடிய சுரத்திலும் போர்வைகள் முக்கியமானவை. மேலும் சுரத்தால் உடல் இளைத்த காலத்துக் குளிர்வாடையால் உடனே

நீர்கோத்துக் கொள்ளும் ஆதலால், நோய் நீங்கும் மட்டும் உடலைக் காத்தல் முக்கியமானது. இதற்குக் கம்பளப் போர்வைகள் சிறந்தனவாகும்.

குடிநீர் மருந்து வகைகள்

சித்த மருத்துவ நூல்களில் சுரநோய் வகைக்குக் குடிநீர்களும் அவற்றோடு இணைத்து உட்கொள்ள வேண்டிய மருந்து வகைகளும் விரிவாகக் கூறப்பட்டுள்ளன. அவற்றைத் தொகுத்துக் காணலாம்:

வளிச்சுரம்

- ❖ சிற்றாமுட்டி, பேராமுட்டி, சிறுகாஞ்சொறி வேர், சீந்தில்தண்டு, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கோட்டம் வகைக்கு ஒரு பலமாகக் கொண்டு முறைப்படி குடிநீரிட்டுக் காலை மாலைகளில் கொடுக்கவும்.
- ❖ சிறுமணி நெற்பொரி ஒரு படியுடன், மேல்தோல் சீவிய சுக்கு, கணு நீக்கிய அறுகன்வேர் இவைகளைச் சீலையில் முடிந்து, குடிநீரிலிட்டு முடிக்கஞ்சாகக் காய்ச்சி, சுரம் தொடங்கிய நாள் முதல் ஏழு நாள் கொடுத்து வரவும். எட்டாம் நாள் முதற்கொண்டு சோறும் மிளகு நீரும் (ரசம்) கொடுக்கவும். முற்கூறிய குடிநீர் இரண்டு படியுடன், கொன்றைத் தோல், இந்துப்பு, சுக்கு, விலாமிச்சம், சிறுகாஞ்சொறி, சீந்தில், பங்கம்பாளை, பேய்ப்புடல், சேவகன்பூண்டு, கடுகுரோகணி, திரிபலை வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு இடித்துப் பொடித்து அதை உழக்காகக் காய்ச்சி, அதில் சிறிது திப்பிலிப் பொடி கூட்டிக் காலை, மாலைகளில் குடிக்க, வாதச் சுரமும் அதனுடன் கிளைக்கும் குறிகளாகிய கீல்களில் குத்தல், நெஞ்சுளைவு, குளிர் முதலியனவும் போம்.
- ❖ சுக்கு இரண்டு கழஞ்சு, சாரணைவேர் இரண்டு கழஞ்சு, பேராமுட்டி வேர் ஒரு கழஞ்சு, வெள்ளுள்ளி இரண்டு கழஞ்சு இவைகளைக் கூட்டி ஒன்றிரண்டாக இடித்து, இரண்டுபடி நீரிட்டு உழக்காகக் காய்ச்சி வடித்து, திப்பிலிப் பொடி கலந்து மாலைகளில் ஆழாக்கு அளவாகச் சாப்பிடவும்.
- ❖ தேவதாரம், கோரைக் கிழங்கு, கண்டங்கத்திரி, சுக்கு, மிளகு, கோட்டம், சிறு தேக்கு, பற்பாடகம், திப்பிலி, கடுக்காய் வகைக்கு ஒரு கழஞ்சாகக் கூட்டி, எட்டுப்படி நீரிட்டு, ஒருபடி நீராகக் காய்ச்சி வடித்து,

அதில் ஓர் ஆழாக்கு நீருடன், புதிய தேனும் சிறிது திப்பிலியும் கூட்டிக் காலை, மாலைகளில் கொடுக்க, வளிச்சுரம் போம்.

❖ கண்டங்கத்திரி, சீந்தில்தண்டு, சுக்கு, முத்தக்காசு, கோட்டம், சிறுகாஞ்சொறிவேர், நிலவேம்பு, திப்பிலி, பற்பாடகம், சிறுதேக்கு இவை வகைக்கு மூன்று கழஞ்சாகக் கொண்டு, இரண்டு படி நீரிட்டுக் கால் படியாகக் காய்ச்சி எடுத்து, அதில் காலை, மாலைகளில் ஆழாக் காகக் கொள்ள, வளிச்சுரம், வாய்நீர் சுரப்பு முதலியவை தீரும்.

❖ சிற்றாமுட்டி, நிலவேம்பு, கண்டங்கத்திரி, பேய்ப்புடல், பற்பாடகம், வேலிப்பருத்தி, சுக்கு, வெட்டிவேர், விலாமிச்சம்வேர், தாமரைத்தண்டு, பெருங்குரும்பை, மிளகு, உள்ளி, திப்பிலி, கடுக்காய், சிறுதேக்கு வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு, இவைகளப் பொன் வறுவலாக வறுத்து, இரண்டு படி நீரிட்டு, ஒரு படி நீராகக் குறுக்கி, அதில் இந்துப்பு, திப்பிலித்தூள், தேன் சிறிது கூட்டிக் கொடுக்க, வளிச்சுரத்தோடு வாய்நீர்ச் சுரப்பும் போகும்.

❖ ஆடாதோடை, கோரைக் கிழங்கு, பொன்னாங்காணி வேர், இலுப்பைப்பூ, பேரீந்து, கொட்டைத்திராட்சை, தாமரைவளையம், பெருங்குரும்பை, மகிழம்பூ, வில்வ ஓடு, சிறுபஞ்சமூலம், தான்றிக்காய், நெல்லிக்காய், கடுக்காய், மிளகு, திப்பிலி, சுக்கு, வேப்பம்பிசின், செவ்வியம், அம்மான் பச்சரிசி, சீதேவிசெங்கழுநீர்க்கிழங்கு, அதிவிடயம் இவைகளை ஒருநிறையாகக் கொண்டு, முறைப்படி நீரிட்டு எட்டொன்றாகக் காய்த்து, அரை ஆழாக்கு அளவு காலை, மாலைகளில் கொடுக்கக் குளிர்ச்சுரம், வாந்தி இவை போம்.

❖ நெற்பொரி, சிறுபயறு, தேவதாரம் வகைக்கு மூன்று கழஞ்சு எடுத்துப் பொடித்து, இரண்டு படி நீரிட்டுக் காய்த்து, ஒரு படியாக வடித்து அதில் தினம் ஒரு ஆழாக்கை வெள்ளைப்பாடாண பற்பத்திற்குத் துணையாக ஏழுநாள் கொடுக்கவும். சீந்தில் தண்டு ஆறு கழஞ்சு, கொத்துமல்லி, கோரைக் கிழங்கு, சுக்கு, தேவதாரம் வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு எடுத்து, ஒன்றிரண்டாக இடித்து, நீர் இரண்டு படி கூட்டி, எட்டிலொன்றாக வடித்து அதில், சிறிது திப்பிலிப்பொடி கூட்டி காலை, மாலைகளில் ஆழாக்கு அளவு உட்கொள்ளவும்.

- ❖ சுக்கு, செவ்வியம், கடுகுரோகணி, சீந்தில்தண்டு, பற்பாடகம், விலாமிச்சு, மரமஞ்சள், சிறுகாஞ்சொறி, தேவதாரம், கரிய சீரகம் வகைக்கு இரண்டு கழஞ்சாகக் கொண்டு, நீர் இரண்டு படி விட்டு உழக்காகுமாறு காய்ச்சி வடித்து அதில், சிறிது திப்பிலியும் இந்துப்பும் பொடித்துக் கூட்டி விடியற்காலையில் சாப்பிடவும்.

வளியழல்சுரம்

- ❖ கீழ்க்காய்நெல்லி, பேய்ப்புடல், கோட்டம், சீந்தில், சிறுதேக்கு (கண்டுபாரங்கி), வேம்பின் ஈர்க்கு, சிறுநாகப்பூ, மலைதாங்கி, பங்கம்பாளை, சிறுகாஞ்சொறி, தேவதாரம், மிளகு, கோரைக்கிழங்கு, இவற்றை இரண்டு கழஞ்சாகக் கொண்டு, இரண்டு நாழி தண்ணீர் விட்டு முறைப்படி குடிநீரிட்டு, நோய்க்குத் தக்கபடி அளவிட்டு, அதில் கோரோசனைப் பொடி, திப்பிலிப்பொடி, சிறிது தேன் இவற்றைக் கலந்து கொடுத்துவர வளியழல்சுரம் போம்.
- ❖ கொத்துமல்லி, சிறுகாஞ்சொறி, அதிமதுரம், சரக்கொன்றைப்பட்டை, சிறுமூலம், கோரைக் கிழங்கு, பற்பாடகம், நன்னாரி, இருவேலி, குதிரைவாலிவேர், பேய்ப்புடல், தேவதாரம், முட்காய் வேளைவேர், விலாமிச்சம் வேர் வகை ஒன்றுக்கு அரைக் கழஞ்சாகக் கொண்டு, இரண்டு படி நீர் விட்டு, உழக்காகக் காய்ச்சி வடித்து அதில் விடியற்காலையிலும், மாலையிலும் ஆழாக்குக் குடிநீரில் திப்பிலியும் தேனும் கூட்டிக் கொடுக்கவும். இதனால் வளியழல்சுரம் போம்.

வளியையச்சுரம்

- ❖ இச் சுரத்தில் இரண்டு நாட்கள் வரையில் இருமுறை வடித்த சோற்றின் கஞ்சியைக் கொடுத்த பின் மூன்றாம் நாளில் சுக்கு, பாசிப்பயறு நெற்பொரி இம்மூன்றுங் கூட்டி, முறைப் படி குடிநீராக்கிக் கொடுத்து, ஏழாம் நாளில் மேற்படியாகவே குடிநீர் செய்து அதில், சீந்தில், மாதுளை வேர், கருந்துளசி வேர், கோரைக் கிங்கு, சுக்கு வகைக்கு மூன்று கழஞ்சு கூட்டிப் போதுமான நீர் விட்டு எட்டொன்றாகக் காய்த்து வடித்து அத்துடன் சிறிது திப்பிலிப் பொடி கூட்டிக் கொடுக்க, வளியையச் சுரம் போம்.
- ❖ தேவதாரம், செவ்வியம், கடுகுரோகணி, மரமஞ்சள், திப்பிலி ஒவ்வொன்றும் இரு கழஞ்சு கொண்டு, முறைப்படி குடிநீரிட்டு அதில்,

திப்பிலியும் இந்துப்பும் பொடித்து இரு சிட்டிகை இட்டுக் கலக்கிக் கொடுக்க, நோய் தீரும்.

- கோட்டம், பெருங்குரும்பை, சந்தனம், பேய்முசுட்டை, கடுகு, கோரோசனை, வேப்பம் ஈர்க்கு, சிறுதேக்கு, அதிமதுரம், சீந்தில்தண்டு, அதிவிடையம், பெருங்குமிழ் வேர், இவைகளை ஓரளவாய்க் கொண்டு முறைப்படி குடிநீர் செய்து அளவுப்படி கொடுக்க, வளியையக் காய்ச்சல் குணமடையும்.

- தேவதாரம், சுக்கு, பற்பாடகம், கொத்துமல்லி, வசம்பு, மிளகு முந்திரிகை (திராட்சை), திப்பிலி, கோரைக்கிழங்கு இவற்றை வகைக்கு மூன்று கழஞ்சாகக் கொண்டு, ஒன்றிரண்டாகப் பொடித்து இரண்டு படி நீர் விட்டு, உழக்காகக் காய்த்து வடித்து அதில் கால் கழஞ்சு பெருங்காயம் பொடித்துக் கூட்டி, காலை, மாலையாக ஆழாக்குக் குடிநீரைக் கொள்க. அது குடலில் வளியும் ஐயமும் கூடிச் செய்யும் கேடுகளைப் போக்கி, சுரத்தைத் தணிக்கும்.

- கொடிக்குமிழ்வேர், கடுக்காய், சீந்தில், பேய்ப்பீர்க்கு, இலுப்பைப் பூ, சுக்கு, ஆடாதோடை வேர் இவற்றை வகைக்கு மூன்று கழஞ்சாகக் கொண்டு, இடித்துக் கடத்திலிட்டு, இரண்டு படி நீர் விட்டுக் காய்த்து உழக்காக வடித்து, அதில் சிறிது திப்பிலி, இந்துப்பு, தேன் இவைகளைக் கூட்டிக் காலை,மாலையாகக் குடிக்கில் வளியையச்சுரம் போம்.

வளி முக்குற்றச் சுரங்கள்

- கோரைக்கிழங்கு, சாணாச்சிக் கீரை, பொன்னாங்காணி, மாம்பூ, வெட்டிவேர், கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய், சிறுபயறு, திப்பிலி, குறுவை நெல் இவற்றைச் சமனெடை கொண்டு, சிறிது கொத்துமல்லி, மணலிக் கீரையும் சேர்த்து, முதலில் நெல்லைச் சட்டியிலிட்டு வறுத்துப் பொரித்திடும்போது, அதில் வெண்ணெய் போட்டுத் தக்க அளவு நீர் கூட்டி, மற்றவைகளைச் சேர்த்துக் காய்ச்சி வடித்து, அத்துடன் சிறிது பற்பாடகம் கலந்து தக்க அளவில் காலை, மாலை கொடுக்க இச்சுரத்தோடு தொடரும் நீர்வேட்கை, உடல் எரிச்சல் நீங்கும்.

❖ வேலம் பட்டையைப் பொடியாக நறுக்கி இடித்து, நீர் விட்டுப் பிசைந்து காய்ச்சி வற்றிய பதத்தில் வடித்து வைத்துக்கொள்ளவும். பின்பு அதிமதுரம், ஏலம், சுக்கு, இந்துப்பு, கொத்துமல்லி, மிளகு, கடுக்காய் இப்பொருட்களை ஓர் அளவாகக் கொண்டு கூட்டி, புளியம்பட்டையை இடித்துப் பிழிந்த சாற்றாலரைத்து, முன் செய்த குடிநீரில் கூட்டிக்காய்த்து, திரண்டு மெழுகு பதம் வருகையில் எடுத்து நாவில்விட்டுச் சுவைக்கவும். இதனால் ஐய, அழல் தாதுக்களால் உண்டாகும் வாய் நீர் சுரப்பு, நாவறட்சி நீர்வேட்கை இவைகள் போம். முப்பிணி நீங்கும். உணவாக அரிசியை வறுத்துச் சுக்கைத் தட்டிச் சீலை முடிந்து கட்டிக் கஞ்சி காய்ச்சி ஏழு நாள் கொடுத்துவர, வளிமுப்பிணி நோய் போம்.

❖ சிற்றாமுட்டி, சிறுகாஞ்சொறி, நன்னாரி, பேராமுட்டி, வேம்பு, கோரைக் கிழங்கு, சீந்தில் வகைக்கு இரண்டு கழஞ்சு கூட்டி, இரண்டு படி நீரிட்டு எட்டொன்றாகக் காய்ச்சி, ஆழாக்காகக் காலை மாலை கொடுக்கும் போது திப்பிலிப் பொடியும் தேனும் கூட்டிக் கொடுக்க வளி முப்பிணி சுரம் தீரும்.

❖ சுக்கு, கடுக்காய், தான்றிக்காய், நெல்லிக்காய், பேய்ப் பீர்க்கு, விலாமிச்சு, வெட்டிவேர், கொத்துமல்லி, பற்பாடகம், கொட்டை முந்திரிகை, பேரீந்து, தேவ்தாரம், இலுப்பைப்பூ, கோரைக்கிழங்கு, கடுகு ரோகணி, பங்கம்பாளை, சிறுகாஞ்சொறி ஆகியவற்றை வகைக்கு இரண்டு கழஞ்சாக எடுத்து, இவைகளை ஒன்றிரண்டாக இடித்து, இரண்டு படி நீரிட்டு, எட்டிலொன்றாகக் காய்ச்சி வடித்து, ஆழாக்குக் குடிநீரில் திப்பிலியும் தேனும் கூட்டிக் கொடுக்க வளிச்சுரம், வளி முப்பிணி சுரம் முதலிய ஏழுவகையான சுரங்களும் நீங்கும்.

அழல் சுரம்

❖ சிற்றாமுட்டி, சுக்கு வகைக்கு மூன்று கழஞ்சாக எடுத்துப் பொடித்து, முறைப்படி நீர் கூட்டிக் காய்த்து, வடித்துக் கொடுக்கவும். வழக்குடைய இளநீரைக் கொண்டு உலைநீராக்கிச் செய்த சோற்றைத் தரவும். இவ்வாறு எட்டு நாள் கொடுத்து, ஒன்பதாம் நாளிலிருந்து வில்வ வேர், சிற்றாமுட்டி வேர், பாதிரி வேர், சுரைத்தண்டு வகைக்கு இரு கழஞ்சாகக் கொண்டு, அதில் கொத்து மல்லியும், பச்சைப் பயறும் வகைக்கு இரண்டு பிடியாக எடுத்துக் கூட்டி,

இரண்டு படி நீர் விட்டு, உழக்காகக் காய்த்து வடித்ததில் காலை மாலையுமாகக் கொள்ளும் போது தேன் கூட்டவும். இதனால் அழல் சுரம் நீங்கும்.

❖ சீந்தில், பற்பாடகம், சந்தனம், விலாமிச்சம்வேர், சுக்கு, இருவேலி, சிற்றாமுட்டி, கோரைக் கிழங்கு வகைக்கு இரண்டு கழஞ்சாகத் தட்டி இட்டு, நீர் இரு நாழி விட்டு உழக்காக வற்றக் காய்ச்சி அருந்த, அழல் சுரம் நீங்கும்.

சுக்கு, இருவேலி, விலாமிச்சு, அரசம்பட்டை, கோரைக்கிழங்கு, சிறுகாஞ்சொறி, பங்கம்பாளை (ஆடு தீண்டாப்பாளை), கோட்டம் வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு எடுத்து, நீர் இரண்டு நாழி விட்டு, உழக்காகக் காய்த்து வடித்ததைக் காலை மாலையாக உண்ணின், உடல் ஊனை உருக்கும் அழல் சுரமும், அதில் காணும் கழிச்சலும் விட்டோடும்.

❖ அதிமதுரம், சிற்றாமுட்டி, பேரீந்து, சந்தனம், சுக்கு, இருவேலி, வேம்பீர்க்கு, கடுக்காய், தான்றிக்காய், நெல்லிக்காய், தாமரைக்கிழங்கு, தேவதாரு, திராட்சை, எலுமிச்சம்பூ, பேய்ப்புடல், விலாமிச்சு வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு எடுத்து, நீர் இரண்டு படி கூட்டி, உழக்காகக் காய்ச்சி வடித்துத் தேனும் சர்க்கரையும் சேர்த்து, காலை மாலை குடிக்கச் சுரம் தணியும்.

❖ இலுப்பைப்பூ, வெட்பாலையரிசி, பற்பாடகம், நன்னாரி, செங்கழுநீர்க் கிழங்கு, சுக்கு, திராட்சை, தாமரை வளையம் வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு கொண்டு, அதற்குப் பாதி தாய்ப்பால் கூட்டிக் காலை, மாலையாகக் குடிக்கச் சுரம் போம்.

❖ கடுக்காய், கொத்துமல்லி, சிவதை, சிறுபயறு, சுக்கு, கடுகுரோகணி இவைகளை முறைப்படி கூட்டிக் குடிநீராக்கித் தக்க அளவில் கொள்ள வயிறு கழியும். அதற்குமேல் மறுநாள் கோட்டம், பேய்ப்பீர்க்கு, சிறுகாஞ்சொறி, சந்தனம், நிலவேம்பு, பற்பாடகம், ஆடாதோடை வேர், சிற்றாமுட்டி, திராட்சை, கோரைக்கிழங்கு வகைக்குக் கழஞ்சு கொண்டு நீர் இரண்டு படி விட்டு, உழக்காகக் காய்ச்சி வடித்து, சிறிது சர்க்கரை கூட்டிக் காலை, மாலையாகக் குடிக்கவும்.

வாந்திச் சுரம்

❖ வில்வவேர், சுக்கு, விலாமிச்சு, வெட்டிவேர், சிறுகாஞ்சொறி, இருவேலி வகைக்கு ஒரு கழஞ்சும், நெற்பொரி ஆறு கழஞ்சும் கூட்டி, நீர் ஒரு படி சேர்த்து, எட்டொன்றாகக் காய்ச்சி வடித்த நீரில், தேன் கூட்டிக் கொடுக்கச் சுரம் போம்; வாந்தி நிற்கும்.

அழல்வளிச் சுரம்

❖ சிற்றரத்தை, குரும்பை, மிளகு, சிறுபயறு, கொத்துமல்லி இவைகளைப் பொன் வறுவலாக வறுத்து, நீர் ஒரு படி கூட்டிக் காய்ச்சி வடித்ததில் திப்பிலியும் தேனும் கூட்டி மூன்று நாள் கொடுத்து, கஞ்சி முதலிய சிறு உணவுகளைக் கொடுத்து வரவும்.

❖ உத்தாமணி, குதிரைவாலி, தூதுவளை, கண்டங்கத்திரி, பேய்ப்புடல், பேய்ப்பீர்க்கு, நெரிஞ்சில், வில்வவோடு, சிற்றாமுட்டி, அதிமதுரம், சதகுப்பை, நெல்லி, தான்றி, ஓமம், இலுப்பைப்பூ, மிளகு, முந்திரிப்பழம், பேரீந்து வகைக்குக் கழஞ்சு கொண்டு, இரண்டு படி நீர் விட்டு, நாலில் ஒன்றாகக் காய்ச்சி வடித்து அதில் திப்பிலி, தேன் கூட்டிக் கொடுக்கச் சுரம் போம்.

❖ சுக்கு, கொத்துமல்லி, இரண்டையும் சீலையில் முடிந்து நீரிலிட்டுக் காய்ந்தபின் இறக்கும்போது அதில் ஒரு பிடி நெற்பொரி இட்டுக் கொள்ளவும். இவ்வாறு ஏழு நாட்கள் இதனை சாப்பிட்ட பின் சீந்தில், முப்பலை, வெட்பாலை அரிசி, செங்கழுநீர்க் கிழங்கு வகைக்கு மூன்று கழஞ்சாகக் கொண்டு, நீர் விட்டு எட்டில் ஒன்றாகக் காய்ச்சி வடித்ததில் ஆழாக்கு அளவு காலை, மாலையாகக் கொடுத்துவர சுரம் தீரும்.

❖ முதிர்ந்த வேம்பின் பட்டை, பேய்ப்புடல், சந்தனம், இருவேலி, அதிமதுரம், சீந்தில் தண்டு, மலைவெட்பாலை அரிசி, சுக்கு, நெல்லிக்காய், கடுக்காய், தான்றிக்காய், கடுகுரோகணி, தேவதாரம், கோரைக் கிழங்கு, விலாமிச்சு வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு, நீர் இரு நாழி கூட்டி உழக்காகக் காய்த்து வடித்ததில், ஆழாக்கெடுத்துக் காலை, மாலைகளில் சிறிது தேன் கூட்டிக் கொடுக்கச் சுரம் தணியும்.

- ❖ சுக்கு, கொத்துமல்லி, கோட்டம், வேப்பம் ஈர்க்கு சீந்தில் கொடி, மரமஞ்சள், கறிப்பாலைத் தண்டு, அதிமதுரம், சிறுகாஞ்சொறி, திப்பிலி, திப்பிலிமூலம் இவற்றை வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு எடுத்து, இரு நாழி நீர் விட்டு, எட்டொன்றாகக் காய்த்து வடித்ததில், ஆழாக்களவு உண்ணவும்.

முப்பிணிக்கு

- ❖ நிலவேம்பு, விலாமிச்சு, சாரணைவேர், தும்பைவேர், கண்டங்கத்திரிவேர், சிற்றரத்தை, கள்ளிவேர், கொடிவேலி வகைக்குப் பலம் ஒன்றெடுத்துக் குடிநீராக்கிக் காலை, மாலை சாப்பிடவும்.

ஐயச்சுரம்

- ❖ ஐயச்சுரம் கண்ட நாளே கண்டங்கத்திரி, சுக்கு, வில்வவோடு இவற்றை ஓர் எடையாகக் கொண்டு, இரண்டு படி நீர் விட்டு உழக்காகக் காய்ச்சிய குடிநீரைக் காலை, மாலை கொடுக்கவும்.
- ❖ இக்குடிநீரையே உலையாகக் கொண்டு சோறு வடித்து, அதை நோயினருக்குக் கொடுக்கவும். இவ்வாறாகக் குடிநீரையும், குடிநீரால் வடித்த சோற்றையும் எட்டு நாள் வரையில் கொடுக்க நோய் போம். அதிலும் தீரவில்லை என்றால் இரண்டு நாள் பட்டினி விட்டு மறுநாள் சுக்கு, திப்பிலி, சந்தனம், திராட்சைப்பழம், கடுக்காய், தான்றி, நெல்லி இவற்றை வகைக்கு நான்கு கழஞ்சாகக் கொண்டு, இரண்டு படி நீர் விட்டு, எட்டொன்றாகக் காய்த்து வடித்து, அதில் பெருங்காயமும் தேனும் திப்பிலியும் கூட்டிக் கொடுக்க, நோய் போம்.
- ❖ சீந்தில்தண்டு, பற்பாடகம், சிறுமூலம் (சிறுபஞ்ச மூலம்), சுக்கு, முட்காய், வேளை வேர் ஆகியவற்றை வகைக்கு அரைக் கழஞ்சு கொண்டு, இரண்டு படி நீர் விட்டு எட்டொன்றாகக் காய்த்து வடித்ததில், தேன், திப்பிலி கலந்து கொடுக்கச் சுரம் தீரும்.
- ❖ சுக்கு, கடுக்காய், கடுகுரோகணி, செவ்வியம், மரமஞ்சள், தேத்தான்கொட்டை வகைக்கு இரண்டு கழஞ்சு எடுத்து, நீர் இரண்டு படி விட்டு உழக்காகக் காய்ச்சி வடித்து, தேனும் இந்துப்பும் கூட்டிக் கொடுக்க நோய் குணமாகும்.

❖ நன்னாரி, தூதுவேளை, சிறுகாஞ்சொறி ஆகியவைகளின் வேர், ஆடாதோடை, கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய், சுக்கு இம்பூறல், பங்கம்பாளை வகைக்கு இரு கழஞ்சு, நீர் இரு நாழி கூட்டி எட்டிலொரு கூறாகக் குறுக்கி வடித்து, இந்துப்பும் தேனும் கூட்டிக் கொடுக்க ஐயச்சுரம் தணியும்.

❖ உத்தாமணி, நொச்சி, கண்டங்கத்திரி, வரள்முள்ளி, இஞ்சி, ஆடாதோடை இவற்றைக் கொண்டு பிட்டவியலாக அவித்துப் பிழிந்த சாற்றில் சிறிது திப்பிலிப்பொடி கூட்டி, ஒரு பூபதி மாத்திரையோடு தக்க அளவில் கொடுக்க, ஐயச்சுரம் தீரும்.

ஐயவளிச்சுரம்

❖ சுரம் கண்ட நாளிலே ஐயம் பெருகாதபடி செய்தற்கு நெல்லிக்காய், கடுக்காய், தான்றிக்காய் இவை ஓரெடையாக் கூட்டிக் குடிநீரிட்டுக் காய்த்து வடித்து, வேண்டிய அளவுகொண்டு அதில் சிறிது திப்பிலியைப் பொடித்துக் கூட்டி மூன்று நாள் சாப்பிட்ட பின், தூதுவளை, செம்முள்ளி, சிவனார்வேம்பு வேர், அதிமதுரம், கோட்டம், சிவப்பு சந்தனம், தேற்றான் கொட்டை, கோரைக்கிழங்கு வகைக்கு ஒரு கழஞ்சாகக் கூட்டி இரு நாழி நீர் விட்டு வற்றக் காய்ச்சிச் சீனிகூட்டிக் குடிக்கவும்.

❖ புதிய சந்தனம், அகில், கடுக்காய், நெல்லி, சீந்தில், கண்டங்கத்திரி, பற்பாடகம் வகைக்கு இரண்டு கழஞ்சு கூட்டிக் குடிநீராக்கியதில், கூகை நீறிட்டுக் குடிக்கச் சுரம் தணியும்.

❖ கரிசாலை, சிவனார் வேம்பு, தூதுவளை, வில்வ இலை, பேரிச்சம்பழம், சிவகரந்தை, கோட்டம், சுக்கு, விலாமிச்சு, கொத்துமல்லி, பச்சைத் திப்பிலி, நெல்லிக்காய், தேற்றான் கொட்டை வகைக்குக் கழஞ்சு இரண்டாகக் கூட்டிக் குடிக்க ஐயவளிச் சுரம் போம்.

ஐயவழல்சுரம்

❖ மண்புழு (நாக்குப்பூச்சி), நீர்முள்ளி வேர், நன்னாரி இவற்றை ஓரளவாகக் கொண்டு, அதற்குத் தக்கனவாக நீர் விட்டுக் காய்த்து வடித்து, அந்நீரை உலையாகக் கொண்டு சோறு வடித்து, அதனை மிளகு நீரோடு கலந்து ஏழு போதுக்கு உண்டுவர, ஐயத்தின் தீங்கு

நீங்கும். அதன்பின் பங்கம்பாளை (ஆடுதீண்டாப்பாளை), கொத்துமல்லி, தேற்றான்கொட்டை, சுக்கு, தூதுவளைப்பூ, கத்திரிப்பூ, கைவாசிப்பூ, இலுப்பைப் பூ, மகிழம்பூ, கோட்டம், சீரகம், பிச்சிப்பூ, சடா மாஞ்சில், செண்பகப்பூ, வெள்ளைப்பூண்டு, மதுரம், சன்னிநாயகத்தின் விரை இவைகளை ஒவ்வொரு கழஞ்சாகக் கூட்டி இடித்து, இரண்டு படி நீரிட்டுக் காய்த்து வடித்து அதில் திப்பிலி, இந்துப்பு, கோரோசனை இவற்றை ஓர் அளவாக எடுத்துப் பொடித்ததில் சிறிது கூட்டிக் கொடுக்கச் சுரம், இளைப்பு, ஈளை, சோர்வு, சுவாசம், ஐயவழல் காய்ச்சல் முதலியன யாவும் விரைவில் மாய்ந்துபோகும்.

குளிர்ச்சுரம்

❖ கறிப்பாலைத் தண்டு, குதிரைவாலி (அவ்வையார் கூந்தல்), குமிழ், சுக்கு, அதிவிடயம், சிறுதேக்கு, கோட்டம், பெருங்குரும்பை, நிலவேம்பு, கீழாநெல்லி, விட்டுணு கிராந்தி, கொத்துமல்லி, நெல்லி, அதிமதுரம், மரமஞ்சள் இவற்றை வகைக்கு ஒரு கழஞ்சாகக் கொண்டு, ஒரு படி நீர் விட்டு, எட்டொன்றாகக் காய்த்து வடித்ததில், இந்துப்பு, திப்பிலி, தேன் இவைகள் சிறிது கூட்டிக் காலை, மாலையாகப் பங்கிட்டுக் கொடுக்க, குளிர்ச்சுரம் தீரும்.

❖ அத்திமரத்தின் வேரை வெட்டி, அதன் அடியில் மட்கலத்தை வைக்க நீர் சொட்டும். அந்நீரில் சிறிது கற்கண்டும் பேயன் பழத்தையும் கூட்டிப் பிசைந்து வைத்து, ஒரு நாள் சென்றபின் பிழிந்து எடுத்து வடித்த நீரைக் கொடுத்துவரக் குளிர்ச்சுரம் போம்.

❖ பேய்ப்புடல், பேய்ச் சீந்தில், பற்பாடகம், நிலவேம்பு, நிலாவாரை, வெட்டிவேர், விலாமிச்சு, சந்தனம் இவைகள் வகைக்குப் பலம் ஒன்று, நீர் படி இரண்டு விட்டு, சுண்டக்காய்த்து வற்ற வைத்ததை இரு பங்காக்கி, காலை, மாலைகளில் கொடுக்கவும்.

முறைச்சுரம்

❖ பேராமுட்டியும் சுக்கும் நீர் அளவாகக் கூட்டி முறைப்படி குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க, முறைச்சுரம் நீங்கும்.

❖ வெட்பாலை அரிசி, சீந்தில்தண்டு, பற்பாடகம், கண்டங்கத்திரி, பேய்ப்புடல், சிறுகாஞ்சொறிவேர், கோட்டம், கோரைக்கிழங்கு,

நிலவேம்பு வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு கொண்டு இடித்து, இரண்டு படி நீரிலிட்டு, உழக்காகக் காய்த்து, காலை, மாலைகளில் கொள்ளவும்.

- ❖ பெரிய ஆவாரை வேர், புன்னைவேர், பெருங்குமிழ், நெரிஞ்சில், வில்வவேர், பேராமல்லி, சிற்றாமல்லிவேர், கண்டங்கத்திரி, பாதிரிப்பட்டை, வழுதலை வேர், கோட்டம், மிளகு, உள்ளி, சுக்கு, திப்பிலி இவைகளை ஒரே அளவாகக் கூட்டி முறைப்படி நீர் விட்டு எட்டொன்றாகக் காய்த்துக் குளிரவைத்து, தேன் கூட்டிக் குடிக்க உடலைப் பற்றிய வெப்ப நோய்கள் விலகி நலமுண்டாகும்.

கற்க வகைகள்

- ❖ எருக்கம் கொழுந்து, வெள்ளைப் பூண்டு, பச்சை வசம்பு, மிளகு, சுக்கு, பச்சை முருங்கைப்பூ இவைகளை ஓரெடையாக எடுத்து அரைத்து புன்னைக்காய் அளவு உருட்டி உண்டு வெந்நீர் பருகவும்.
- ❖ குப்பைமேனி வேர் அரை பலம், வெள்ளுள்ளி ஐந்து பலம், மிளகு ஒன்றரை பலம் ஆக இவற்றை எடுத்து மைபோல் அரைத்து புன்னைக்காய் அளவு காலை, மாலை சாப்பிட்டு வெந்நீர் கொள்ளவும்.

சுரத்திற்குப் பற்று

- ❖ இளநீரை வயிறு நிறைய குடிக்கும்படி கொடுத்து வாந்தியை உண்டாக்கிய பின், சந்தனத்தைப் பன்னீர் விட்டரைத்து, உடம்பு முழுமையும் பூசிப் போர்த்து வைத்தால் உடல் எரிதல், நீர்வேட்கை, மிகுதியாகக் காயும் சுரம் இவைகள் போம்.இப்பரிகாரத்தால் முப்பிணியும் தொடரவொட்டாமல் தடுக்கப்படும்.

பெரு மருந்துகள்

இவ்வாறாகக் கூறிய குடிநீர், கற்கம், பற்று முதலிய மருத்துவங்களால் நோய் நீங்காவிடில் பெரு மருந்துகளாகிய மாத்திரை, பற்பம், செந்தூரம், சுண்ணம் முதலிய மருந்துகொண்டு அவைக்கான துணை மருந்துகளைக் கூட்டிக் கொடுத்தல் வேண்டும்.

கழிச்சலை உண்டாக்க

சஞ்சீவி மாத்திரை, அட்ட பயிரவ மாத்திரை, தாழம்பூ மாத்திரை, கோடாசூரி மாத்திரை, இலவங்காதி மாத்திரை, அகத்தியர் குழம்பு போன்றவைகளில் குற்றத்திற்குத் தகுந்தாற்போல் ஒன்றினை, நோய் வன்மைக்கும், நோயாளியின் உடல் வன்மைக்கும் தகுந்தவாறு அளவிட்டுத் தக்க துணை மருந்தோடு கொடுக்கலாம்.

உள்ளுக்கான மருந்து

சுர நோய்களுக்கான உள் மருந்துகளாக மாத்திரை, பற்பம், செந்தூரம், கருப்பு என்னும் வகைகளில், நோயின் தன்மைக்கும் நோயினரது உடலின் வன்மைக்கும் ஏற்றவாறு ஏதேனும் ஒன்றைத் தக்க அனுபானத்துடன் பயன்படத்தலாம் என்று சித்த மருத்துவ நூல்கள் பரிந்துரைக்கின்றன.

வளிச் சுரத்திற்கு

மாத்திரை

- வசந்தகுசுமாகர மாத்திரை ஒன்றைத் தேனில் இழைத்துக் கொடுத்து, நொச்சிக் குடிநீர் பருகச் செய்யவும்.
- பிரமானந்த பயிரவம் ஒன்றும் இஞ்சிச் சாறும் கூட்டிக் கொடுக்கலாம்.
- விட்ணு சக்கர மாத்திரையை இஞ்சியும் தேனும் கூட்டியும்
- வாதராக்கதன் மாத்திரையோடு தேன் கூட்டியும்
- எமதண்ட மாத்திரையோடு தாய்ப்பால் கூட்டியும் கொடுக்கலாம்.

இவைகளுடன் முற்கூறிய குடிநீர்களில் ஒன்றினை நோய்க்குத் தக்கவாறு கொடுத்தல் நலம்.

பற்பம்

- செம்பு பற்பத்தைக் கற்றாழைச் சாற்றிலும்
- வெண்ணெய்ப் பற்பத்தை இளநீரிலும்
- அயநாகப் பற்பத்தைத் தேனிலும்
- இலிங்கப் பற்பத்தைக் குறுவால் இலைச்சாற்றிலும்
- கந்தகப் பற்பத்தை மிளகுத் தைலத்திலும்

- ❖ வெள்ளிப் பற்பத்தினைத் திப்பிலி இரசத்திலும்
- ❖ அப்பிரகப்பற்பத்தைப் பசுவின் நெய்யிலும்
- ❖ கிளிஞ்சல் பற்பத்தைப் பசுவின் தயிரிலும்
- ❖ சங்கு பற்பத்தைப் பசுவின் வெண்ணெயிலும்
- ❖ பொன் பற்பத்தைச் சருக்கரையிலும்
- ❖ பவழப் பற்பத்தோடு பசு வெண்ணெய் கூட்டியும்
- ❖ தாளகப் பற்பத்தில் காடிநீர் கூட்டியும்
- ❖ பெருங்கோட்டான் இறகு பற்பத்தில் வெண்ணெயும்
- ❖ ஆள் காட்டிக் குருவி இறகின் பற்பத்தில் தாய்ப்பாலும் கூட்டிக் கொடுக்கவும்.

செந்தூரம்

- ❖ கந்தகச் செந்தூரத்தைக் குளிர்ந்த நீரிலும்
- ❖ தாளகச் செந்தூரத்தை மிளகு இரசத்திலும்
- ❖ முத்துச் செந்தூரத்தைப் பசுவின் வெண்ணெயிலும்
- ❖ வெள்ளி செந்தூரத்தைப் பசு நெய்யிலும்
- ❖ பலகரை செந்தூரத்தைத் தும்பைச் சாற்றிலும்
- ❖ வெள்ளீயச் செந்தூரத்தைச் சருக்கரையிலும் கொடுக்கலாம்.

அழல் சுரத்திற்கு

மாத்திரை

- ❖ வசந்தகுசுமாகர மாத்திரையைத் தேனிலும்
- ❖ சாந்த சந்திரோதய மாத்திரையைப் பற்பாடகச் சாற்றிலும் கொடுக்கவும்.

பற்பம்

- ❖ அப்பிரகப் பற்பத்தைப் பசுவின் தயிரிலும்
- ❖ காரீயப் பற்பத்தைத் தேனிலும்

- ❖ அயப் பற்பத்தைக் கள்ளிலும்
- ❖ கிளிஞ்சற் பற்பத்தை எருமைத் தயிரிலும்
- ❖ செம்பு பற்பத்தைத் தேனிலும்
- ❖ தாளகப் பற்பத்தைச் செம்பருத்தியிலைச் சாற்றிலும்
- ❖ வெண்ணெய்ப் பற்பத்தைக் கள்ளிலும்
- ❖ காடை இறகு பற்பத்தை வெண்ணெயிலும்
- ❖ இலிங்கப் பற்பத்தைக் கல்லாலிலைச் சாற்றிலும்
- ❖ பொன் பற்பத்தைச் சருக்கரையிலும்
- ❖ வெள்ளீயப் பற்பத்தைத் தேனிலும்
- ❖ பலகரை பற்பத்தைத் தேனிலும்
- ❖ பெண் புள்ளிமான் கொம்பு பற்பத்தைத் தாய்ப்பாலிலும்
- ❖ முத்துப் பற்பத்தை வெண்ணெயிலும்
- ❖ வெள்ளிப் பற்பத்தைத் திப்பிலிச் சாற்றிலும் கொடுக்கலாம்.

செந்தூரம்

- ❖ காந்தச் செந்தூரத்தைக் கள்ளிலும்
- ❖ பலகரை செந்தூரத்தைப் பசுப் பாலிலும்
- ❖ ஈயச் செந்தூரத்தைத் தேனிலும்
- ❖ வெள்ளிச் செந்தூரத்தை நெய்யிலும்
- ❖ இலிங்கச் செந்தூரத்தை ஏலரிசிப் பொடியோடு தாய்ப்பாலிலும் கொடுக்கலாம்.

ஐயச் சுரத்திற்கு

மாத்திரை

- ❖ எமதண்டக் குளிகையைக் கற்பூரவல்லிச் சாற்றிலும்
- ❖ வசந்தகுசுமாகர மாத்திரையை வெள்ளாட்டுப் பாலிலும்
- ❖ பிரமானந்த பைரவ மாத்திரையை இலைக்கள்ளியை வதக்கிப் பிழிந்த சாற்றிலும் கொடுக்கவும்.

பற்பம்

- காந்தப் பற்பத்தை வெள்ளைப் பூண்டு தைலத்திலும்
- இலிங்கப் பற்பத்தைப் பசுவின் தயிரிலும்
- கிளிஞ்சல் பற்பத்தை ஆட்டுத் தயிரிலும்
- சங்கு பற்பத்தைக் கடப்பஞ் சாற்றிலும்
- சிறு கோட்டான் இறகு பற்பத்தைத் தேனிலும்
- பொன் பற்பத்தைச் சருக்கரையிலும்
- தாளகப் பற்பத்தைத் திருநீற்றுப்பச்சை இலைச் சாற்றிலும்
- செம்பு பற்பத்தைச் சருக்கரையிலும்
- பவழப் பற்பத்தைப் பசுவின் பாலிலும்
- வெள்ளீயப் பற்பத்தைத் துளசிச் சாற்றிலும்
- வெண்ணெய் பற்பத்தைச் சீந்திலிலைச் சாற்றிலும் கொடுக்கலாம்.
- மார்பில் கோழை மிகுதியாகக் கட்டிக் கொண்டு இருந்தால் உளுந்து எடை அளவு தாளகப் பற்பத்தை இலைக்கள்ளிச் சாற்றில் அனுபானம் செய்து கொடுப்பது நல்ல பலனைத் தரும்.

செந்தூரம்

- காந்தச் செந்தூரத்தைச் சீந்தில் இலைச்சாற்றிலும்
- பலகரை செந்தூரத்தைப் பசுவின் மோரிலும்
- வங்கச் செந்தூரத்தைக் கற்கண்டுடனும்
- வெள்ளி செந்தூரத்தைப் பசுவின் நெய்யிலும்
- வீரச் செந்தூரத்தை எள் அளவு தாய்ப்பாலிலும்
- இரசச் சுண்ணத்தை அரிசி எடை தும்பைப்பூச் சாற்றிலும் கொடுக்கலாம்.

கருப்பு

- கத்தூரிக் கருப்பைத் தும்பைச் சாற்றிலும்
- கோரோசனைக் கருப்பைக் கொத்துமல்லிக் குடிநீரிலும் கொடுக்கலாம்.

5

சுவையின்மை நோய்

முன்னுரை

சுவையின்மை நோயானது சுவை கேடு, உருசியின்மை, அரோசகம் என்ற பெயர்களாலும் அழைக்கப்படுகின்றது.

இது உடலைப் பற்றி வருவதோடல்லாமல் மனத்தின் கேட்டாலும் எழும் நோயாகும். இது உண்ணக்கூடிய பொருட்களின் சுவையை அறிந்து கொள்ள முடியாமை, உண்ணக்கூடிய பொருட்களின் மீது விருப்பமின்மை என்னும் இயல்பினை உடைய நோயாகும்.

உடலைப் பற்றி வரும் சுவையின்மை நோய் வளி (வாதம்), அழல் (பித்தம்), ஐயத் (கபம்) தாதுக்களின் பாதிப்பினால் ஏற்படுவதாகும். மனத்தைப் பற்றி வரும் சுவையின்மை நோய் மனக்கலக்கம், பீதி, மிகுந்த மனமகிழ்ச்சி ஆகிய மனத்தின் வேறுபாட்டால் ஏற்படுவதாகும்.

குறிகுணம்

இந்நோயில் வாய்நீர் ஊறல், அந்நீர்ச் சுவையின்றி இருத்தல் போலத் தோன்றுதல், உண் பொருள் எதைக் கண்டாலும் அதன் மீது வெறுப்பு போன்ற குறிகுணங்கள் தோன்றும்.

நோய் வகை

இந்நோய் உயிர்த்தாதுக்களின் அளவாக நான்கு பிரிவாகவும், மனவேற்றுமையால் வருவது ஒன்று எனவும் ஐந்து வகையாகப் பிரிக்கப்படுகிறது.

1. வளிச் சுவையின்மை

வளித் தாதுவினால் வரக்கூடிய சுவையின்மை நோயில் வாய் எப்பொழுதும் துவர்ப்பாகத் தோன்றுவதுடன், உண்ணும் எப்பொருளும் துவர்ப்பாகவே இருக்கும். மேலும் பல் கூச்சம், ஓக்காளித்தல் முதலிய குறிகுணங்களும் காணும்.

2. அழல் சுவையின்மை

அழல் தாதுவினால் ஏற்படும் சுவையின்மை நோயில் வாய் கைத்தல் அல்லது புளித்துக் காணுதல், உண்ணும் பொருட்களும் இச்சுவையுடனே காணப்படுதல், வாய் குமட்டிக் குமட்டி ஓக்காளித்தல் என்னும் குறிகுணங்களுடன் காணும்.

3. ஐயச் சுவையின்மை

ஐயச் சுவையின்மை நோயினர் வாய் புலால் மணத்தோடு, கோழை கூடி, ஒருவித வெறுப்பு தோன்றுவதுடன், கோழையும் வாய்நீரும் இனிப்புச் சுவையுடன் காணும். அடிக்கடி ஓக்காளமும் காணும்.

4. முத்தாதுச் சுவையின்மை

மூன்று தாதுக்களும் கேடு அடைந்து உண்டாகும் முத்தாதுச் சுவையின்மை நோயில் முன் சொன்ன குறிகுணங்கள் அனைத்தும் ஒருங்கு சேர்ந்து காணும். ஓக்காளம் மிகவும் அதிகமாகத் தோன்றும்.

5. மனச் சுவையின்மை

ஐந்தாவதாகக் கூறப்படும் மனச் சுவையின்மை மனக் கலக்கம், துயரம், சினம், பீதி, இவைகளால் மனநிலை மாறி, எப்பொழுதும் வாய்நீர் ஊறல், உண்ணும் உணவில் வெறுப்பு, ஒருவகைச் சுவையும் காணாமை ஆகிய குறிகளுடன் காணும்.

மருத்துவம்

உயிர்த்தாதுக்களின் பாதிப்பால் ஏற்படும் சுவையின்மை நோய் தக்க மருத்துவத்தில் தீர்க்கப்படக் கூடியவையாகும். மனச் சுவையின்மை, மனத்தளவே ஏற்பட்ட பாதிப்பு நீக்கப்பட்ட உடனே நீங்கும் தன்மையதாகும்.

சுவையின்மை நோய்க்கு மருத்துவம் செய்ய முனையும் முன்னர், எந்த உயிர்த்தாதுவினால் இந்நோய் ஏற்பட்டது என்பதை அறிந்து அதற்கேற்றாற் போல்

மருத்துவம் செய்ய வேண்டியது அவசியம். பொதுவாக அழல் தாது பாதிக்கப்பட்டு இந்நோய் தோன்றும் போது, அழல்தாது பாதிக்கப்படுவதுடன் மேல்நோக்குக்காலும் (உதானன்) பாதிக்கப்படுவதால் வாய்நீர் ஊறல், ஓக்காளம் போன்ற குறிகுணங்கள் ஏற்படும். எனவே அழல் தாதுவைத் தன்னிலைப்படுத்துவதும், பாதிக்கப்பட்ட கால்களைத் (வாயுக்களை) தன்னிலைப் படுத்துவதுமான மருத்துவங்களைச் செய்வதுடன், மனச் சுவையின்மை நோயில் மனக் கவலைகளை மாற்றுவதற்கான வழிகளைத் தேடுதலும் வேண்டும்.

- ❖ பாதிக்கப்பட்ட உயிர்த்தாதுக்களைத் தன்னிலைப் படுத்த பற்பாடகம், சீந்தில், ரோசாமொக்கு, கொட்டை முந்திரி, நிலாவாரை ஆகியவற்றைச் சம பாகம் எடுத்து முறைப்படி குடிநீர் செய்து கொடுக்க வேண்டும். இதனால் இரண்டு மூன்று முறை பேதியாகி, அதனால் உயிர்த்தாதுக்கள் தன்னிலைக்கு வரும்.
- ❖ அதன்பின் நோய்க்கான மருந்துகளான மாதுளை மணப்பாகு, நவரசத் துவையல், பாவனக் கடுக்காய், பிரண்டைச் சூரணம், தாளிசாதி வடகம் போன்றவைகளில் ஏதேனும் ஒன்றைத் தக்க அளவில் வழங்க வேண்டும்.
- ❖ சீரகச் சூரணம், சுக்குச் சூரணம், இஞ்சி இலேகியம், கேசரி இலேகியம் போன்றவற்றையும் இந்நோய்கு வழங்கலாம்.
- ❖ மூன்று உயிர்த்தாதுக்களும் சேர்ந்து பாதிக்கப்பட்ட நோயில் அவற்றை சமனப்படுத்தும் பைரவ மாத்திரைகள், கட்டு மாத்திரைகள் போன்ற பெருமருந்துகளைக் கொடுத்து, அத்துடன் முன்னால் சொன்ன நேர் மருந்துகளையும் வழங்கலாம்.
- ❖ மனக் கலக்கத்தால் ஏற்பட்ட சுவையின்மை நோய்க்கு, மனக் கலக்கம் எதனால் ஏற்பட்டது. என்பதை அறிந்து, அதைச் சரிப்படுத்துவதற்கான மாற்று வழிகளைக் கையாள வேண்டும்.

சாவுக் குறி அறிதல்

சுவையைக் கொண்டு சாதல் குறி அறிதல் தொடர்பாகச் சித்த மருத்துவ நோய் நாடல் பகுதி சில முக்கிய செய்திகளைத் தெரிவிக்கிறது. நோயாளி ஒருவர் எந்த நோயிலாவது நோய் முற்றிய நிலையில் இருக்கும்பொழுது, அவருடைய நாவின் சுவையில் மாறுபாடுகள் ஏற்பட்டால், அவை சாதல் குறியின் அறிகுறி எனக் கூறப்படுகிறது. அவை பின்வருமாறு:

- ❖ கசப்பான பொருட்கள் கைக்காமல், ஏனைய சுவையுள்ள பொருட்கள் கைத்தால் ஒரு வாரத்திலும்,
- ❖ இனிப்பான பொருட்கள் இனிக்காமல், மற்றச் சுவையுள்ள பொருட்கள் இனித்தால் ஒரு மாதத்திலும்,
- ❖ புளிப்புச் சுவையுள்ள பொருட்கள் புளிக்காமல், மற்றச் சுவையுள்ள பொருட்கள் புளித்தால் 15 நாட்களிலும்,
- ❖ காரமான பொருட்கள் காரமாய் இல்லாமல், ஏனைய பொருட்கள் காரமாக இருந்தால் அரை நாளிலும்,
- ❖ உப்புக் கரிக்கும் பொருட்கள் உப்புக் கரிக்காமல், ஏனைய பொருட்கள் உப்புக் கரித்தால் ஒரு நாளிலும்,
- ❖ துவர்ப்புள்ள பொருட்கள் துவர்க்காமல், ஏனைய பொருட்கள் துவர்த்தால் ஒரு நாழிகையிலும்

இறப்பார்கள் எனத் தேரையர் யமக வெண்பா நூலில் கூறப்பட்டுள்ளது.

சுவையின்மையால் நோய் அறிதல்

வாய்நீர் அல்லது எச்சிலின் தன்மையைக் கொண்டு பல நோய்களைக் கணிக்க முடியும் என்பதையும் சித்த மருத்துவ நோய் நாடல் முறை விளக்குகிறது. அது அட்டவணை ஒன்றில் விளக்கப்படுகிறது.

வாய்நீரின் தன்மை எவ்வாறு இருப்பது நலம் பயக்கும், எவ்வாறு இருக்கக் கூடாது என்பதையும் தேரையர் யமக வெண்பா வரிசைப்படுத்தியுள்ளது. அது அட்டவணை இரண்டில் காட்டப்பட்டுள்ளது.

அட்டவணை-1

எண்	வாய்நீரன் தன்மை	நோய்
1.	கள் போன்று இருத்தல்	வளிச் (வாத) சுரம்
2.	நெய் போல் இருத்தல்	அழல் (பித்த) சுரம்
3.	எண்ணெய் போல் இருத்தல்	ஐயச் (கப) சுரம்
4.	வாய்நீர் வித்தியாசமான சுவையில் இருத்தல்	கால்கை (காக்கை) வலிப்பு

5.	வாய்நீர் தண்ணீர் போல் இருத்தல்	வளிச் சன்னி
6.	வாய்நீர் குழம்பு போல் ஆதல்	அழல் சன்னி
7.	வாய்நீர் மெழுகு பதம் போல் ஆதல்	ஐயச் சன்னி
8.	எச்சிலை உமிழும் பொழுது ஆட்டு வாயில் இருந்து ஒழுகும் உமிழ்நீர் போல் ஆனால்	வளிச் சன்னி
9.	எச்சிலை உமிழும் பொழுது மானைப் போல் பாய்ந்தால்	அழல் மாரகச் சன்னி
10.	எச்சில் உமிழும் பொழுது முள்ளம் பன்றி போல் ஆனால்	ஐயச் சன்னி மூர்ச்சை
11.	வாய் நீர் மயிலிறகு வர்ணம் ஆனால்	வளி மூலம்
12.	கிளியிறகு வர்ணத்தில் வாய்நீர் இருந்தால்	அழல் மூலம்
13.	வாய்நீர் கொக்கின் நிறம் ஆனால்	ஐய மூலம்
14.	எச்சில் உமிழும் பொழுது கீழே குறுக்கிட்டு விழுந்தால்	சயரோகம்
15.	நீண்டு கிடந்தாற் போல் இருந்தால்	அரோசகம்
16.	உருண்டையாக விழுந்தால்	உருத்திரவாயு ரோகம்

அட்டவணை - 2

எண்	வாய்நீரின் தன்மை	நிலை
1.	இளநீர் போன்று இருத்தல்	உத்தமத்தில் உத்தமம்
2.	பாலைப் போல் வெண்மையாகவும் சற்றுக் குழம்பாகவும் இருத்தல்	உத்தம மத்திமம்

3.	வெண்ணெய் போல் அழுந்தி வெண்மையாய் இருத்தல்	மத்திம உத்தமம்
4.	தயிரைப் போல வெண்மையும் சற்று அழுந்தியும் நீர் கலந்தும் இருத்தல்	மத்திம மத்திமம்
5.	குதிரை வாயில் இருந்து ஒழுகும் நுரையைப் போன்று இருத்தல்	அதம உத்தமம்
6.	களியைப் போன்று கடினமாய் இருத்தல்	அதம மத்திமம்
7.	ஓட்டில் சுடப்பட்ட அடையின் கடினத்தை ஒத்து இருத்தல்	அதமாதமம்
8.	மாவைப் போல் வறட்சியாய் இருத்தல்	அதமாதமத்திலும் அதமம்

6

வாய் நோய்

முன்னுரை

சித்த மருத்துவ முறைகளில் வாய் நோய் என்ற பிரிவில் 11 வகை நோய்களும், நாக்கு நோய் என்ற பிரிவில் 7 வகை நோய்களும் கூறப்பட்டுள்ளன. இவற்றுடன் குழந்தைகளுக்கு வரக்கூடிய அக்கரம் என்ற 7 வகை நோய்களும், மேலும் நாமுள், நாநாற்றம் என வேறு இருவகை நோய்களும் கூறப்பட்டுள்ளன.

உதட்டு நோய்

வாய்நோய் வகையில் உதட்டில் வரும் நோய்களாக வளி, அழல், ஐயம், முக்குற்றக் கலப்பு, சதை, நீர், மினுமினுப்பு, குருதி, குட்டம், வெடிப்பு, அடிபட்ட வீக்கம் என்ற பிரிவுகளாகக் கூறப்பட்டுள்ளன.

இவ்வுதட்டு நோய்களுக்கான மருத்துவமாக ஈருள்ளி எண்ணெய் பயன்படுகிறது. இது வெங்காயச் சாறு, நொச்சிச்சாறு, கர்ப்பூரவள்ளிச் சாறு, எள்நெய் இவைகளுடன் வேப்பம்பட்டை, சீரகம், கருஞ்சீரகம், குக்கில், கீழாநெல்லி இவைகளைக் கற்கமாகச் சேர்த்துத் தைலமாகக் காய்ச்சிச் செய்யப்படுகிறது. இது சதை உதடு, நீர் உதடு நோய்களுக்குப் பயன்படும்.

உதட்டுப் புண்ணுக்குத் துத்தம் 2 பங்கு, வேப்பம் பிசின் 1 பங்கு இரண்டையும் பழச்சாற்றால் அரைத்து ஆமணக்கு நெய்யில் கலந்து உதட்டில் பூச்சாகப் பூசலாம்.

உதட்டின் எரிச்சலுக்கு வெண்ணெயையேனும், குக்கில் வெண்ணெயையேனும், பசலைக் கீரையை அரைத்து வெண்ணெயுடன் கலந்தேனும் பூச, எரிச்சல் தணியும்.

சுட்ட உதட்டுக்குக் கடுக்காய்க் குடிநீருடன், இருவேலி, சதகுப்பை, கோட்டம் இவைகளையும் சேர்த்துக் குழம்பு செய்து பூசலாம்.

நாக்கு நோய்

நாக்கில் வரக்கூடிய நோய்கள் நாக்கரணை, நாக்குப்புற்று, நாக்குப் பிளவை, நாக்குக் கிரந்தி, நாக்குப்புண், நாக்குச் சிலந்தி, உள்நாக்கு என்பவையாகும். இந்நோய்கள் ஆண்களுக்கு நாக்கின் வலப்புறத்திலும், பெண்களுக்கு இடப்புறத்திலும் தோன்றில் தீர்வது அரிதாகும்.

நாக்கரணை, நாக்குப்புற்று, நாக்குப் பிளவை ஆகிய நோய்களில் நாக்கின் கீழ் சோறு போல் வெளுத்த நிறத்தோடு குருக்கள் தோன்றும். இது தோன்றின பின் காதில் குத்தல் ஏற்பட்டுத் தலைவலி உண்டாகும். வாயில் நீர் ஊறி வடியும். ஓக்காளம் உண்டாகும். பிடரி திமிர்க்கும். உடல் வியர்வை கொள்ளும். முக்குற்றங்களில் ஐயக் குற்றம் மிகுந்து காணும். ஐயம் மிகாமலும் வியர்வை, ஓக்காளம் இல்லாமலும் இருப்பின் நோய் விரைவில் ஆறும். ஐயத்தின் குறிகுணங்கள் மிகுதிப்பட்டிருப்பின் நோய் தீராது. மிக்க நாள் செல்லும். நாவின் ஒரு புறத்தில் தடித்து, சுண்ணாம்புப் பட்டு வெந்தது போல் புண்ணாகிப் பிறகு குமிழம்பழம் போல் உருண்டு புண்ணாகும். நாத்திமிர்த்து நாடி விறைக்கும். மிடறு வறளும். பேசும்பொழுது நாக்கு தடுக்கும்.

நாக்கரணை, புற்று, பிளவை, கிரந்தி, புண் இவற்றுக்குச் சுட்டிகை (சூடு இடும்) முறைகள் கூறப்பட்டுள்ளன. பொன்னால் செய்யப்பட்ட ஆழி சூட்டுக் கருவி, பொட்டு சூட்டுக் கருவி இவற்றால் சுட்டிகை செய்ய வேண்டும்.

வத்திராஞ்சனப் புகை, அட்டசூதப் பற்பம் முதலிய மருத்துவ முறைகளும் இந்நோய்களுக்குப் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

அக்கரம்

குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் அக்கரம் எனப்படும் வாய்ப்புண் நோயானது மூலத்தில் கிளம்பும் ஆவியின் சூடானது நாவில் ஏறி, அந்நாவுக்கு வேக்காட்டை உண்டாக்கி, மாவைப் போல் நீறுபூத்து அதனால் குழந்தைகளுக்குப் பல துன்பங்களை நிலைக்கச் செய்யும். உண்ணும் பால் முதலியவற்றை உண்ண ஒட்டாமல் அதில் வெறுப்பை விளைவிக்கும் எனப் பாலவாகடம் என்னும் நூல் குறிப்பிடுகிறது.

குறிகுணம்

இந்நோயில் பொதுவான குறிகுணங்களாகத் தலையில் வலித்தல், நாடிநடை மிகவும் துடித்து நடத்தல், குலைவேக்காடு, நாவேக்காடு, குளிர்தல், வாயிலிருந்து சொள்ளு வடிதல், நா வெளுத்தல், நாநீர் குழம்பல், கண்டத்தின் உட்பக்கம் வேதல், மிளகின் காரத்தையும் தாங்கமுடியாமை போன்றன காணப்படும்.

அக்கர வகை

சிறப்புக் குறிகுணங்களாக ஒவ்வொரு வகை அக்கரத்திலும் பல்வேறு குறிகுணங்கள் கூறப்பட்டுள்ளன. அவற்றைப் பிரித்தறியும் பாங்கினைச் சரியாக அறிவது அவசியமாகிறது.

1. சூலியக்கரம் என்பது நாவில் உண்டானால் அந்த நாவானது வெந்து மாப்போல் வெளுத்து அடையாகப் பற்றுதல், சூலி என்னும் பேருக்கு ஒப்பாகச் சூலத்தால் குத்துதல் போலக் குத்துதல், அந்நாவில் வழுவழுப்பான வெண்மையான நீர் சுரத்தல், வெள்ளாவி வைக்கும்போது வீசும் உவர்மண்ணின் நாற்றம் போன்ற நாற்றம் நாவிலிருந்து வெளியே வீசுதல், வாந்தியாதல், வெள்ளோக்காளம், நீர்வேட்கை, கால்கள், கைகள், உடம்பு இவைகளில் எல்லாம் கருமை நிறம் உண்டாதல், தலைநோதல், கொடிய சுரம் காய்தல், இடுப்புக் கறுத்தல் என்பவைகள் உண்டாகும்.

2. நீதியக்கரம் என்பது அடுத்த வகை. இந்நோயில் நீதி என்னும் பெயருக்கேற்ப நாவானது மிகுதல் குறைதல் இல்லாமல் நடுத்தரமாய் உட்பக்கம் வேக்காட்டால் சிவந்து, அதன் மேல் வெண்மையான மாவைப் போல் ஒரு பொருள் படர்தல், அம்மாவும் ஈரப்பசை இல்லாமல் உலர்தல், வாய் வறளல், வாய் கைத்தல், நெஞ்சு எரிதல், குளிர்தல், தலைவலித்தல், மிகுசுரம் வீசல் ஆகிய குறிகுணங்கள் காணும்.

3. சோதியக்கரம் என்பது நாவில் உண்டானால் நாக்கு வேக்காடு அடைதல், அதைத் தொடர்ந்து நாவின் நிறமானது பல்லின் அழுக்கு நிறம் போன்று இருத்தல், வாத, பித்த, கப நாடிகள் உடலில் இருக்கும் நோயின் துன்பத்தால் துடிதுடித்த நாடியாக நடத்தல், தலை இடி இடிப்பது போல் இடித்தல், தலை வலித்தல், கால், கணுக்கால் மற்றும் மூட்டுகள் யாவும் துளைத்தலால் உண்டாவது

போல் நோதல், சுரம் காய்தல், வயிறு கழிதல், வாந்தியாதல், வயிற்றில் எரிதல் என்னும் குறிகுணங்களை உடையதாக இருக்கும்.

4. வீமியக்கரம் என்னும் நோயில் நாக்குத் தடித்தல், தாழைக் குருத்தை மென்றால் உண்டாகும் செந்நிறம் போல் நா சிவத்தல், வாய் வேக்காடு அடைதல் உடல் கருமை நிறம் அடைதல், மிக்க நீர் வேட்கை, நெஞ்சு அடைப்பு, ஈரல் வெந்து நோதல், மிகக் குளிர்தல், தலை மிகுதியும் நோதல் ஆகிய குறிகுணங்கள் காணும்.

5. குண்டியக்கரம் என்னும் நோயில் ஈரல் வெந்து, அதனால் நாக்கும் வெந்து மிகவும் சிவப்படைதல், வாய் கூசுதல், இருமல், வயிறு கழிதல், உடல் மிகக் கடுத்தல், நெஞ்சு கரித்து ஓக்காளித்தல், விலாவின் ஒரு பக்கம் நோதல், நீர்வேட்கை ஆகிய குறிகுணங்கள் காணும். இதே நோயில் சில குழந்தைகளுக்கு இடுப்புக்கு மேல் சுரமடித்தல், உடம்பு மீன் உடம்பு போன்று வெள்ளை நிறம் ஆதல், சிறு நீர் மஞ்சள் நிறமாய் இறங்குதல், எச்சவாய் திடீரென்று சுறுக்கெனக் குத்தல், உடம்பு இளைத்தல், உடம்பு கடுத்தல், மழலைச் சொல்லானது பேச முடியாதபடி குரல் கடுத்தல் என்னும் இக்குறி குணங்களையும் கொண்டு காணும்.

6. கபாலியக்கரம் என்னும் நோயில் குடல், ஈரல் இவ்விடங்கள் வெந்து நோதல், தொண்டையில் காடிச்சோறு பொங்குவது போல் பொங்குதல், அபாயகரமாக நா வேதல், பிறகு ஐந்தாம் நாளில் அவ்வேக்காட்டில் வெடித்தல், அவ்வெடிப்பிலிருந்து இரத்தம் வடிதல், தலை நோதல், உடல் வலித்தல், உடல் பளுவாய்த் தோன்றல், விடாச் சுரம் அடித்தல், நெஞ்சு நோதல், வயிறு நொந்து இளைத்து பேதி ஆதல் என்னும் இக்குறிகுணங்கள் காணும்.

7. குமரியக்கரம் என்னும் நோயில் எந்தப் பொருளை உண்ணக் கொடுத்தாலும் அதை உண்ண முடியாமல் நாக்குக் கூசுதல், நா தடித்தல், உடம்பின் சதையில் நோதல், அதனால் துன்பம் மிகுதல், இரண்டு கண்களும் நோதல், சுரம் அடித்தல், வாய் கைத்தல், வேகமாய் அடிக்கடி வாந்தி எடுத்தல், உள்நாக்கு வளர்தல், பல் மஞ்சள் நிறம் ஆதல், தலையில் இருந்து மூக்கின் வழியாக மூன்று நாள் வரைக்கும் இரத்தம் வடிதல் என்னும் இவை தோன்றும்.

8. உள் அக்கரம் என்பது உந்தியின் உட்பக்கம் வெந்து புண்ணாகி அதினின்றும் ஆவி தோன்றல், அந்த ஆவி மேலுக்குக் கிளம்புவதால் அது தலையில் முட்டி நீராகி, அந்நீர் மூக்கின் வழியாக ஒழுகுதல், அந்நீர் முகம் முதலிய மேல் நோக்கு உறுப்புகளில் கோத்துக் கொள்வதனால் குருதி கெட்டு,

அம்முகம் முதலியவற்றின் செந்நிறம் நீங்கி வெளுத்தல், நாக்கு வெளுத்தல், அதில் வெண்ணீறு பூத்தல், தூக்கம் உண்டாதல், சுரம் அடித்தல், திடீரென்று தண்ணீர் தாகம் உண்டாதல் ஆகிய குறிகுணங்களை உடையதாகும்.

நாமுள்

நாமுள் என்னும் நோயானது குழந்தைகள் பிறக்கும்பொழுதே தொடர்கின்ற தோடத்தினாலும் (மாசு), தாயின் பசியினால் உண்டாகும் உடல் வருத்தத்தினாலும் குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும். இந்த நோயானது மிக்க வன்மையானது. நோயால் இருமல், மேல் மூச்சு, இரண்டு கண்களிலும் நீர் சொரிதல், தலைவலி, சுரம், கனவு போல் மயங்கிப் பொறிகள் கலங்கி அதனால் பால் பிடித்து உண்ணாமை, இரண்டு விலாக்களும் அள் எடுத்தல், வாயிலுள்ள மற்ற இடங்களிலும் நாவிலும் தொண்டையிலும் முள் உண்டாதல், அது சொரசொர என்று வலியாய் இருத்தல், தலைநடுக்கல், வாய்பேச வொட்டாமை, தொண்டையில் கபம் மிகுதல், இரண்டு கண்களும் திறந்து கொண்டே இருத்தல் என்னும் இவைகள் உண்டாகும். இது ஒரு பெரிய நோய் என்று எண்ணி, உள்ளம் அடங்கிப் பொறுமையாக இருந்து அறிவின் வன்மையால் நோய்களை ஆராய்ந்து காண வேண்டும். இந்நோய் தீராத ஒரு நோய் என்றே கருதப்படுகிறது.

இக்குறிகளன்றி வேப்பம் பூ நிறம் போன்ற கழிச்சல், கை, கால்களில் தளர்ச்சி ஆகிய குறிகுணங்களும் காணும்.

நாநாற்றம்

நாவில் உண்டாகும் மற்றொரு நோயான நாநாற்றம் என்னும் நோயில் மிடறு நோதல், பால் குடியாமை, நாப்புண்ணாகி நாற்றம் வீசுதல், சுரம் காய்தல், கோழை நீர் சூடாக இருத்தல், மலம் தீய்ந்து கறுப்பாக இருத்தல் முதலிய குறிகுணங்கள் காணும்.

மருத்துவம்

❖ அக்கரத்திற்குப் பொதுவான மருந்தாகக் கறுஞ்சீரகம், கடுகுரோகணி, கடுக்காய்த் தோல், காட்டு மல்லிகை வேர் இவை வகைக்கு ஒரு வராகன் எடை; ஈயக்கொழுந்து ஒரு பிடி, வெள்ளை வெங்காயம் இரண்டு பலம், சிற்றாமணக்கு நெய் அரைக்கால் படி, முலைப்பால் அல்லது பசும்பால் வீசம் படி இவற்றில் கடைச் சரக்குகள் நான்கையும் இடித்தும், ஈயக்கொழுந்தை அரைத்தும், வெங்காயத்தைப் பொடியாக

அரிந்தும் மேற்படி சிற்றாமணக்கு நெய்யில் கலந்து, அத்துடன் பாலையும் ஊற்றி அடுப்பேற்றி, சிறுக எரித்துப் பக்குவ பாகத்தில் வடித்து, அதில் கோரோசனம் இரண்டு வராகன் எடை பொடி செய்து தூவிக் காலையில் மாத்திரம் ஐந்து அல்லது ஏழு நாள் வேளைக்கு ஒரு உச்சிக் கரண்டி அளவு சாப்பிட, வயிற்றில் உண்டாகும் வேக்காடு, நா வேக்காடு, சுரம் முதலியன நீங்கும்.

❖ குண்டியக்கரத்திற்குச் சுண்டைவேர்த்தோலை ஒரு சிறு எலுமிச்சங்காய் அளவு அரைத்து, அதே அளவு பசுவின் வெண்ணெயுடன் கூட்டி மூன்று அல்லது ஐந்து நாள் காலை, மாலை இரண்டு வேளையாக உண்ணலாம்.

❖ கரிசிலாங்கண்ணி இலையை அரைக் கொட்டைப்பாக்கு அளவு அரைத்து வீசம்படி பசுவின் பாலுடன் கூட்டி, மூன்று அல்லது ஐந்து நாள் காலை மாலை இரண்டு வேளையாக உண்டாலும் குண்டியக்கரம் தீரும். இந்நோய்க்குப் பச்சரிசி சோற்றைப் பசுவின் பாலுடன் கூட்டி உண்டு பத்தியம் இருக்க வேண்டும்.

❖ உள் அக்கரத்திற்கு அதிமதுர நெய் செய்து வழங்கப்படுகிறது. இம்மருந்தில் அதிமதுரம், மணிப்புங்கன்பழம், பசும்பால், பசுநெய் முதலியன சேரும். மெழுகு பதமாய்க் காய்ச்சி இறக்கிக் காலை, மாலை இரு வேளை வராகன் எடையாக ஐந்து நாள் கொடுக்கலாம்.

❖ கௌசிகர் குழம்பும் கூட இந்நோய்க்கு வழங்கலாம் என மருத்துவ நூலில் கூறப்பட்டுள்ளது.

❖ அட்சரமாந்தச் சுரத்திற்குப் பூவரசம் எண்ணெய் மருந்தாகப் பயன்படுகிறது. இதில் பூவரசு இலை, காய், பூ இவைகளைத் தனித்தனியாக அரைத்து, பலம் ஒன்றாக எடுத்து ஒன்று சேர்த்து அடையாகத் தட்டிச் சிற்றாமணக்கு நெய் ஒரு சேர் சேர்த்து அடை சிவந்து மிதக்குமட்டும் காய்ச்சி, அடையை நீக்கி அதில் ஏலம், சாதிக்காய், சாதிப் பத்திரி மூன்றும் வகைக்கு அரை வராகன் எடை பொடித்துக் கூட்டிக் கலக்கிக் காலை, மாலை காசு எடை வீதம் கொடுத்துவர, நோய் நீங்கும்.

- நாமுள் நீங்குவதற்குக் கற்றாழஞ்சாறு மருந்தாகப் பயன்படுகிறது. ஒரு கடுக்காயை விதை நீக்கித் தோலைப் பொடி செய்து, ஒரு வராகன் எடை சீரகப்பொடி கூட்டி, ஒரு சங்கு கற்றாழஞ்சாற்றில் சேர்த்து, நாள் ஒன்றுக்கு இரண்டு வேளையாக மூன்று நாள் வழங்க, நாமுள் நீங்கும்.

- நாநாற்றம் என்னும் நோய்க்குப் பழம்பாசி, வல்லாரையிலை, வெங்காயம் இவைகளைச் சமமாக எடுத்து இடித்துச் சாறு பிழிந்து, உச்சிக் கரண்டி அளவு எடுத்து, அந்தச் சாற்றின் அளவு வெள்ளாட்டுப்பால் கூட்டி, சீரகம் கால் வராகனெடை வறுத்துப் பொடி செய்து அதில் அரைத்துக் கூட்டி, காலை, மாலை இரண்டு வேளையும் மூன்றுநாள் கொடுக்க, நோய் நீங்கும்.

- வாய்ப்புண் என்னும் அக்கர நோய்க்குக் குக்கில் பற்பம், சிலாசத்து பற்பம், மாசிக்காய் சூரணம், குக்கில் வெண்ணெய், திரிபலா சூரணம் முதலிய மருந்துகளும் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

- வெங்காரமதுவை வாய்ப்புண்ணுக்குத் தடவளாம். உள்நாக்கு வளர்ச்சிக்குப் பூண்டுத்தேன் தடவலாம். சுரம் இருந்தால் வசந்தகுசுமாகர மாத்திரை, கோரோசனை மாத்திரை முதலியவற்றைத் தேனில் கலந்து கொடுக்கலாம்.

7

நீர்வேட்கை நோய்

முன்னுரை

இது நாவறட்சி நோய், தாக நோய் என்ற பெயர்களாலும் அழைக்கப்படுகிறது.

இந்நோயில் அடிக்கடி நீரைப் பருக வேண்டும் என்னும் உணர்ச்சியை உண்டாக்குவது இதன் இயல்பாகும். அழல் நீர்வேட்கை நோயானது உணவுப் பழக்க வேறுபாடுகளால் தனி நோயாக வருவதுண்டு. இது நோய்ப் பிரிவுகளில் 'தாகப் பித்தம்' என்ற பிரிவில் அடங்கும். இது தவிர வேறு சில நோய்களுக்குத் துணையாகவும் வருவதுண்டு. அதாவது எளிதில் செரிக்காத உணவுகளை மிகுதியாகப் புசிப்பதால், அவ்வுணவு சரிவர செரிக்கும் மட்டும் நீர்வேட்கையை உண்டாக்கும். அல்லது அழல்தாது பெருக்கால் வரும் நோய்களிலும் உடலின் நீர் மிகுதியும் வறளல், வெளியாதல் ஆகியவற்றை உண்டாக்கும். பேதி, வாந்தி, நீரிழிவு முதலிய முப்பிணிகளிலும், மிகுதியான ஆடல், பாடல், ஓடல் என்னும் செயல்களிலும் நீர் வேட்கை இயற்கையாக எழும்.

குறிகுணம்

இந்நோயில் நா வறண்டு போதல், நீரைப் பருகவேண்டும் என்னும் இச்சை, நீரைப் பருகினும் தாகம் அடங்காமை, இளைப்பு, மயக்கம் முதலிய குறிகள் காணும். அன்றியும் உடல் நடுங்குவது போன்ற ஒரு தோற்றம், உடல் எங்கும் எரிச்சல், உதட்டை நாவினால் நனைத்தல், குரல் கம்மல் முதலியவைகளும் ஏற்படும்.

நோய் வகை

நீர்வேட்கை நோய் ஆறு வகையாகப் பிரிக்கப்படுகிறது. அவை:

வாத நீர்வேட்கை, பித்த நீர்வேட்கை, ஐய நீர்வேட்கை, முக்குற்ற நீர்வேட்கை, இரசக்குற்ற நீர்வேட்கை, செரியாமை நீர்வேட்கை என்பனவாகும்.

1. வாத நீர்வேட்கையில் உடல் வாடிக் கறுத்தல், தலை சுற்றல், மனக் கலக்கம், சுவையறியாமை, காது கேளாமை, மிகுந்த தூக்கம், உடல் வன்மை குறைதல், குளிர்ந்த நீரைப் பல முறைப் பருகினும் நீர்வேட்கை நீங்காமை ஆகிய குறிகுணங்கள் காணும்.

2. பித்த நீர்வேட்கை நோயில் எப்பொழுதும் வெப்பமாக இருத்தல், நா, உதடு, அண்ணாக்கு வறண்டு போதல், தொண்டை, நா இவைகள் சிவந்து முள்போல் காணல், நா எரிதல், தொண்டை புகைதல் என்னும் குறிகுணங்கள் காணும்.

3. கப நீர்வேட்கை நோயில் தொண்டை அடைத்துக் கொண்டதுபோன்ற ஒரு தோற்றம், வாய் இனித்தல், வயிறு பொருமல், பசியின்மை, தலைநோய், உடல் குளிர்தல், வாய் சுவையறியாமை, உண்ட உணவு செரியாமை என்னும் குறிகுணங்களைப் பெற்றிருக்கும்.

4. முத்தாது நீர்வேட்கையானது சுரம், முப்பிணி (சன்னி), நீரிழிவு, இளைப்பு நோய் முதலிய நோய்கள் முற்றி, முத்தாதுக்களும் ஒன்று கூடிய காலத்தில் பிறப்பதாகும். இது மருந்து முதலியவைகளால் அவ்வளவு எளிதில் தீரா நோயாகும்.

5. இரசக்குற்ற நீர்வேட்கையானது உடல் கட்டுகளில் இரசம் என்னும் உடல் தாது, இரத்தத் தாதுவாக மாறும்பொழுது உண்டாகும். அன்றியும் குருதி அளவுக்கு மிஞ்சி வெளியானால் மிகுந்த நீர்வேட்கை, நா வறண்டு போதல், மூளை கலங்கி அடிக்கடி இளைப்பு உண்டாதல் முதலான குறிகுணங்களைத் தோற்றுவித்து, சிலவேளை கொல்வதும் உண்டு.

6. செரியாமை நீர்வேட்கையானது மிகுதியும் இனிப்பு, உப்புப் பொருள், எளிதில் செரிக்கக் கூடாத உணவு முதலியவற்றைக் கொள்வதாலும், நோயுற்ற காலத்தும் மிகுந்த நடையினால் இளைப்படைந்த காலத்தும், மிக்க உணவை உண்பதாலும் பிறக்கும்.

மேற்சொன்ன நீர்வேட்கை நோய்களில் வளி, தீ, என்னும் உயிர்த்தாதுக்களால் வரும் நீர்வேட்கையும், செரியாமை நீர்வேட்கையும் எளிதில் தீரும். முக்குற்ற நீர்வேட்கையும், இரசக்குற்ற நீர்வேட்கையும் எளிதில் தீராது.

நீர்வேட்கையில் உயிர்த்தாதுக்களின் வேறுபாடுகள்

உடல் வறட்சியை உண்டாக்கக் கூடிய உணவுச் செயல்கள் அழல்தாதுவைப் பெருக்கி, மேல்நோக்குக் காலைத் (உதானன்) தூண்டி, இந்நோயை உண்டாக்கும். கேடடைந்த அழல்தாது மற்றைய தாதுக்களைத் துணை கொள்ளின், துணை கொண்ட அத்தாதுவின் பெயரால் நோய் வழங்கப்படும். இந்நோயில் உடல்கட்டுகளில் இரசமும் இரத்தமும் கெடும். இந்நோயில் நாடி நடை, பித்தநாடி மிகுந்து நடப்பதாகத் தோன்றும்.

மருத்துவம்

இந்நோய் உண்டாவதற்கான காரணங்களை அறிந்து, அவற்றிற்குரிய பரிகாரம் செய்தல் வேண்டும். வாந்திபேதி, நீரிழிவு, முப்பிணி, இரத்தப்போக்கு ஆகியவற்றின் தொடர்பால் உண்டானால் அந்நோய்களுக்கான மருத்துவமும் செய்ய வேண்டும்.

- அழல்தாதுவால் உண்டாகும் நீர்வேட்கையைப் போக்கக் குளிர்ந்த நீரும், அக்குற்றத்தைத் தன்னிலைப்படுத்தும் குடிநீர்களையும் வழங்கலாம். இதற்குப் பற்பாடகம், சீந்தில் குடிநீர் கொடுக்கலாம்.
- ஆற்றுமணல் 1 பிடியும், 2 ஏலமும் கூட்டி சிவக்க வறுத்து மணலைக் கொட்டிவிட்டு, அச்சட்டியில் நீர்விட்டுக் காய்ச்சி வடித்த நீரைக் கொடுக்கலாம்.
- கொத்துமல்லிக் குடிநீர் வழங்கலாம்.
- நெற்பொரியை நீர் விட்டுக் காய்ச்சித் தெளிய வைத்துத் தரலாம்.
- அதிமதுரக் குடிநீர் 30 மிலி. 3 மணிக்கு 1 முறை தரலாம்.
- மண்புழுக் குடிநீர் 30 மிலி. தரலாம்.
- நண்டுவளை நீர் தரலாம்.
- வரப்பு நண்டுச் சாறு 1 தேக்கரண்டி தரலாம்.

- ❖ விக்கலுடன் கூடிய நீர் வேட்கையாக இருந்தால் மயிலிறகாதி சூரணத்தைத் தேனில் குழைத்துத் தரலாம்.
- ❖ ஓக்காளம் கலந்த நீர்வேட்கையாயின் சாதிசம்பீரக் குழம்பை நாக்கில் தடவலாம்.
- ❖ கண்டாவிழ்தம் என்னும் மருந்து செய்து கொடுக்க, தீரா நீர்வேட்கை நீங்கும்.
- ❖ அக்கரகாரம், திப்பிலி, கோஷ்டம், சீரகம் வகைக்கு 10 கிராம் எடுத்துக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கலாம்.
- ❖ நன்னாரி மணப்பாகு 1 தேக்கரண்டி சாப்பிட்டு வந்தாலும் நீர்வேட்கை குணமாகும்.
- ❖ நவரசத் துவையல், பாவனக் கடுக்காய் போன்ற மருந்துகளும் இதற்குப் பயன்படும்.
- ❖ கஸ்தூரிக் கருப்பு 60 முதல் 120 மி. கிராம் வரை ஏலாதிச் சூரணத்துடன் கலந்து தேனில் குழைத்து வழங்கலாம்.
- ❖ இந்நோயில் எளிதில் செரிக்கக்கூடிய உணவு வகைகளையே உண்ண வேண்டும். மிகுதியான காரம், புளிப்பு தவிர்க்கப்படுதல் வேண்டும்.

8

வெளுப்பு நோய்

முன்னுரை

வெண்மை நோய், பாண்டு என்ற பெயர்களும் இதற்குண்டு. குருதியில் உள்ள இரத்தத் தாதுக்கள் தம்மளவில் குறைந்து காணப்படுவதால் உடல் இயற்கை நிறம் மாறி வெளுத்து, கண்கள், நகக்கண்கள், நாக்கு முதலியன வெளுத்துக் காணப்படும்.

நோய் வரும் வழி

குருதியின் வன்மையைக் குறைக்கக்கூடிய புளிப்பு, உப்புச் சுவையுள்ள பொருட்களை மிகுதியாகப் புசித்தலாலும், தாம்பூலம் (வெற்றிலைப் பாக்கு, புகையிலை) அதிகமாகத் தரித்தலாலும், கள், சாராயம் போன்றவற்றை மிகுதியாகக் குடித்தலாலும், அதிசார நோயால் துன்புற்றவர்களுக்கும், அக்கினியின் இடத்தில் இருந்து வேலை செய்பவர்களுக்கும், பகல் நித்திரை கொள்வோர்க்கும் பாண்டு நோய் வந்து அவதியை ஏற்படுத்தும்.

அத்துடன் பஞ்சு திருடினோர்க்கும், கோயில் சொத்தில் உண்பவர்களுக்கும், பசுவை வதைத்துப் பட்டினி இட்டோருக்கும், அவரவர் மறைவழி நடக்காதவர்களுக்கும், வழிபறி செய்தோருக்கும், கண்ணால் காணாதவற்றைக் கண்டதாகப் பழிசொல்லிப் பிறர் குடியைக் கெடுக்கும் பாவியருக்கும் இந்நோய் வரும் என்று யூகிமுனிவர் சொல்லி உள்ளார்.

சரியாகச் செய்து முடிக்காத நிலையில், அந்த மருந்துகளைத் தேவைக்கு அதிகமாக உட்கொண்ட நிலையிலும், குறிப்பிட்ட நாள் அளவிற்குமேல் நீண்ட நாட்கள் மருந்து உட்கொண்ட நிலையிலும் பாண்டு காணும்.

குருதியை உடலிலிருந்து சிறுகச்சிறுகவோ அல்லது அளவிற்கு அதிகமாகவோ வெளிப்படுத்தும் நிலையிலும் இந்நோய் ஏற்படும். வெட்டுப்படுவதாலோ அல்லது அடிபடுவதினாலோ எற்படும் குருதி இழப்பு அத்துடன் குருதிவாந்தி, குருதிகழிச்சல் நிணக்கழிச்சல், குன்மம், இரத்தமூலம், எருவாய் சிறுமூலம், செண்டுமூலம், பெருமூலம், தமரகமூலம், சித்த மூலம், முக்குற்றமூலம், சுருக்கு மூலம் அத்துடன் உணவுக் குழல், வயிறு, குடல் பகுதிகளில் ஏற்படும் புற்றுநோயைத் தொடர்ந்தும் குருதி இழப்பு ஏற்படும்.

அழல் நீர்ச்சுருக்கு நோயில் குருதியானது சிறுநீருடன் அடிக்கடி வெளிப்பட்டு பாண்டு நோய் ஏற்படும்.

குருதி அழல் நோயில் மேல்நோக்கு, கீழ்நோக்கு, இருநோக்கு, அளவிலா நோக்கு என்று கூறப்படும் நோய்களில் குருதி இழப்பு ஏற்பட்டுப் பாண்டுநோய் உண்டாகும். குருதி மூக்கடைப்பு, இளைப்புநோய் இவற்றிலும் குருதியானது சளியுடன் வெளிப்பட்டு, நாட்பட்ட நிலையில் பாண்டுநோய் தோன்றும். குருதிவெள்ளை, பெரும்பாடு ஆகிய நோய்களைத் தொடர்ந்தும் பாண்டு நோய் ஏற்படும்.

உணவில் ஊட்டச்சத்துள்ள பொருட்களையும், அயச்சத்துப் பொருட்களையும் தேவையான அளவில் உண்ணாத நிலையிலும் பாண்டு நோய் வரும்.

சிலவகை மருந்துப் பொருட்களை, உதாரணமாக வங்கம் போன்ற மருந்துப் பொருட்களைச் சரிவர செய்து முடிக்காத நிலையிலும், நீண்ட நாள் அருந்துவதாலும் இந்நோய் வரும்.

நோய் வகை

முக்குற்றத்தால் வருவன நான்கும், நஞ்சால் வருவன ஒன்றும் கூடி ஐந்தாகும். 1. வளிப் (வாதப்) பாண்டு, 2. அழல் (பித்தப்) பாண்டு, 3. ஐயப் (கபப்) பாண்டு, 4. முக்குற்றப் (திரிதோஷ) பாண்டு, 5. நஞ்சு (விடப்) பாண்டு என்பன அவை. இன்னும் மண்ணுண் வெளுப்பு (பாண்டு) நோய் என்ற ஒன்று உள்ளது என்றும் சில நூலோர் கூறுவர். அன்றியும் குருதிக் குறைவால் உடற் கட்டுகள் மெலிந்து, உடல் வீங்கி, நிறம்மாறி, மஞ்சள் அல்லது நீலநிறம் பெற்று, மிகுந்த நீர்வேட்கை, அடிக்கடி மயக்கம் வருதல், மனச்சோர்வடைதல், அறிவு தடுமாறல், ஆண்மைக் குறைதல் என்னும் குறிகளைக் காட்டும் நோயினை நீலப்பாண்டு, அலசப்பாண்டு,

அலிமுகப் பாண்டு என மூவகையாக வழங்குவாரும் உளர். இவைகள் வெளுப்பு (பாண்டு) நோயில் காணும் குறிகுணங்களையே பெறுமாதலின் இவற்றைத் தனித்துக் கூறவேண்டுவதில்லை.

1. வளிப் பாண்டு

வளி வெளுப்பு நோயில் குடல் புரட்டி, அடிவயிறு வலித்து, நீர்வேட்கையும் பசியும் அற்று, குருதி நாளங்கள் கறுப்பாகி பரபரத்துக் காணும். உடல் நடுக்கம் கொள்ளும்; கண் சிவக்கும்; உடல் வெளுத்து வீங்கும்; வீங்கிய இடங்களில் வலியும் உண்டாகும்; எரு (மலம்) தீய்ந்து கட்டும்; தலைவலி இருக்கும்.

2. அழல் பாண்டு

இந்நோயில் உடல் எல்லாம் மஞ்சள் நிறமடைந்து நா, கை, கால்கள் வெளுத்து, கண் பார்வை மங்கும். மிகுந்த நீர்வேட்கையோடு, மயக்கம், வாய் காரச்சுவையோடு இருத்தல், சிலபோது கைப்புச் சுவையும் காணல், நெஞ்சை இறுக்கிப் பிடித்தது போல் மூச்சு முட்டுவதோடு, தலை கிறுகிறுக்கும்.

மேலும் குளிர்ச்சி தரும் பொருட்களில் விருப்பு, புளியேப்பம், வாய்நாற்றம், உடல் வெளுத்து மஞ்சளித்தல், வாய் புண்ணாதல், அடிக்கடி மஞ்சள் நிறத்தோடு கழிதல் என்னும் குறிகளையும் காட்டும்.

3. ஐயப் பாண்டு

இந்நோயில் மேற்கூறியபடி தோல் மிக வெளுத்து, நரம்புகள் புடைத்து, நா உப்புக் கரித்தல், மயிர் சிலிர்த்தல், வாந்தியாதல், குரல் கம்மல், அடிக்கடி தும்மல், இருமிக் கோழையைக் கக்கல், மயக்கமடைதல், இடுப்பு நோதல், ஆண்மைக் குறைதல், அடிக்கடி சீறி சினங் கொள்ளல், சோர்வும், தளர்வும் உண்டாதல் ஆகிய குறிகளைக் காட்டும்.

4. முக்குற்றப் பாண்டு

இந்நோய் சுவையின்மை, இரைப்பு, மேல்மூச்சு வருதல், மிகுதியாக இளைப்பு உண்டாதல், உடல் வன்மை குறைதல் இதயம் மிகுதியாகத் துடித்தல், உடல் அழல் கொண்டு சிறுநீர் அடிக்கடி இழிதல், வெப்பமும் தயக்கமும் உண்டாதல், தும்மல், உடல் முழுமையும் ஊதல் ஆகியவற்றைத் துணையாகக் கொண்டு வரும்.

5. நஞ்சு பாண்டு

உடலுக்கு ஒவ்வாப் பொருட்களை உண்டதால் பிறந்த நஞ்சின் அளவாக உடல் வெளுக்கும். இந்நோயில் மிகுந்த நீர்வேட்கை, சுவையின்மை, வாந்தி, விக்கல், இருமல், பெருமூச்செறிதல், உடல் முழுமையும் வீங்கல் என்னும் குறிகளோடு, நரம்பும் புடைத்து, உடல் சூடாகத் தோன்றும்.

6. மண்ணுண் பாண்டு

இது சிறு குழந்தைகளும், சிறுவயதினரும், கருவுற்றவரும் மண், சாம்பல், செங்கல், திருநீறு, கற்பூரம் இவைகளின் மீது தனித்த இச்சை கொண்டு, அளவு கடந்து உண்பதால் காணும் நோயாகும். இந்நோயில் கொண்ட பொருட்களுக்கு ஏற்ப வயிறு ஊதல், செரியாமை, வாந்தி, கழிச்சல், சுரம், வயிற்றுப்புழு முதலிய நோய்கள் காணும், உடல் மெலிந்து குருதி வற்றி, வெளுத்து, வீங்கி, இதயம் மிகுதியாகத் துடித்தல் முதலிய குறிகளைக் காட்டும்.

தீராத் தன்மை

நஞ்சால் பிறந்த வெளுப்பு நோயும், இடைவிடாத வாந்தி அல்லது கழிச்சல், மிகுதியான உடல் வீக்கம், நீர்வேட்கை, விக்கல், இருமல் என்னும் குறிகளைக் கொண்டவையும் எளிதில் தீராத் தன்மை வாய்ந்தவைகளாகும்.

குறிகுணங்கள்

உடல் சோர்வு, நாளுக்குநாள் எடை குறைதல், இதயம் படபடத்தல், சிறிது கடின வேலை செய்தாலும் மூச்சுவிட சிரமம், தலைவலி, மயக்கம், பார்வைக் குறைவு, தூக்கமின்மை, கை, கால் விரல்களில் மதமதப்பு, மார்புவலி, தோல், கை, கண்ணின் வெள்விழி, நாக்கு இவை வெளுத்துக் காணுதல், நா வெடித்துப் புண்ணாதல், நா சிவந்து இருத்தல், நா பட்டுத்துணிபோல் வழுவழுத்துக் காணல், உணவு விழுங்குவதற்குச் சிரமம், பசித் தீ கெடுதல், இதய ஒலி மாறுபட்டுக் காணல், உடல் வீக்கம் முதலிய குறிகுணங்கள் காணப்படும்.

மண், சாம்பல், கரி போன்ற பொருட்களைச் சுவைப்பதற்கு விருப்பம் மிகும். இந்நோய் பெண்களுக்கு உண்டாயின் சூதகத்தில் வெளியாகும் குருதியின் நிறம், எடை, நாள், அளவு முதலியன குறைந்து வெளியாகும். சில வேளை மாதவிடாய் உண்டாகாமல் இருக்கக்கூடும்.

அழல் உடலோர்க்கு இந்நோய் பிறக்குமாயின் முதலில் பசித்தீ கெடும். செரியாமை உண்டாகும். உடல் எரிவு, சுரம் போல் வெப்புத் தோன்றல், நா வெளுத்துச் சிவந்து அல்லது வழுவழுத்துக் காணப்படல், உணவை மெல்லவும் விழுங்கவும் முடியாமை, பித்த நீர் கலந்து வாந்தியாதல், வாய் கைத்தல், வயிற்று நோய், வயிறு கடுத்து நுரை நுரையாய்க் கழிதல் ஆகிய குறிகுணங்கள் உண்டாகும். அன்றியும் நாள்படின் உடலில் குருதியின் அளவு, எடை, நிறம் யாவும் குறைந்து, உடல் மஞ்சள் பூத்தது போலாகி, மஞ்சள் காமாலை நோயினைப் போலக் காணும்.

நோய் பெருகிய நிலையில் ஆயாசம், இளைப்பு, பெருமூச்சு, கழிச்சல், உணவில் வெறுப்பு, வன்மை இழத்தல், உடல் ஊதல், என்னும் கொடிய குறிகுணங்கள் தொடரும்.

மருத்துவ முறைகள்

இந்நோயில் உடல் வன்மை குறைந்து, பசித்தீ கேடடைந்து, உண்ட உணவு சரியாகச் செரியாத காரணத்தால் இரசக் குருதிகள் ஊட்டம் பெறா. இவைகளுடன் அழல் தாது கெட்டுத் தோலுக்கு நிறத்தைக் கொடுக்கும் இரஞ்சகப் பித்தமும் மெலிந்து, நிறத்திலும் எடையிலும் குறைந்து, தீக்குற்றத்தைப் பெருக்கும். அதன் காரணமாக மற்ற இரு தாதுக்களும் தன்னிலை மிகுந்து, பரவுகாலின் (வியானன்) வன்மையைக் கெடுத்து, வெளுப்பு நோயை உண்டாக்குகின்றன.

ஆதலால் இந்நோயில் தன்னிலை திரிந்த தாதுக்களைத் தன்னிலைப் படுத்துவதற்குக் கழிச்சல் மருந்துகளை வழங்க வேண்டும். அப்பால் பசித்தீயைத் தூண்டும் மருந்துகளையும், உண்ட உணவு சரிவர செரிக்கக் கூடிய மருந்துகளையும், குருதியின் வன்மையைப் பெருக்கக் கூடிய மருந்துகளையும் கொடுத்தல் வேண்டும். இனி சித்த மருத்துவ நூல்களில் கூறப்பட்டுள்ள கழிச்சலுக்கான பரிகார முறைகளைத் தொகுத்துக் காணலாம்:

குடிநீர்

- ❖ அங்கூர் திராட்சை, பேரீந்து (கச்சூர்), பன்னீர்ப்பூ, சிவதை வேர் இவை வகைக்குச் சம எடை சேர்த்து, முறைப்படி குடிநீரிட்டுத் தக்க அளவில், தினம் காலையில் ஒரு வேளை அல்லது அவசியமானால் மாலையிலும் கொடுத்துவர மலம் ஒழுங்காய்க் கழியும்.

- ❖ அகத்திக் கீரையை வேகவைத்து வடித்த நீரில் சிறிது பனங் கற்கண்டு கூட்டி 1/2 முதல் 1 ஆழாக்கு, காலையில் மட்டும் கொடுத்து வர மலம் கழியும். வயிற்றுப்புழுவும் வெளியாகும்.
- ❖ வயிற்றுப்புழு நீங்க முருக்கன் விதை மாத்திரை 2 ஐக் காலையில் கொடுக்கவும்
- ❖ நாக்குப்பூச்சிக் குடிநீர்-100 மிலி. காலையில் கொடுக்கவும்.
- ❖ நிலவிளா, பற்பாடகம், சீந்தில் கொடி, நிலாவாரை, சிவதை வேர் இவை சம எடை எடுத்து முறைப்படி குடிநீரிட்டு வடிகட்டித் தக்க அளவில் பேதியுப்பும் கூட்டி காலையில் மட்டும் கொடுக்கப் பேதியாகும். பித்த நீர் அகலும்.
- ❖ அழற்சி எண்ணெய், மூலக்குடார மெழுகு, தித்திப்பு பேதிலேகியம், மூலக்குடார நெய், அத்திப்பழ மணப்பாகு இவைகளில் ஒன்றைத் தக்க அளவில் காலையில் மட்டும் கொடுத்து வர மலம் நன்றாய்க் கழியும். பசி எடுக்கும்.

அழற்சி எண்ணெய்

முள்ளங்கிச் சாறு, மணத்தக்காளிச் சாறு, சோற்றுக் கற்றாழைச் சாறு, வெள்ளறுகுச் சாறு, வல்லாரைச் சாறு, சிறுகீரைச் சாறு, சிற்றாமணக்கெண்ணெய் இவை வகைக்கு ஒரு படி வீதம் சேகரித்து ஒன்றாய்த் தைலம் காய்ச்சும் பாண்டத்தில் இட்டுக் காய்ச்சி, கடுகு திரள் பதத்தில் வடிகட்டிப் புட்டியில் அடைக்கவும். இதில் 1 முதல் 2 தேக்கரண்டி அளவு காலையில் மட்டும் கொடுத்துவர, மலம் கழியும். சிறுநீரும் நன்றாய் வெளியாகும். உடல் காந்தல், எரிச்சல் தணியும். அழல் குற்றம் தன்னிலைப்படும். பாண்டு, சோகை, காமாலை, பெருவயிறு ஆகியவற்றில் இதனை இலகு விரேசனமாகக் கொடுக்கலாம். வாய்ப்புண், வயிற்றுப்புண். குடற்புண், மூலநோய் இவற்றில் மலம் கழிவதற்கு இந்த எண்ணெயை அளவறிந்து ஒரு வேளை காலையில் அல்லது இரவில் படுக்கைக்குப் போகும்போது சிறிது பாலில் அல்லது ஆரஞ்சு பழச்சாற்றில் கலந்து கொடுத்து வரலாம்.

பிறகு பசித்தீயைத் தூண்டவும், உண்ட உணவைச் செரிப்பிக்கவும் கீழ்க்கண்ட பொடி, இலேகியம் முதலியவற்றை உபயோகிக்கவேண்டும்.

திரிகடுகுச் சூரணம், இலேகியம்; பஞ்ச தீபாக்கினிச் சூரணம், இலேகியம்; அட்ட தீபாக்கினிச் சூரணம், தாளிசாதிச் சூரணம், ஏலாதிச் சூரணம், சௌபாக்கியச்

சுண்டி, சுண்டை வற்றல்சூரணம்; தாளிசாதி வடகம், இஞ்சி ரசாயனம், இலேகியம்; சீரகாதிச் சூரணம், இலேகியம்; மந்தவாயுச் சூரணம், கண்டாத்திரி இலேகியம், பித்த வாயு இலேகியம், வில்வாதி இலேகியம், கறிவேப்பிலைச் சூரணம் இவைகளில் ஒன்றைக் காலை, மாலை தனித்தும், மற்ற பற்பச் செந்தூரங்களுக்கு அனுபானமாகவும் உபயோகித்துவர, நல்ல பசித் தீபனம் உண்டாகும். உண்ட உணவு நன்றாய்ச் செரிக்கவும் செய்யும்.

இதற்கு மேல் குருதியின் வன்மையைப் பலப்படுத்துவதற்கு இரும்பு, காந்தம், மண்டூரம், தங்கம், வெள்ளி, முத்து, பவழம் முதலான பற்பச் செந்தூரங்களைக் கொடுத்துவர வேண்டும்.

கரிசாலை இலேகியம்

இதில் புன்னைக்காய் அளவு காலை, மாலை ஒரு மண்டலம் வரை சாப்பிட்டுவர, பித்தப் பாண்டு தீரும். மற்றும் வெட்டை, கை, கால் ஓய்ச்சல், எரிவு, மயக்கம், வாந்தி, அரோசகம் (உணவில் வெறுப்பு), கிராணி (அசீரணபேதி), நீர்ச் சுரப்புடன் கூடிய வீக்கம் முதலியன குணமாகும். இதனை உண்பவர்கள் அசுவகெந்தி தைலத்தில் தலை முழுகுதல் நல்லது.

பொற்றலைக்கையான், கடுக்காய், லோகமண்டூரம் ஆகியவற்றைச் சேர்த்துக் குடிநீர் செய்து 60 முதல் 90 மிலி. வரை காலை, மாலை கொடுத்து வர, குருதியின் வன்மை பெருகும்.

அயச்சம்பீரக் கற்பம்

சுத்தி செய்த அயப்பொடி 350 கிராம் சேர்க்கும்படி சில நூல்களில் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. அந்தப்படியும் சேர்க்கலாம். ஆனால் சிறந்த குணம் பெற வேண்டுமானால் வெகு நன்றாய் முடிவு பெற்ற அயச் செந்தூரம் (மாதுளம்பூ நிறமுடைய செந்தூரம்) 175 கிராம் சேர்த்தால் மிக்க நலமாய் இருக்கும். மிளகுப்பொடி 350 கிராம் சேர்க்க வேண்டும். பூண்டுத்திரி 500 கிராம் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். இம்மூன்று சரக்குகளையும் முறைப்படி நன்றாய் இடித்துக் கலந்துகொள்ளவும்.

எலுமிச்சம் பழம் 40 எண்ணிக்கை எடுத்து, ஒவ்வொன்றையும் நான்கு பிளவாக நறுக்கவேண்டும். ஊறுகாய்க்கு உப்பு வைப்பது போல் ஒவ்வொரு எலுமிச்சம் பழத்திலும் மேற்கண்ட கலவைப் பொடியை 40 கூறாகப் பொதித்து ஒரு

ஜாடி அல்லது மட்பாண்டத்தில் அடுக்கி வைத்து, நல்லெண்ணெய் 25 பலம் எடையை அதில் மூழ்கும்படி விட்டு, மேல் மூடி சீலைமண் செய்து பூமி பந்தனம் வைத்திருந்து, 40 நாட்கள் சென்ற பின் அதனைத் திறந்து, வேளைக்கு ஒரு பிளவு வீதம் காலை, மாலை சாப்பிட்டுவர, வெளுப்பு நோய், ஊதல் நோய் மஞ்சள் நோய் ஆகிய இவை குணமாகும்.

அயப்பிருங்கராஜ கற்பம்

அயப்பொடிக்குப் பதிலாக முன்கூறியது போன்ற நயமான அயச்செந்தூரம் 150 கிராம் எடுத்துக்கொள்க. நன்றாய் முடிவு பெற்ற மண்டூரச் செந்தூரம் 200 கிராம் எடுக்கவும்.

பொற்றலைக்கையானை அம்மியில் இட்டுப் பொற்றலைக் கையான் சாறு தெளித்து நன்றாய் விழுது போல் அரைத்து வில்லைகளாகத் தட்டி இரவியில் (வெய்யில்) உலர்த்தவும்.

வில்லைகள் நன்றாய் உலர்ந்த பின் மீண்டும் அம்மியில் அல்லது கல்வத்தில் இட்டுப் பொற்றலைக் கையான் சாறு விட்டு, இரண்டு நாள் அரைத்து வில்லைகள் செய்து வெய்யிலில் உலர்த்தவும்.

இம்மாதிரியாக மொத்தம் ஐந்து முறை சாறு விட்டரைத்து வில்லைகள் செய்து உலர்த்திப் பொடித்த பொற்றலைக்கையான் சூரணம் 400 கிராம் எடுத்துக் கொள்ளவும்.

பிறகு இம்மூன்று சரக்குகளையும் கல்வத்தில் ஒன்றாய்க் கலந்து பொற்றலைக்கையான் சாறு விட்டு ஒரு நாள் அரைத்து மறுநாள் கல்வத்துடன் இரவியில் வைத்து உலர்த்தவும்.

நன்றாய் உலர்ந்த பின் மீண்டும் மேற்படி சாறுவிட்டு ஒருநாள் அரைத்து மறுநாள் வெய்யிலில் உலர்த்தவும். இவ்விதமாக மொத்தம் மூன்று முதல் ஐந்து தடவை அரைத்து உலர்த்தவும். அதன்பின் முன் செய்த மாதிரியே எலுமிச்சம் பழச்சாறு விட்டு ஒரு நாள் கல்வத்தில் அரைத்து மறுநாள் வெய்யிலில் உலர்த்தவும்.

இவ்விதமாக மொத்தம் மூன்று முதல் ஐந்து தடவை அரைத்து உலர்த்தவும்.

அதன்பின் முன் செய்த மாதிரியே எலுமிச்சம் பழச்சாறுவிட்டு ஒரு நாள் கல்வத்தில் அரைத்து மறுநாள் இரவியில் உலர்த்தவும்.

இதனைத் திரும்பவும் மூன்று முதல் ஐந்து தடவை எலுமிச்சம்பழச் சாற்றில் அரைத்து உலர்த்தி இறுதியாகப் பொடித்துப் பாட்டிலில் வைக்கவும். இதுவே மிகச் சிறந்த முறை. மேன்மையான குணமளிக்கும்.

இதனை 1 முதல் 3 சிட்டிகை அளவு காலை, மாலை தேன், நெய், வெண்ணெய், பாலேடு, பழச்சாறு, தயிர் முதலான அனுபானங்கள் ஒன்றில் வைத்துச் சாப்பிட்டுவர பாண்டு, சோபை, காமாலை, வழலை, பிலீக வீக்கம் முதலியவை குணமாகும். இது மிகச் சிறந்த மருந்துகளில் ஒன்று.

குறிப்பு: இதனை மாத்திரையாக உருட்டி நிழலில் உலர்த்திக் காலை, மாலை ஒரு மாத்திரை வீதம் சாப்பிட்டு வரலாம். முன் மருந்துகளை இறுதியாக அரைத்து முடித்தவுடன் அதனை வெய்யிலில் உலர்த்தாமல், சிறு இலந்தை விதை அளவு மாத்திரையாக உருட்டி விடலாம்.

அயப்பற்பம், செந்தூரம்

அயப்பற்பத்தை 1 முதல் 2 அரிசி எடை காலை, மாலை தேன், சர்க்கரை, திப்பிலி, மிளகு இவற்றில் ஒன்றில் அல்லது வேறு தக்க அனுபானங்களிலேனும் கலந்து கொடுத்து வர பாண்டு, சோபை, காமாலை, பெருவயிறு, மேக நோய், வாயுக்கள், பழைய சுரங்கள், மேகப் புண்கள் முதலியன குணமாகும். பொதுவாக அயப்பற்பச் செந்தூரங்களால் பலவீனத்தைக் கொடுக்கக் கூடிய நோய்கள் யாவும் விரைவில் குணமாகும்.

அயச் செந்தூரத்தை ஒரு குன்றி அளவு காலை, மாலை தேன், நெய், வெல்லம் முதலிய அனுபானங்களில் கொடுக்க மேற்குறிப்பிட்ட நோய்கள் யாவும் குணமவதோடு. தேகத்திற்கு மிக்க பலத்தைத் தரும். வில்வாதி இலேகியம், மகாவில்லாதி இலேகியம், ஆகியவை அனுபானமாக உபயோகிக்க மிகவும் நல்லது.

பத்தியம்: அயம், காந்தப் பற்பச் செந்தூரங்களைச் சாப்பிடும்போது பூசனிக்காய், கொள், கடுகு, காடி இவை ஆகா. நெய், சர்க்கரை, பால், கோதுமை இவைகள் உத்தமம். பெண் போகம் விரும்பினால் தின்ற மருந்து வீணாகிவிடும்.

செந்தூர, பற்ப, இலேகிய, சூரண மருந்துகள்

ஆறுமுகச் செந்தூரம், அன்னபேதிச் செந்தூரம், வெடி அன்னபேதிச் செந்தூரம், அன்னபவளச் செந்தூரம், பொன்னிமிளைச் செந்தூரம், மண்டூரச் செந்தூரம், உலோக மண்டூரச் செந்தூரம், சித்த மண்டூரம், எ.்.குச் செந்தூரம், தங்கச் செந்தூரம், அயபூநாகச் செந்தூரம், அயத் தங்கச் செந்தூரம், வெள்ளி பற்பம், முத்து பற்பம், பவழப் பற்பம், தங்கப் பற்பம், மான் கொம்பு பற்பம், காந்த அயச் செந்தூரம், காந்த அயரசச் செந்தூரம், சுயமாக்கினிச் செந்தூரம் போன்ற மருந்துகளைத் தனித்தனியாகவேனும் அல்லது சிலவற்றைக் கலந்தேனும் நெய், தேன், அல்லது வேறு தகுந்த சூரணம், இலேகியங்களிலேனும் அனுபானித்துத் தக்க அளவில் காலை, மாலை கொடுத்துவர பாண்டு, சோபை, காமாலை முதலிய நோய்களைக் குணமாக்குவதோடு, உடலுக்கு நல்ல பலத்தையும் சுறுசுறுப்பையும் உண்டாக்கும்.

அன்றியும் அயகாந்தச் சூரணம், சுவர்ணபவளப் பற்பம், சுவர்ண, பவள முத்து, வெள்ளி ஆகியவற்றின் கலவை பற்பம், சீவலோகச் செந்தூரம், சீவலோக மெழுகு, பூரண சந்திரோதயம், திரிலோகச் செந்தூரம் (அயம், காந்தம் , அயக்கட்டம்), கரிசாலை இலேகியம், சிந்தாதி (சிஞ்சாதி) இலேகியம், அயதாம்பிரச் செந்தூரம், பஞ்சலோகச் செந்தூரம், நவலோகச் செந்தூரம், சண்டரசப் பற்பம், சாதிலிங்கப் பற்பம், இரசப் பற்பம், சுவர்ண வாலை ரசச் செந்தூரம், காளமேக நாராயணச் செந்தூரம், குராந்தகச் செந்தூரம், கந்தகச் சுண்ணம், வான் மெழுகு, கனகலிங்க மெழுகு, தங்க மெழுகு, மண்டூராதி அடைக் குடிநீர், வெண்பூசனி இலேகியம், நெல்லிக்காய் இலேகியம், நன்னாரி, நிலப்பனை, தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு, வல்லாரை இவற்றின் நெய். இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்று அல்லது பல அவசியம் போல் குறிகுணங்களுக்கு ஏற்றவாறு அவ்வவற்றிற்குரிய அளவுப்படி எடுத்துக் கலந்து தக்க அனுபானங்களுடன் காலை, மாலை கொடுத்துவர பாண்டு, சோபை, காமாலை முதலிய பிணிகள் நீங்கி தேகம் பலப்படும். மேற்கூறிய மருந்துகள் யாவும் பசித் தீபனம், செரிமானம், இரத்த விருத்தியை உண்டாக்கும்.

தித்திப்பு பேதி மெழுகு

மிகவும் நல்லதோர் மலம் இளக்கிச் செய்கை உள்ளது.

செய்முறை

ரஸ்தாளி வாழைப்பழம் 1 அல்லது ஒரு பலம் எடை (35 கிராம்)

கச்சூர் பழம் (பேரீந்து)	1 பலம்
அங்கூர் திராட்சை	1 பலம்
சீனாக்கற்கண்டு பொடித்தது	1 பலம்
பாதாம் பருப்பு	1 பலம்
தேன்	1 பலம்
பசு நெய்	1 பலம்

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, வெண்கடுகு வகைக்கு 1/2 பலம். இவைகளை முறைப்படி பொடித்துக் கல்வத்தில் இட்டு ஒன்று சேர்த்து மெழுகு போல் நன்றாய் அரைத்து எடுத்துக் குப்பியில் அடைக்கவும்.

அளவு: சுண்டைக்காய் அளவு அதிகாலையில் அல்லது படுக்கைக்குப் போகும்போது தினம் ஒரே வேளை சாப்பிட நன்றாய் மலம் கழியும், சிரமம் இராது. அதிகம் போனால் மோர் சாப்பிடலாம். அல்லது வசம்பு சுட்ட சாம்பல் ஒரு சிட்டிகையைத் தேனில் குழைத்துச் சாப்பிட உடனே பேதி கட்டுப்படும். அன்றியும் வயிற்றில் கிருமிகள் இருந்தால் அதனால் ஏற்படும் கிருமிப் பாண்டு நோயின் கிருமிகளைப் போக்குவதற்குக் கீழ்க்கண்ட முறைகளில் ஒன்றைப் பிரயோகிக்கலாம்:

- இளங்கொழுந்து வேப்பிலையை அரைத்து ஒரு நெல்லிக்காய் அல்லது கொட்டைப் பாக்கு அளவு மூன்று உருண்டைகள் உருட்டி, அதிகாலையில் மட்டும் மூன்று நாட்கள் தவிடு அல்லது கரும்புச் சர்க்கரையில் புரட்டி விழுங்க செய்யக் கொக்கிப்புழுவும் மற்ற குடற் கிருமிகளும் வெளியாகும். அதனால் ஏற்படும் வயிற்று வலியும் குருதிக் குறைவும் குணமாகும். ஆகாரம் மோரும் சாதமும் கொடுக்கவும்.
- சிற்றாமணக்கெண்ணெய் 30 மிலி. பசுவின் பால் 100 மிலி. சீனாக் கற்கண்டு சிறிது பொடித்துச் சேர்த்துக் காலையில் மட்டும் கொடுக்க, நன்றாய்க் கழிச்சல் உண்டாகும். களைப்பு இராது. கிருமிகள் வெளியாகும். மோரும் சாதமும் ஆகாரமாகக் கொடுக்கவும்.

- கடுக்காய்த் தோல் 2 கழஞ்சு, வேப்பலகு (வேம்பின் ஈர்க்கு) 10 கழஞ்சு இவற்றைப் பொடித்துச் சேர்த்துப் பிரண்டைச் சாறு விட்டு அரைத்து, அத்துடன் பசுவின் வெண்ணெய் சிறிது சேர்த்துக் காலையில் மட்டும் விழுங்கிடக் கிருமிகள் யாவும் வெளியாகும்.
- கடுக்காய்த் தோல் 4 பங்கு, காயம் 3 பங்கு, சுக்கு 2 பங்கு, உப்பு பற்பம் 1 பங்கு இந்த விகிதப்படி பொடித்துக் கலந்து ஒரு புட்டியில் வைத்துக் கொண்டு இதில் 1 முதல் 2 வராகன் எடை பொடியைப் பசுநீர் (கோமியம்) 2 முதல் 4 அவுன்சில் கலந்து காலையில் மட்டும் கொடுக்கக் கிருமிகள் வெளியாவதும் அல்லாமல், பழைய மலம், சீதம் யாவும் குணமாகும். மோரும் சாதமும் ஆகாரமாகக் கொடுக்கவும்.

தேங்காய் இலேகியம்

சுத்தி செய்த பூரம், இரசம், இலிங்கம், கெந்தி இவை வகைக்கு இரண்டு வராகன் எடை

சுத்தி செய்த நேர்வாளம் பத்து வராகன் எடை

சுக்கு, திப்பிலி தேசாவரம், சித்திரமூலம் சன்னிநாயகம், பறங்கிச் சக்கை, சிவதை வேர், பெருங்காயம் இவைகளின் பொடி வகைக்கு இரண்டு வராகன் எடை

கொடிக்கள்ளிப் பால் ஒரு ஆழாக்கு

பனை வெல்லம் (சொல்லத்தக்க அளவு)

முற்றின தேங்காய் ஒன்று

முன் கூறிய மருந்துப் பொடிகளை ஒன்றாய்க் கலந்து கள்ளிப்பால் விட்டுக் கல்வத்தில் சற்று அரைத்து, தேங்காயை ஒரு கண் திறந்து உள்ளிருக்கும் தண்ணீரை வெளியாக்கி விட்டு மருந்துகளைத் தேங்காய்க்குள் செலுத்தி மீதி உள்ள கள்ளிப் பாலையும் தேங்காய்க்குள் விட்டு, வாய்க்கு ஆப்பிட்டு அடைக்கவும். அப்பால் தேங்காய் பூராவும் சாணத்தினால் ஒரு அங்குலம் கலசம் செய்து நன்றாய் நூறு வறட்டியில் புடமிடவும். மருந்தின் வாடை வெளியில் வீசினாலும், தேங்காயின் மேலோடு கருகினாலும் உடனே நெருப்பினின்றும் கலசத்தை வெளியில் எடுத்து ஆறவைத்துப் பிரித்து ஓடு நீக்கவும். தேங்காயுடன் உள்மருந்தையும் சேர்த்து அம்மியில் இட்டு நன்றாய் இலேகியம் போல் ஒன்றாய்ச் சேரும்படி அரைக்க வேண்டும்.

இலேகிய பதம் வருவதற்காகச் சம எடை பனை வெல்லம் சேர்த்து அரைத்து வழித்து அகல வாயுடைய புட்டியில் வைக்கவும்.

அளவு: 2 குன்றி முதல் 4 குன்றி அளவு காலையில் மட்டும் 1 முதல் 3 தினங்கள் கரும்புச் சர்க்கரையில் புரட்டி விழுங்கச் செய்யவும். சிறு சுண்டைக்காய் அளவு சாதாரணமாய்க் கொடுப்பதுண்டு. களைப்பின்றி நன்றாய் பேதி ஆகும். தட்டைப் புழு, கொக்கிப் புழு, மற்றுமுள்ள குடற் புழுக்கள் யாவும் வெளியாகும். அன்றியும் மகோதரம் (நீர்ப்பெருவயிறு), குறிப்பாகப் பிலீகம் (மண்ணீரல் நோய்), பாண்டு, சோபை, குன்மம், வயிற்றுவலி முதலிய பிணிகள் குணமாகும்.

தசதீட்சைக் குழம்பு

முற்றின தேங்காய் ஒன்றின் கண் திறந்து நீரைப் போக்கி வைக்கவும். கொடிக்கள்ளிப் பால், சதுரக்கள்ளிப்பால் இவை வகைக்கு 30 மிலி.

சுத்தி செய்த கெந்தி, இரசப் பற்பம், காந்தச் செந்தூரம், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, காயம், வெண்காரப் பற்பம், அல்லது பொரித்த வெண்காரம், கடுகுரோகணி இவை வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு வீதம் பொடியாக்கி ஒன்றாய்க் கலந்து மேற்கூறிய பால் விட்டுக் கல்வத்தில் அரைத்து வழித்துத் தேங்காய்க்குள் செலுத்தி ஆப்பிட்டுச் சாணக் கவசம் செய்து உலர்த்தி, 75 வறட்டியில் புடமிடவும்.

முன் போல் மருந்து வாடை வெளி வீசினாலும் ஓடு கருகினாலும் உடனே கவசத்தை வெளியில் எடுத்து ஆறவிட்டுப் பிரித்து ஓடு நீக்கித் தேங்காயுடன் மருந்தையும் எடைக்குச் சமம் பனைவெல்லத்தையும் சேர்த்து மெழுகு அல்லது குழம்பு பதமாக அரைத்து வழித்து வாயகன்ற புட்டியில் வைக்கவும்.

அளவு: காசு எடை காலையில் மட்டும் ஒரே வேளை சர்க்கரையில் புரட்டி விழுங்க பேதி ஆகும். அதிகம் பேதி ஆனால் மோர் சாதம் கொடுக்கவும். வசம்பு சுட்ட சாம்பல் ஒரு சிட்டிகையைத் தேனிலோ அல்லது எலுமிச்சம் பழச்சாற்றிலோ கலந்து கொடுக்க, பேதி நிற்கும். புழுக்கள் யாவும் வெளியாகும். அன்றியும் பெரு வயிறு, பிலீகம், பாண்டு, சோபை, காமாலை, புண், கண் எரிவு, கை, கால் முடக்கு இவை யாவும் குணமாகும்.

வேறு: நன்றாய் முற்றின தேங்காய் ஒன்றை நெல் வேகவைக்கும் போது அதனுள் வைத்து வேகவைத்து, நெல் வெந்த பின் வெளியில் எடுத்து ஓடு நீக்கித் தேங்காயை மட்டும் காலையில் சாப்பிடச் செய்யவும். பேதியாகும். தட்டைப் புழுவுக்கு இது நேர் மருந்து எனக் கூறப்பட்டுள்ளது.

கிருமி எண்ணெய்

சிற்றாமணக்கு நெய் 1/4 படி

பசும்பால் 1/4 படி

தேங்காய்ப்பால் 1/4 படி

காட்டெருமைப் பால் (சதுரக்கள்ளிப் பால்) 1/8 படி

சாணிப் பாலில் வேக வைத்துக் கழுவி மேல் தோல் போக்கி, முளை நீக்கி உலர்த்தி நெய் தெளித்து வறுத்தெடுத்தப் புரசம் விதைப் பருப்பு பலம் ஒன்று. இதனைப் பொடித்து முன் சரக்குகளுடன் எல்லாவற்றையும் தைலச்சட்டியில் இட்டு அடுப்பேற்றிச் சிறுதீயில் காய்ச்சிக் கடுகு திரள் பதம் வரும்போது தைலத்தை வடித்துப் புட்டியில் அடைக்கவும்.

அளவு: 1 முதல் 2 வராகன் எடை அளவு கரும்புச் சர்க்கரை அல்லது காப்பியுடன் கலந்து காலையில் மட்டும் கொடுக்க, எல்லா வகைக் கிருமிகளும் வெளியாகும். கழிச்சல் உண்டாகும். பால், முலைப்பால் ஏதேனும் ஒன்றில் அனுபானித்தும் இந்த எண்ணெயைக் கொடுக்கலாம்.

மேனி எண்ணெய்

சிற்றாமணக்கெண்ணெய்-1/4 படி

குப்பைமேனியிலை - 1 பலம்

குப்பைமேனியிலையை எண்ணெய் நன்றாய்க் காயும் போது சிறிது சிறிதாகப் போட்டுப் பொரிந்த பின், கண்ணுக் கரண்டியால் பொரிந்த இலைகளை எடுத்து வைக்கவும். எல்லா இலைகளையும் பொரித்து எடுத்த பிறகு அந்த எண்ணெயைச் சிறிது சிறிதாக வார்த்து, பொரிந்த இலைகளை ஒரு மண்சட்டியில் இட்டு மத்துவினால் கடைந்து புட்டியில் அடைக்கவும்.

அளவு: 1/4 முதல் 1/2 பலம் மட்டும் கொடுக்கக் குடற் கிருமிகள் வெளியாகும்.

குடற் கிருமி நாசினி

சுத்தி செய்த பலாசு வித்துச் சூரணம் - 2 பாகம்

வறுத்து இடித்தப் பெருங்காயச் சூரணம் - 1 பாகம்

வறுத்து இடித்த ஓமச் சூரணம் - 1 பாகம்

வறுத்து இடித்த வாய்விடங்கச் சூரணம்- 1/2 பாகம்

சர்க்கரை - 4 1/2 பாகம்

இவ்வைந்து சரக்குப் பொடிகளையும் முறைப்படி ஒன்றாய்க் கலந்து வைத்துக் கொண்டு மூவிரல் அளவு காலை, மாலை ஒன்று அல்லது இரண்டு நாட்களுக்குத் தேனில் கொடுத்து, அடுத்த நாள் காலையில் பேதிக்குச் சஞ்சீவி மாத்திரை, முருக்கன் வித்து மாத்திரை, வச்சிரகண்டி மாத்திரை, மேகநாத குளிகை அல்லது மேற்கண்ட எண்ணெய் ஏதேனும் ஒன்றைத் தக்க அளவில் கொடுக்கப் பேதியுடன் கிருமிகளும் மயங்கி வெளியாகும்.

ஆகாரம்: மோரும் சாதமும் கொடுக்கவும். சிறுவர்களுக்கு அளவைக் குறைத்துக் கொடுக்கவும்.

சித்தாதி எண்ணெய்

இதில் 1/2 முதல் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு காலையில் ஒரே வேளை சிறிது பசும்பால், நிசித்தண்ணீர், சோம்புக் குடிநீர் ஆகிய ஏதேனும் ஒன்றில் கொடுக்க, களைப்பு இல்லாமல் நன்றாய் பேதியாகும். கிருமிகளும் வெளியாகும். இது ஒரு பெரிய மருந்து. தகுந்த அளவில் மூன்று நாட்கள் காலையில் மட்டும் கொடுத்து வரலாம்.

ஆகாரம்: மோர் சாதம் கொடுக்கலாம். அதிகம் பேதியானால் வசம்பு சுட்ட சாம்பாலைத் தேனிலாவது எலுமிச்சம் பழச் சாறிலாவது கலந்து கொடுக்க, ஒரே வேளையில் பேதி நிற்கும். சீரகக் குடிநீர், பழச்சாறு, மோர் இவைகளும் பேதியைத் தணிக்கும்.

குறிப்பு

கிருமிக்குச் சிகிச்சை செய்து முடிந்த பிறகு மண்ணுண்பாண்டு நோயில் திரிலோகம், பஞ்சலோகம், நவலோகம் ஆகியவற்றின் செந்தூரங்களில் ஒன்றைக் கரிசாலை இலேகியம், வில்வாதி இலேகியம், மகாவில்லாதி இலேகியம் தாது விருத்தி இலேகியம் முதலிய ஏதேனும் ஒன்றுடன் சேர்த்து, தக்க அளவில் ஒரு மண்டலம் வரைக்கும் காலை, மாலை கொடுத்துவர, எல்லாவிதப் பாண்டு நோய்களும் குணமாகும்.

சித்தாதி எண்ணெயினால் பல கொடிய நோய்கள் குணமாகும். இது ஒரு சிறந்த மருந்து. கவிசை (வயிற்றுக் கட்டி), சிரநோய், சூலை, நீராம்பல் கட்டி, மலக்கட்டு, சொறி, இரணம், கிரந்தி, மேகம், வாய்ப்புண், கண் எரிவு, தாகம், விக்கல், சர்த்தி (வாந்தி), அரையாப்பு, பயித்தியம், பறங்கிப் புண், சூதக வாயு, வளிநோய், வாயு, வயிற்று நோய், பூச்சி வெட்டு, எண்வகைக் குன்மம், நெறிவீக்கம், பவுத்திரம் ஆகியவை குணமாகும். புற்றுநோய், குறை நோய் (குட்டம்) இவற்றிலும் உபயோகிக்க நல்ல பலன் அளிக்கும்.

திரிகடுகு, எருமை மோர், வெள்ளாட்டு மோர், மண்டூரம், அயம், கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை, பசுநீர் (கோமூத்திரம்), வாய் விடங்கம், முத்து, தேன், இருமஞ்சள் (கறிமஞ்சள், கஸ்தூரி மஞ்சள்), கடுக்காய், தான்றி, நெல்லி இவைகளும் வெளுப்பு நோயை நீக்கும் மறுந்துகளாம்.

உணவு

பசியைத் தூண்டக் கூடியதும் உடலின் குருதியைப் பெருக்கக் கூடியதுமான உணவுப் பொருட்களைப் பெரிதும் கையாள வேண்டும். அன்றியும் கிருமிகளை அகற்றக்கூடிய அகத்திக் கீரை, பாகற்காய் ஆகியவற்றை அடிக்கடி சேர்த்து வரலாம். எளிதில் செரிக்கக்கூடிய உணவைக் கொள்ளல் வேண்டும்.

கீரை வகைகள்

கரிசாலை, பொன்னாங்காணி, அறுகீரை, சிறுகீரை, மணத்தக்காளி, தாளிக்கீரை, முளைக் கீரை, பருப்புக் கீரை, எலிசெவிக் கீரை, முருங்கைக் கீரை, முருங்கைப் பூ ஆகியவைகளைத் தாராளமாய் உணவில் சேர்க்கலாம்.

காய்கறிகள்

கத்தரிப்பிஞ்சு, வாழைக்கச்சல் (வாழையின் இளங்காய்) முருங்கைப் பிஞ்சு, அவரைப் பிஞ்சு, வெண்டைப் பிஞ்சு, புடலம் பிஞ்சு, பீர்க்கம் பிஞ்சு, தக்காளி இவை போன்ற காய்கறிகளை உபயோகிக்கலாம்.

மாமிச வகைகள்

வெள்ளாட்டுக்கறி, அதன் ஈரல், எலும்பு, போட்டி (தீனிப்பை) முதலியனவும், காடை, கவுதாரி, உல்லான், புறா, கோழி, உடும்பு முதலியனவும் உடலுக்கு ஊட்டத்தைக் கொடுத்துக் குருதிப் பெருக்கையும் உண்டாக்கும்.

உணவைச் செரிக்க வன்மை (சக்தி) இல்லாதவர்களுக்குக் கஞ்சி வகைகளையும் ஊனின் சத்து ரசத்தையும் (சூப்) கொடுத்தல் வேண்டும்.

ஊன் வகைகளின் சத்து ரசம்

வெள்ளாட்டு ஈரலைச் சிறுசிறு துண்டுகளாகத் துண்டித்து, சம அளவு நீர் விட்டு அடுப்பேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்து, ஈரல் சற்று வெந்த சமயத்தில் இறக்கி (இரண்டொரு கொதி வந்தவுடன் இறக்கி), நன்றாய்ப் பிசைந்து பிழிந்து வடிகட்டிய நீரை எடுத்து, அத்துடன் பழரசங்களுள் கொடி முந்திரி, சாத்துக்குடி, ஆரஞ்சு, ஆப்பிள், தக்காளிப் பழம் இவற்றின் ரசத்தில் ஒன்றைக் கூட்டி தினம் ஒரு வேளை கொடுக்க, குருதிப் பெருக்கு உண்டாகும்.

வெள்ளாட்டின் தனி ஈரலைச் சிறுசிறு துண்டுகளாக்கி அரவைக் கருவியில் போட்டுப் பிழிந்தெடுத்த சத்து ரசத்துடன் முன்போல் பழரசம் கூட்டி ஒரு வேளை தினம் கொடுக்கலாம். இதில் ஈரல் துண்டுகளைப் பிழியும்போது தண்ணீர் சேர்க்க வேண்டாம். கொதிக்க வைக்கவும் வேண்டாம். தேவையானால் இளவெந்நீர் தெளித்துப் பிழியலாம். காலை நேரத்தில் இதனைத் தயாரித்துக் கொடுத்து வரக் குருதிப் பெருக்கை உண்டாக்கி, உடலைத் தேற்றவும் செய்யும்.

9

காமாலை

முன்னுரை

அழல் தாது கேடு அடையும் போது தோன்றும் நோய்களுள் இதுவும் ஒன்று. பித்துநோய், மஞ்சட்காமாலை, காமலா, காமிலா, மஞ்சள் நோய் என்பன இதன் வேறு பெயர்கள். இதனால் சிறுநீர், கண், நா, உடல் யாவும் மஞ்சள் நிறத்தைப் பெறும்.

நோய் வரும் வழி

அழல் குற்றத்தை மிகுதிப்படுத்தக் கூடிய உணவை உட்கொள்வதாலும், குற்றமுள்ள நீரை அருந்துவதனாலும், பருவநிலை மாறுபாடு அடைவதினாலும் காமாலை வரும்.

யூகி வைத்திய சித்தாமணியில் பாண்டு நோய் முற்றி இருக்கும்போது பித்தப் பொருட்களை அதிகமாகப் புசித்தல், அளவுகடந்த கலவி ஆகிய காரணங்களால் காமாலை வரும் என்று கூறப்பட்டுள்ளது.

இதைத் தவிர பித்தக்குழலில் ஏற்படும் அடைப்பினால் பித்தநீர் குடலுக்குச் செல்லாமல் வந்த வழியே சென்று குருதியுடன் கலக்கும். பித்தக்குழலின் உள்ளே அடைத்திருக்கும் பித்தக்கற்கள், குடற்புழுக்கள், பித்தக்குழலின் சுவர்களில் ஏற்படும் சுருக்கம், புதிய வளர்ச்சிகள், பித்தக்குழலின் பக்கத்தில் இருக்கும் உறுப்புகளில் ஏற்படும் புற்றுநோய், கட்டி, கழலைகள், நிணநீர் நாளங்களின் வீக்கம் ஆகியவைகளின் காரணமாகப் பித்தக்குழல் அழுத்தப்படுவதாலும் பித்த நீர் ஓட்டம் தடைபடுகிறது.

பித்தக்குழலின் சிறு கிளைக் குழல்களில் ஏற்படும் அழற்சியின் காரணமாகவும் அடைப்பு ஏற்படும்.

சில வகை உலோகப் பாடாணங்கள் சேர்ந்த மருந்துப் பொருட்கள், உதாரணமாகத் துருசு, செம்பு, காரீயம், வெள்ளைப் பாடாணம் முதலியவை ஒவ்வாத நிலையிலும் கல்லீரலைத் தாபிதப்படுத்தி அழற்சியை உண்டாக்கி, அடைப்பை ஏற்படுத்தும்.

செவ்விலங்களில் குறைபாடுகள் சிலருக்குப் பிறவியிலேயே இருக்கும். அத்துடன் நளிர்சுரம், பாம்புக்கடிவிடம் இவற்றின் காரணமாகச் செவ்விலங்கள் சிதைவுறும். அந்நிலையிலும் காமாலை ஏற்படும்.

சில நிலைகளில் ஈரல் விலங்கள் அழற்சியுற்றுச் சிதைவுறும். அந்நிலைகளிலும் காமாலை வரும். அவை ஈரலைத் தாக்கும். மலேரியா, மஞ்சள்சுரம், சில வகை மருந்துப் பொருட்கள், கள், சாராயம் முதலியவற்றினாலும் காமாலை ஏற்படும். உடல்கட்டுகளில் செந்நீர் மிகுந்தாலும் காமாலை வரும்.

குறிஞ்சி நிலத்திலும், முல்லை நிலத்திலும் வசிப்பவர்களுக்கு ஈரல் நோய் உண்டாவதாகச் சித்தர்கள குறிப்பிட்டுள்ளனர்.

முற்குறி

இந்நோயில் வாய்நீர் ஊறல், வாய் குமட்டல், நாக் கைத்தல், உணவில் வெறுப்பு, உண்ணிலும் செரியாமை, உடல் வறட்சி, தோல் சுருங்கித் தவளைத் தோலை ஒத்தல் என்னும் குறிகளைக் காட்டி; கண், நகக் கண், முகம், உடலின் தோல் முதலியவைகளும், சிறுநீரும் மஞ்சளிக்கும்.

அன்றியும் இதில் உள்ளங்கால், கை, முகம், கண், உடம்பு ஆகியவைகள் வெளுத்தல், கையும் காலும் சோர்தல், உடல் நடுக்கல், அடிக்கடி இளைப்புத் தோன்றல், எருக் (மலம்) கட்டுப்பட்டுத் தீய்ந்து வெளியாதல், முகம் மஞ்சளித்தல், உடல் வீக்கம், களைப்பு, காது கேளாமை, தலைகனத்தல் முதலியனவும் உண்டாகும்.

நோய் வகை

சித்த மருத்துவ நூல்களில் இந்நோயானது வளிக்காமாலை, அழல் காமாலை, ஐயக்காமாலை, வளிஐயக்காமாலை, அழல்ஐயக்காமாலை, முத்தாதுக்காமாலை, பெருங்காமாலை, ஊதுகாமாலை, வறட்டுக்காமாலை, அழகுக்காமாலை, செங்கமலக்காமாலை, கும்பக்காமாலை, குன்மக்காமாலை எனப் பதின்மூன்று வகையாகக் கூறப்பட்டுள்ளது. அவற்றின் விளக்கம் வருமாறு:

1. வளிக்காமாலை

இந்நோயில் வயிறு பொருமல், விக்கல், வயிறு கழியாமல் கட்டுப்படுதல், உடல் வீங்கல், புறங்காலும் முகமும் ஊதல், உடல் எத்தொழிலையும் செய்ய முடியாமை, உடல் வலித்தல், உடல் மிக இளைத்துக் கை, கால்கள் வீங்குதல், கண்ணின் ஒளி குறைந்து பருத்தல், பசியும் தூக்கமும் இல்லாமை ஆகிய குறிகளைப் பெறும்.

2. அழல்காமாலை

இந்நோயில் உடலின் தோல் உலர்ந்தது போல் வறண்டு காணல், தூக்கம் இன்மை, சோம்பிப் படுக்கையிலேயே கிடத்தல், உண்ட சோறு செரியாமை, உடம்பு எல்லாம் நோதல், அடிக்கடி பெருமூச்செறிதல், வயிறு அடிக்கடி கழிதல், இரைதல், கையும் காலும் வன்மை அற்றிருத்தல் ஆகிய குறிகளைக் காட்டும்.

3. ஐயக்காமாலை

இதயத்தில் பிறந்த இந்நோயில் அறிவு அழியும். இடைவிடாது இருமல் வருதல், தலையும் முகமும் வியர்த்தல், நடக்க முடியாமை, நடக்கில் பெருமூச்செறிதல், கண் மிகவும் சிவத்தல், உடல் நடுங்கல், நெஞ்சு (மார்பு) கனத்திருத்தல் ஆகிய குறிகளைக் காட்டும். இந்நோயில் பாக்கை உண்டால் மயக்கம் வரும்.

4. வளிஐயக்காமாலை

இந்நோயில் உண்ட உணவு செரியாது. குணமாகாத செருமல் உண்டாகும். உடல், முகம், மூக்கு, கண் இவைகளில் வியர்வை உண்டாகும். வயிறு இரைந்து பொருமிக் கொள்ளும். நாவானது கைப்பதோடு, நாவும் கண்ணும் வெளுக்கும். விரைந்து நடக்கில் பெருமூச்செறியும். கண் வீங்கும். அதிக இருமல் உண்டாகும்.

5. அழலையக்காமாலை

இந்நோய் வாந்தி எழச் செய்யும். விடாது தலைவலித்து, நெஞ்சும் புண்பட்டுத் தளரும். வயிறு ஊதல், செரியாமை, நீர்வேட்கை, உடல் முற்றும் வீங்கல், முகம், கை, கால்கள் வெளுத்தல் ஆகிய குறிகளைத் தோற்றுவிக்கும்.

6. முத்தாதுக்காமாலை

இந்நோயில் அழல் கொண்டு உடம்பு எல்லாம் எரிச்சலாகி, அடிக்கடி தளர்ச்சியும் இருமலும் உண்டாகும். நீர்வேட்கை, உடல் முழுமையும் கடுத்தல், புளியேப்பம், நாப்புளித்தல், அடிக்கடி பொய்ப்பசி எடுத்தல், உடல் குளிர்தல், அடிவயிறு வீங்குதல், உடல் வியர்த்தல் என்னும் குறிகள் காணும்.

7. பெருங்காமாலை

இந்நோயில் சிறுநீர் மஞ்சளாகும். உடல் வீங்கி நோவு உண்டாகும். முகம், கால், கை, கண், உள்நாக்கு இவைகள் யாவும் மிகவும் மஞ்சளித்துக் காணும். முகம் மினுமினுக்கும். பசியின்மை இருக்கும். நோயின் கொடுமையைக் கண்டு மனச் சலிப்பும் பெருமூச்சும் வருத்தமும் உண்டாகும். ஆண்மைக் குறைவு, மலக்கட்டு ஆகிய குறிகளும் காணும்.

8. ஊதுகாமாலை

கண்களில் பீளை கசிதல், முகத்தில் பிசுபிசுத்து வியர்வை கசிதல், உடல் வீங்கி எங்கும் உளைதல், உடல் அழற்றல், உடல் உணர்ச்சி அறியாமை, உடலில் வெப்பு மிகுந்து ஐயத்தைப் பெருக்குதல், தியக்கம் உண்டாதல், உடல் வாடல், திமிர் உண்டாதல் என்னும் குறி குணங்களைக் காட்டி, உடலை மிக ஊதச் செய்யும்.

9. வறட்டுக்காமாலை

இந்நோயில் கால், கைகள் வற்றிப்போதல், நடக்கின் தத்துதல், ஓய்ச்சல், நீல நிறமாக எரு (மலம்) கழிதல், சிறுநீர் சிவந்து இழிதல், நீர் இழியும் போதெல்லாம் நீர்ப்புழை எரிச்சலாக இருத்தல், வயிற்றில் குத்தல் உண்டாவதுடன் உணவின் சுவை அறியாமை, மாலையில் கண் தெரியாமை, உடல் கறுத்தல் என்னும் குறிகளைக் காட்டும்.

10. அழகுக்காமாலை

இந்நோயில் கையும் காலும் அசதியாகும். புருவம், கண் இவைகள் கழற்கொடிக் காயைப் போல் பச்சை நிறம் அடையும். நீர் வேட்கை உண்டாகும். சிறுநீர் மஞ்சள் நிறத்தோடு வெளியாகும். நீர்ப்புழை எரியும். உணவு செரியாமல் வயிறு உப்பும். உடல் அனல் போல் வெதும்பும்.

11. செங்கமலக்காமாலை

தமரகம் (சுவாசக்குழல்) வன்மை அற்றதன் பயனாக உடலில் அழற்சி உண்டாகிச் சோம்பலைத் தரும். அன்றியும் சிறுநீர் வற்றிச் சிவந்த மஞ்சள் நிறத்தோடு வெளியாகும். உடலும் நகமும் வெளுத்துக் காணும். உடல் வற்றிச் சுரம் காயும். நாக்கும் உமிழ்நீரும் மஞ்சள் நிறம் அடையும்.

12. கும்பக்காமாலை

இதில் உடல் கனத்து அடிக்கடி களைப்பு உண்டாகும். சிறுநீர் மஞ்சளிக்கும். மாலைப் பொழுதில் உடல் வியர்க்கும். கண் சிவக்கும். அன்றியும் பூமாலை துவள்வது போல நோயின் கொடுமையால் நின்றுகொண்டே தூக்கம் வரும். சீதக் கழிச்சலில் வெளியாவது போல் அடிக்கடி எரு (மலம்) குதுக்கெனக் கழியும்.

13. குன்மக்காமாலை

இந்நோயில் வாய் வெளுத்து, கண் பசுமை நிறம் அடைவதுடன், சிறுநீர் மஞ்சளித்துக் குழம்பாய் வெளியாகும். உணவு செரிக்கும் பொழுது அடி வயிறு வலித்து வாந்தியாகும். மூக்கு மணம் ஒன்றையும் அறியாது. அடிக்கடி இருமி மூச்சு வாங்கல், பிணத்தைப் போல் அசையாது கிடத்தல், படுக்கையில் புரளல் என்னும் குறிகள் காணும்.

தீரும் தீராதவை

மேற்கூறிய பதின்மூன்று காமாலைகளுள் அழல்காமாலை, மஞ்சட் காமாலை, ஐயக்காமாலை, ஊதுகாமாலை, வறட்டுக்காமாலை, வளிஐயக் காமாலை, அழலையக்காமாலை ஆகிய ஏழும் எளிதில் நீங்குவனவாகும். மற்ற கும்பக்காமாலை, குன்மக்காமாலை, முக்குற்றக்காமாலை, வளிக்காமாலை, செங்கமலக்காமாலை, அழகுக்காமாலை ஆகியவை எளிதில் தீராதாம்.

மருத்துவம்

அழல் தாதுவைப் பெருக்கக் கூடிய உணவாதிச் செயல்களால் அழல் தாது தன்னளவில் மிகுந்து, ஐயத்தையும் துணை கொண்டு, அழல் ஐயமாகிப் பரவுகாலைத் (வியானன்) தன் தொழிலைப் புரியாதபடி கேடு அடையச் செய்து, குருதியின் வன்மையையும் கெடுக்கும். இதன் காரணமாக வலப்பாட்டீரல் தாக்கப்படுவதால் பித்த நீர் இயற்கை வழியில் செல்ல முடியாமல் தடைபட்டுக்

குருதியுடன் கலக்கும் பொழுது இந்நோய் தோன்றுகின்றது. வளித் தாதும் கெட்டு, அழல் வளியாக நோயைப் பிறப்பிக்கும். அன்றியும் மற்ற கால்களும் (காற்றுகளும்) கேடு அடையும். ஆதலால் மருத்துவரது கடமை யாதெனில் அழல் ஐயம், அழல் வளித் தாதுக்களைத் தன்னிலைப் படுத்தி, பித்த நீர் தனக்கேற்ற வழியில் செல்லுவதற்குரிய பரிகாரங்களையும், குருதியின் வன்மையைப் பெருக்கக் கூடிய பரிகாரங்களையும் செய்தல் வேண்டும். கேடு அடைந்த பரவுகாலையும், மற்ற வாயுக்களையும் ஒழுங்குபடுத்தி அதனதன் தொழிலைச் செம்மையாக்கவும் வேண்டும். பின் நோய்க்கான மருந்துகளைக் கொடுக்க வேண்டும்.

வாந்திபேதிக்கு

வாந்தி செய்விக்கும்படி சித்த மருத்துவத்தில் கூறி இருப்பினும் பெரும்பாலும் மஞ்சள் நோயில் வாந்தியும் ஒரு குறி குணமாக இருக்கும். ஆதலால் அப்பேர்ப்பட்ட இனங்களில் வாந்தி செய்விக்க மருந்து கொடுப்பது வழக்கம் இல்லை.

மலத்தை வெளியாக்க எளிதில் மலம் கழிக்கக்கூடிய மருந்துகளாகப் பின்வருவனவற்றைக் கொடுத்தல் நலம்:

- சீமை சாமந்தி, ரோஜா மொக்கு, கொடி முந்திரிகை, சரக்கொன்றை-பட்டை, இலை, பூ, கீழ்க்காய்நெல்லி, திரிபலை, கடுகுரோகணி, சிவதை வேர், நீர்முள்ளிப்பூ, வேப்பம்பூ, சீந்தில், நெருஞ்சில் இவைகள் சேர்ந்த குடிநீர்களைக் கொடுக்கலாம்.
- மலக்குடார எண்ணெய் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு சிறிது பாலில் கலந்து இரவு படுக்கைக்குப் போகுமுன் சாப்பிட, காலையில் தாராளமாக மலம் கழியும்.
- மலக்குடார மெழுகு ஒரு கழற்சிக் காய் அளவு முன்போல் இரவில் சாப்பிட, காலையில் மலங்கழியும்.
- தித்திப்பு பேதி மெழுகு சுண்டைக்காய் அளவு அல்லது தித்திப்பு பேதி இலேகியம் நெல்லிக்காய் அளவு இரவில் சாப்பிடக் காலையில் மலம் போகும். அல்லது தேவைக்கேற்ப காலை, மாலை இரு வேளையும் கொடுக்கலாம்.

- ❖ இவற்றால் மலம் சரியாகக் கழியாது போனால் சிறுவர்களுக்குச் சஞ்சீவி மாத்திரையில் இரண்டு மாத்திரை காலையில் வெந்நீருடன் கொடுக்க, நன்றாய் மலம் கழியும்.
- ❖ பெரியவர்களுக்கு வச்சிரகண்டி மாத்திரை, அட்டபைரவம், சுகவிரேசன மாத்திரை, சீவரத்தினக் குளிகை, விரேசன பூபதி, இலவங்காதி மாத்திரை இவைகளில் ஒன்றை இரண்டு மாத்திரை என்ற அளவில் காலையில் வெந்நீருடன் ஒரே வேளை கொடுக்க, நன்றாய் மலம் கழியும்.
- ❖ சஞ்சீவி மாத்திரையை இலைக்கள்ளியிலைச் சாற்றில் கொடுக்க இரண்டு அல்லது மூன்று தடவை வாந்தியையும், கழிச்சலையும் உண்டாக்கும். பித்த நீரும் கழியும்.
- ❖ மருக்காரைக் காயைச் செம்பிஞ்சாகக் கொண்டு வந்து எலுமிச்சம் பழச்சாறு, இலைக்கள்ளியிலைச் சாறுகளில் ஒவ்வொன்றிலும் இரண்டு நாள் ஊறவைத்து உலர்த்திப் பொடித்து, அரை முதல் ஒரு சிட்டிகை அளவு காலையில் மட்டும் ஒரு வேளை கொடுக்க, வாந்தியும் பேதியும் ஆகும்.
- ❖ சீந்தில், கரிசாலை, கீழ்க்காய்நெல்லி, சிவனார் வேம்பு, கடுக்காய், நெருஞ்சில், சரக்கொன்றைப் பூ, இலை, பட்டை இவைகளில் ஒன்றைக் கற்கம் ஆக்கிக் கொடுக்கலாம்.
- ❖ கீழ்க்காய்நெல்லியின் சாறு ஒரு ஆழாக்கில் 8 முதல் 10 வராகன் எடை பேதி உப்பைக் கூட்டி, சிறு தீ எரித்துச் சுடவைத்து, உப்பு கரைந்தவுடன் வடித்துக் காலையில் மட்டும் கொடுக்கக் கழிச்சல், வாந்தியை உண்டாக்கி அதில் பித்த நீரையும் கழிக்கச் செய்யும்.
- ❖ நெல்லிமுள்ளி, தான்றிக்காய்த்தோல், கடுக்காய்த் தோல் ஆகியவைகளில் வகைக்கு 3 கழஞ்சு வீதம் எடுத்து, ஒன்றிரண்டாக இடித்து, 2 படி சுத்த நீர் விட்டு அடுப்பின் மேல் ஏற்றி, உழக்காகும் வரை காய்ச்சி வடித்து, சுத்தி செய்த சிவதைவேர்ச் சூரணம் 2 கழஞ்சு சேர்த்து, மூன்று நாட்களுக்குக் காலை வேளையில் மட்டும் கொடுத்துவர, நன்றாகப் பேதியாகிக் காமாலையும் குணமாகும்.

- நீர்முள்ளிப்பூ, வேப்பம்பூ, நெருஞ்சில், கடுக்காய், தான்றி, நெல்லி வற்றல், சிவதை வேர் இவை சமன் எடை கொண்டு, எட்டு பங்கு நீர் விட்டு, எட்டில் ஒன்றாய் வற்றக் காய்ச்சி வடிகட்டி, காலை, மாலை தக்க அளவில் கொடுக்கக் காமாலை நோய் நீங்கும்.
- கொன்றைப் பட்டை, வேப்பம் பட்டை, நெல்லிப் பட்டை, மரமஞ்சள், கறிமஞ்சள், கடுகுரோகணி இவை சமன் எடை கொண்டு முறைப்படி குடிநீராக்கித் தக்க அளவில் காலை, மாலை கொடுத்து வரக் காமாலை நோய் நீங்கும்.

பற்பச் செந்தூரம், சுண்ணம்

இரும்புக்கிட்டச் செந்தூரம்

இரும்புச் செந்தூரம்

கற்பூரச் சிலாசத்துப் பற்பம்

வெடியுப்புச் சுண்ணம்

நவச்சாரச் செந்தூரம்

ஐந்துப்புச் சுண்ணம்

காளமேக நாராயணச் செந்தூரம்

போன்ற பற்பம், செந்தூரம், கண்ணம் முதலியவற்றைத் தனித்தும் சிலவற்றைச் சேர்த்தும் தக்க அளவில், தக்க அனுபானங்களுடன் காலை, மாலை கொடுத்துவரக் காமாலை நோய் நீங்கும்.

வேண்டுமாயின் பித்த நீரைக் கழிக்கக்கூடிய குடிநீர்களில் ஒன்றில் கலந்து கொடுப்பது மிகவும் நல்லது. அல்லது கீழ்க்காய்நெல்லிச் சாற்றில் 1 முதல் 2 தோலா பேதியுப்பைக் கூட்டிக் கரைத்து வடிகட்டிக் கொடுக்கலாம்.

கீழ்க்காய்நெல்லிக் கற்கம்

கீழ்க்காய்நெல்லிச் சமூலம் 1/4 பலம் அல்லது அரைத்தெடுத்த விழுது கொட்டைப்பாக்கு அளவு, அத்துடன் விரலிமஞ்சள்தூள், நற்சீரகம் வகைக்கு 4 சிட்டிகை கூட்டிப் பசுவின்பால், மோர், எருமை மோர், வெள்ளாட்டுப்பால், மோர்

ஆகிய ஏதேனும் ஒன்றில் கலக்கிக் காலை, மாலை 3 முதல் 5 அல்லது 7 நாட்கள் வரை கொடுக்கக் காமாலை நோய் தீரும். உப்பு இல்லாப் பத்தியம். சுரம் இல்லையாயின் தினந்தோறும் குளிக்கலாம்.

குறிப்பு: சிலர் விரலிமஞ்சள் தூளுக்குப் பதில் மஞ்சள் சுட்ட கரியைச் சேர்க்கிறார்கள். கற்கம் அரைக்கும் போது ஈர வெங்காயம் ஒரு பல்லை அத்துடன் சேர்த்து அரைக்கிறார்கள். யாவும் நல்ல குணம் தருகின்றன. இதே மாதிரி "கரிசாலைக் கற்கம்" "அவுரியிலைக் கற்கம்" முதலியவற்றையும் செய்து கொடுக்கலாம்.

வேறு

கீழ்க்காய்நெல்லிச் செடி நான்கு, ஏலக்காயரிசி, சீரகம், கறிமஞ்சள் தூள் இவை வகைக்கு ஒரு காசு எடை சேர்த்து, பசுவின் பால் விட்டரைத்து மேற்கண்ட பால், மோர் ஏதேனும் ஒரு அனுபானத்தில் கலக்கிக் காலை, மாலை, கொடுக்க நிச்சயம் குணமாகும். ஈர வெங்காயம் ஒரு பல்லும் சேர்த்து அரைக்கலாம். இதனை எருமைத் தயிர் அல்லது மோர் அல்லது எருமைச் சாணிப்பால் வகைக்கு 2 ஆழாக்கு வீதம் கலந்து, அதில் கலக்கிக் கொடுக்கலாம். வெள்ளாட்டுப்பால், மோர் இவற்றிலும் கலக்கிக் கொடுக்கலாம். உப்பு இல்லாப் பத்தியம் இருக்க வேண்டும். எருமைச் சாணிப்பால் என்பது, எருமை சாணம் போட்ட நிமிடமே அதை எடுத்து ஒரு கெட்டித் துணியில் வைத்துப் பிழிய நீர் வரும். அதனையே சாணிப்பால் என்பர். அதனை மோர் அல்லது தயிருடன் சமன் கலக்கலாம்.

அவுரியிலைக் கற்கம்

தனி அவுரியிலையைக் கொட்டைப்பாக்கு அளவு விழுதாக அரைத்துப் பசுவின் பாலில் கலக்கிக் காலை, மாலை முன் போல் கொடுக்கக் குணமாகும்.

தேற்றான்கொட்டைக் கற்கம்

இளநீர் ஒன்றைக் கண் திறந்து நான்கு தேற்றான் விதைகளைத் தட்டி அதில் போட்டு இரவு வைத்திருந்து, காலையில் மேற்படி இளநீரில் ஊறிப் போயிருக்கின்ற தேற்றான் விதைப் பொடியை அரைத்து, இளநீரில் கலக்கிக் குடிக்கவும். மூன்று முதல் ஐந்து நாட்கள் காலை தோறும் இவ்விதம் சாப்பிடக் குணமாகும். உப்பு இல்லாப் பத்தியம் அவசியம்.

ஆவாரை வேர்ப்பட்டைக் கற்கம்

ஆவாரை வேர்ப்பட்டையை எலுமிச்சங்காய் அளவு அரைத்துத் தேங்காய்ப் பாலில் கலக்கிக் காலை, மாலை மூன்று நாட்கள் கொடுக்கக் குணமாகும். உப்பு இல்லாப் பத்தியம் அவசியம்

இரசப்பற்பத்துடன் கற்கங்கள்

மஞ்சள் காமாலையுடன் வலப்பாட்டீரல், இடப்பாட்டீரல் ஆகியன பருத்திருந்தால் உயர்ந்த மாதிரியில் தயாரித்த இரசப்பற்பம் 1/2 முதல் 1 அரிசி எடை எடுத்துப் பனைவெல்லத்தில் பொதிந்து காலை, மாலை விழுங்கச் செய்து உடனே மேலே கூறிய கீழ்க்காய்நெல்லிக் கற்கம் அல்லது அவுரியிலைக் கற்கம் ஆகியவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றைப் பசுவின்பாலில் கலக்கிக் கொடுக்கவும். மூன்று முதல் ஐந்து நாட்கள் இவ்விதம் கொடுக்கவும். நோயின் பலம் மற்றும் நோயாளியின் பலம் அறிந்து நாள் அளவை நிதானித்து, மருந்தைக் கொடுக்க வேண்டும். உப்பு இல்லாப் பத்தியம் மேற்கொள்ள ஈரல் கட்டி கரைந்து, மஞ்சள் காமாலையும் குணமாகும்.

முள்ளங்கியிலைச் சாறு

தனி முள்ளங்கியிலைச் சாற்றுடன் பால் சமன் கலந்து காலை, மாலை 3 முதல் 5 நாட்கள் கொடுக்க, மஞ்சள் நோய் குணம் ஆவதாகக் கூறப்படுகிறது. உப்பு இல்லாப் பத்தியம் அவசியம்.

சிறு ஆமணக்குக் கொழுந்து

இதைச் சேகரித்துத் தட்டிச் சாறு பிழிந்து, வெள்ளாட்டுப் பால் கலந்து வைத்துக் கொண்டு ஆழாக்கு வீதம் வாரம் ஒரு முறை (ஞாயிறன்று) அதிகாலையில் கொடுக்கப் பேதியாகும். காமாலை நோயைத் தடுக்கும் முறையாகவும் குணப்படுத்தும் பரிகாரமாகவும் இதனைக் கொடுக்கலாம். உப்பு இல்லாப் பத்தியத்துடன் வெள்ளாட்டுப் பாலும் சோறும் கொடுக்கலாம். மறுநாள் உப்பு சேர்க்கலாம்.

கரிசலாங்கண்ணி மாத்திரை

கரிசலாங்கண்ணி (கரிப்பான்) ஒருகைப் பிடி (ஒரு குத்து), கருஞ்சீரகம், அரிசித்திப்பிலி, மிளகு, பூண்டு இவை வகைக்குக் கால் பலம் எடுத்து முறைப்படி

நன்றாய் அரைத்துச் சுண்டைக்காய் அளவு மாத்திரை உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி வாயகன்ற புட்டியில் போட்டுத் ததும்ப நயமான நல்லெண்ணெய் விட்டு வாய் மூடி, மூன்று நாள் வெய்யிலில் வைத்திருந்து, அப்பால் காலை, மாலை ஒரு உருண்டை வீதம் சாப்பிட்டுவர, சோபையுடன் கூடிய வறட்காமாலை குணமாகும். புளி, உப்பு நீக்கவும்.

கீழ்க்காய்நெல்லி நெய்

கீழ்க்காய்நெல்லிச்சாறு ஒரு படி, பசு நெய் ஒரு படி, வால்மிளகு, சாதிக்காய், ஏலக்காயரிசி இவை வகைக்கு அரை பலம் வீதம் எடுத்துப் பால் விட்டு அரைத்து, எல்லாவற்றையும் தைலச்சட்டியில் கலந்து அடுப்பேற்றிப் பதமாய்க் காய்ச்சி வடித்து வைத்துக்கொண்டு, உச்சிக் கரண்டி வீதம் காலை, மாலை கொடுக்க, காமாலை நோய் குணமாகும். உப்பு இல்லாப் பத்தியம் தேவை.

கரிசாலை நெய்

கரிசாலைச் சாறு ஒரு படி. பசு நெய் ஒரு படி. முக்கடுகு (சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி) ஒரு பலம், குரோசாணி ஓமம் 1/4 பலம், வால் மிளகு 1/2 பலம் எடுத்து மேற்கூறியது போல் இதனையும் முறைப்படி காய்ச்சி வடித்துக்கொண்டு காலை, மாலை ஒரு உச்சிக்கரண்டி வீதம் கொடுத்துவர வறட்காமாலை நோய் நீங்கும். உப்பு இல்லாப் பத்தியம் கொள்ளவும்.

தேக வன்மைக்குரிய மருந்துகள்

அயச்சம்பீரக் கற்பம், அயப்பிருங்கராஜ கற்பம், அயக்காந்தக் கரிசாலை உருண்டை, சீவலோகச் செந்தூரம், சீவலோக மெழுகு, கரிசாலை லேகியம், சித்த மண்டூரம் முதலியவற்றைப் பற்றி பாண்டு நோயில் கூறி இருப்பதைக் கவனிக்கவும். காமாலை நோயிலும் அவற்றைப் பிரயோகிக்கக் குணமாகும். அன்றியும் காந்த அயம், அயவீரம், அயக்காந்தம், அயத்தங்கம், காந்தச் சுவர்ணம், சுவர்ணப் பவழம், சுவர்ணம், முத்து, நற்பவழம், கொடிப்பவழம், லோகமண்டூரம், முத்துச்சிப்பி, பலகரை, கற்பூர சிலாசத்து, சங்கு ஆகியவை சேர்ந்த பற்பச் செந்தூரங்கள், சுயமாக்கினி, நவலோகச் செந்தூரம், திரிலோகச் செந்தூரம், சித்தர் நவலோகக் கற்பம், ஆறுமுகச் செந்தூரம், அன்னபேதிச் செந்தூரம், வானமா மெழுகு, கனகலிங்க மெழுகு, அபரஞ்சி ரேக்கு மெழுகு ஆகிய இவைகளில் ஒன்று அல்லது பல சேர்த்தும் அவசியம் போல் தக்க அளவில், தக்க அனுபானங்களுடன் கொடுத்து வர பாண்டு, சோபை, காமாலை முதலிய

நோய்களைக் குணமாக்கிக் குருதியின் வன்மையையும் தேக வன்மையையும் பெருக்கி, உடலை நன்னிலையில் நிலைத்திருக்கச் செய்யும்.

திராட்சைக் குடிநீர்

அங்கூர் திராட்சை (விதை, காம்பு நீக்கி) — 60 கிராம்

ஏலக்காய் (தோலுடன்) — 30 எண்ணிக்கை

வால்மிளகு — அரை தேக்கரண்டி அளவு

சீரகம் — ஒரு தேக்கரண்டி அளவு

ரோஜாப்பூ இதழ்கள் (புதியதாக)

கீழ்க்காய்நெல்லி வேர் (புதியதாக)

தண்ணீர் — 4 லிட்டர்

இவைகளைச் சட்டியில் இட்டுச் சிறு தீயில் காய்ச்சி நான்கில் ஒன்றாய் வற்றவைத்து, அப்போதைக்கப்போது வடிகட்டி வேளைக்கு வீசம் படி வீதம், ஒரு நாளைக்கு 2 அல்லது 3 வேளை சிறிது சீனாக்கற்கண்டு சேர்த்துக் கொடுத்துவர, எப்பேர்ப்பட்ட காமாலை நோயும் 3 முதல் 5 நாட்களுக்குள் வேகம் குறைந்து குணமாகிவிடுகிறது. காமாலைக்குரிய பற்பச் செந்தூரங்களுக்கு இக்குடிநீரை அனுபானமாக உபயோகிப்பது சாலச் சிறந்தது. இக்குடிநீருடன் கற்பூரச் சிலாசத்து பற்பம் சேர்த்துக் கொடுத்து வர விரைவில் காமாலை நோய் குணமாகும். உப்பு இல்லாப் பத்தியம் கொள்ளவும்.

பற்ப மருந்து

வலப்பாட்டீரல் வீக்கத்துடன் சுரம், காமாலை முதலிய குறிகுணங்கள் இருப்பின் அடியிற் குறிப்பிட்ட பற்பத்தையும் குடிநீரையும் தயாரித்துக் கொடுத்து வந்தால் நிச்சயம் குணமாகும்.

கீழ்க்காய்நெல்லி, மணத்தக்காளி, பொற்றலைக்கையான் ஆகியவற்றில் ஒன்றைக் கொண்டு தயாரித்த பவழப் பற்பம் ஒரு பங்கு

கீழ்க்காய்நெல்லிச் சமூலத்தைக் கொண்டு தயாரித்த கற்பூரச்சிலாசத்து பற்பம், மான் கொம்பு பற்பம், பொற்றலைக்கையானைக் கொண்டு தயாரித்த அயமண்டூரச் செந்தூரம் இவை வகைக்கு 2 அல்லது 2 1/2 பங்கு

சொர்ணவாலை இரசச் செந்தூரம் — ஒரு பங்கு

உலாந்தாலிங்கக் கட்டுச் செந்தூரம் — ஒரு பங்கு

நயம் கத்தூரி செந்தூரம் — ஒரு பங்கு

இவற்றை முறைப்படி ஒன்றாய்க் கலந்து வைத்துக் கொண்டு இதில் 2 முதல் 4 சிட்டிகை வீதம் எடுத்துக் காலை, மாலை தேனில் குழப்பிக் கொடுத்து, ஏதேனும் ஒரு குடிநீரைப் பருகி வர குணமடையும். சுரம் தணியும். மலம், சிறு நீர் ஒழுங்காய்க் கழியும். ஈரல் வீக்கம் கரைந்துவிடும். மிகுந்த முயற்சி எடுத்து இம்மருந்துகளைத் தயாரிக்க வேண்டும்.

பற்பத்திற்குரிய குடிநீர்

கீழ்க்காய்நெல்லிச் சமூலம் — 4,5 செடி

விட்டுணு கிரந்தி — ஒரு கைப்பிடி

கரிசாலை — ஒரு கைப்பிடி

சீரகம், ஏலக்காய், பறங்கிச்சக்கை,

சாதிக்கோட்டம் இவை வகைக்கு — அரை தோலா

அங்கூர் திராட்சை — 3 தோலா

தண்ணீர் — ஒரு படி

இவற்றை முறைப்படி சட்டியில் இட்டுக் காய்ச்சி, நான்கில் ஒன்றாய் வற்ற வைத்து வடிகட்டி காலை, மாலை அரை ஆழாக்கு வீதம் பற்பதத்துடன் கொடுக்கக் குணமாகும்.

குறிப்பு

காமாலை நோயில் மேற்கண்ட எந்த மருந்தைக் கொடுப்பினும் புளி, உப்பு இல்லாமல் மோர் சாதம், பால், கஞ்சி ஆகியவற்றைக் கொடுப்பதே நல்லது. எத்தனை நாட்கள் பச்சிலை மருந்துகள், இரசப் பற்பம் முதலியவை கொடுக்கப்படுகிறன்றனவோ அத்தனை நாட்கள் பின்னிட்டும் மேல் பத்தியம் (மருந்து சாப்பிட்டு முடிந்த பின்னும் மீண்டும் அதே நாள் அளவு முன் கூறிய பத்தியத்தைக் கடைப் பிடித்தல் மேல் பத்தியம் எனப்படும்) வைப்பது நலமாய்

இருக்கும். பின் ஓமக் குளியல் ஒரு முறையும், பிறகு வால்மிளகு அல்லது பஞ்சகற்பூரக் (சாதிக்காய், கிராம்பு, தக்கோலம், ஏலம், கற்பூரம்) குளியல் மூன்று முறையும் அடுத்தடுத்துச் செய்யவேண்டும். மூன்றாவதாகக் கீழ்க்கண்ட தைலங்களில் ஏதேனும் ஒன்றில் வாரம் இருமுறை தலை முழுகி வரவேண்டும். இவ்வாறு தலை முழுகிவர, காமாலை நோயினால் ஏற்பட்ட சிரமங்கள் மாறி உடல் குளிர்ந்து (சூடு தணிந்து), உடல் வன்மை அடையும்.

தைலங்கள்

நல்லெண்ணெய் இரண்டு ஆழாக்கு, கீழ்க்காய்நெல்லிவேர், கருஞ்சீரகம், நற்சீரகம் இவை வகைக்குக் கால் பலம் இவற்றைப் பசும்பால் விட்டு அரைத்து, கலக்கிக் காய்ச்சி வடித்துத் தலை முழுகி வரலாம். அல்லது

- ❖ கீழ்க்காய்நெல்லிச்சாறு கொண்டு தயாரிக்கும் தைலம்
- ❖ கரிசாலைத் தைலம்
- ❖ கையான் நெல்லிக்காய்த் தைலம்
- ❖ வெட்டிவேர்த் தைலம்
- ❖ அரக்குத் தைலம்
- ❖ மகா சந்தனாதித் தைலம்

ஆகிய ஏதேனும் ஒன்றில் தலைமுழுக நல்ல பலனைத் தரும்.

காமாலைக்கு நசியம்

கரிப்பீர்க்கு விரைப்பருப்பைப் பொடித்து முடிச்சு கட்டி முலைப்பாலில் நனைய வைத்து, நாசியில் நாளைக்கு மூன்று வேளை, ஆறு நாட்கள் பிழிந்துவர, நாட்பட்ட காமாலை நோய் தீரும். நாசியைச் சிந்தச்சிந்த மஞ்சளாகப் பித்தநீர் வெளியாகும். உப்பு வறுத்துக் கூட்டவும். புளி நீக்கவும். 15 நாட்களுக்கு இந்தப் பத்தியம் தேவை. 7-ஆம் நாள் கொதிநீரில் முழுகவும். ஒரு மண்டலம் வரை மாதர்களைச் சேரக் கூடாது.

குட்டிவிளாயிலையைக் கசக்கிச் சாறு எடுத்துக் காலை தோறும் இரண்டு நாட்கள் நாசியில் பிழிய, இரண்டு நாட்களில் காமலை குணமாகும்.

பத்தியம்: அன்றைய தினம் மட்டிலும் புளி, உப்பு நீக்கவும். இரவில் புழுங்கலரிசிக் கஞ்சி சாப்பிடலாம். மறுநாள் புளி, உப்பு சேர்க்கலாம். மூன்றாம் நாள் முக்கூட்டு நெய் (நல்லெண்ணெய், விளக்கெண்ணெய், பசுநெய்) தேய்த்துத் தலை முழுகலாம்.

பச்சிலைக் கட்டு

செவ்வாய் அல்லது ஞாயிற்றுக் கிழமையில், தைவேளை அல்லது மாவிலங்கு ஆகிய இரண்டில் ஒன்றுக்குத் தூபம் தீபம் காட்டி, நமசிவாய நசி, நசி என்று உரு செபித்து, இலையைப் பறித்துக் கசக்கித் துட்டு அகலம் வைத்து அதன் மீது அரையணாத் துட்டு அல்லது அது போன்ற ஒரு ஓட்டை வைத்துக் கட்டி விடவும். தோளுக்கும் முழங்கைக்கும் மத்தியில் கருவேல நரப்பின் மேலே வைத்துக் கட்டவும். ஆண்களுக்கு இடது கையிலும், பெண்களுக்கு வலது கையிலும் மேற்படி, பச்சிலையை மேற்கூறிய பிரகாரம் வைத்துக் கட்டவும். நோயாளி வலி தாங்க முடியாது துடித்திடுவார். மறுநாள் கட்டை அவிழ்த்துப் போடவும். கொப்பளம் உண்டாகி விரணமாகும். அதற்கு விளக்கெண்ணெயும் மஞ்சள் தூளும் கலந்து குழைத்துப் போட்டு வரவும். பதினாறு நாட்களுக்கு இந்த மருந்தை விரணத்தின் மேல் போட்டு வர, புண் ஆறிப்போம். காமாலையும் குணமாகிவிடும். அப்பால் கரப்பான் பதார்த்தங்கள் (மாமிசம், சோளம், கம்பு, தினை, வரகு, சாமை, கிழங்கு வகைகள், வாழைக்காய், மீன், கருவாடு, கத்தரிக் காய், தடியன் காய் முதலியன) உட்பட எல்லாப் பதார்த்தங்களையும் உணவில் சேர்க்கலாம். பதினாறு நாட்களும் கரப்பான் பண்டங்களைத் தள்ளுபடி செய்யவும்.

காமாலைப் பொடி

மஞ்சள் கரிசாலை பாவனைச் சூரணம்

கீழ்க்காய்நெல்லிச் சமூல பாவனைச் சூரணம்

இவ்விரண்டையும் சமம் வைத்துக்கொண்டு 1/4 முதல் 1/2 தேக்கரண்டிஅளவு ஒரு நாளைக்கு 2 அல்லது 3 வேளை பசும் பால், மோர் அல்லது வெள்ளாட்டுப்பால், மோர் ஆகிய ஏதேனும் ஒன்றில் கலக்கிக் கொடுக்கலாம். அல்லது தேனில் குழப்பியும் கொடுக்கலாம். தனியாகவும் கொடுக்கலாம். வேறு காமாலை மருந்து அல்லது வேறு பற்பச் செந்தூரங்களுக்குத் துணை மருந்தாகவும் இதனை உபயோகிக்கலாம். வலப்பாட்டீரல், இடப்பாட்டீரல் நோயிலும் சிறந்த குணமளிக்கும்.

வேறு

கப்பு மஞ்சள் அல்லது கறிமஞ்சள் சுட்ட கரி — 1 பாகம்

வால்மிளகு வறுத்து இடித்த பொடி — 1 பாகம்

நற்சீரகம் வறுத்து இடித்த பொடி — 1 பாகம்

சீனாக்கற்கண்டு பொடி — 4 பாகம்

கற்பூரச்சிலாசத்து பற்பம் — 1 பாகம்

இவ்வைந்து சரக்குகளையும் ஒன்றாய்க் கலந்து வைத்துக் கொண்டு வேளைக்கு 10 முதல் 15 குன்றி அளவு தினம் 2 அல்லது 3 தடவை பசும்பால், வெள்ளாட்டுப் பால், தேன், ஆரஞ்சு ரசம் ஆகிய ஏதேனும் ஒன்றில் அனுபாலித்துக் கொடுத்துவர, காமாலை நோய் குணமாகும். இந்தப் பொடியை வேறு காமாலை மருந்து அல்லது பற்பச் செந்தூரங்களுக்குத் துணை மருந்தாகவும் உபயோகிக்கக் காமாலை, பாண்டு, சோபை, வலப்பாட்டீரல் நோய் முதலியவை விரைவில் குணமாகும்.

காமாலைக்குப் பூவரசு கொழுந்து இலைக் குடிநீர்

உருக்குச்சட்டியை அடுப்பில் வைத்து 8 கிராம் மிளகு போட்டுச் சிறிது வறுத்துக் கொள்ளவும். பின் சட்டியில் வைத்தே அதைப் பொடி செய்து கொள்ள வேண்டும். பின் அச்சட்டியில் பொடியின் மீது அரைப்படி இளநீர் விடவேண்டும். அது கொதிக்க ஆரம்பித்ததும் ஒரு குத்து (கைப்பிடி) பூவரசு கொழுந்து இலையைக் கையில் வைத்துக் கசக்கிச் சாற்றைப் பிழிய வேண்டும். சக்கையையும் அந்நீரிலேயே போட்டுவிடவேண்டும். சில நிமிடங்களில் 1/8 படி அளவு நீர் வற்றி விடும். பின் அடுப்பிலிருந்து சட்டியை இறக்கி நீரை வடிகட்டி ஆற வைக்க வேண்டும். இளம் சூடாக இருக்கும்பொழுது நோய் கண்டவர் அம்மருந்தை அருந்த வேண்டும். மொத்தத்தில் மூன்று பொழுது இம்மருந்தைத் தயாரித்து உண்டால் நோய் உடனடியாகக் குணம் அடைகிறது. இம்மருந்தைச் சாப்பிட்ட பின் உணவில் உப்போ, உரைப்போ கண்டிப்பாக (ஒரு நாள் முழுதும்) சேர்க்கக் கூடாது. இனிப்பும் குறைக்கப்பட வேண்டும். மருந்து சாப்பிடுவதற்கு முன் தேவையான உணவை உண்ணலாம்.

சாப்பிடும் கால முறை

ஒரு நாள் மாலை 6 மணிக்கு ஒரு பொழுது சாப்பிட்டால், அடுத்த நாள் காலை 6 மணிக்கு இரண்டாம் பொழுது அருந்த வேண்டும். அன்று மாலை 6

மணிக்கு மூன்றாம் வேளை மருந்தை அருந்த வேண்டும். அன்று முழுவதும் உப்பு இல்லா அரிசிக் கஞ்சி மட்டும் சாப்பிடுவது நல்லது, அடுத்த நாள் காலை சிறிதளவு பசு வெண்ணெயைத் தலையில் தேய்த்து 1/2 மணி நேரம் கழித்துக் குளிர்ந்த நீரில் குளிக்க வேண்டும். பின் தேவையான அளவு விரும்பிய உணவை உண்ணலாம். நீண்ட நாள் கடுமையாகப் பாதிக்கப்பட்ட நோயாளிகள் ஒரு நாள் விட்டு மீண்டும் 3 பொழுது மருந்தைச் சாப்பிடுவது நல்லது. குழந்தைகளுக்கு அவர்களின் வயதைப் பொறுத்தும், உடல் வன்மையைப் பொறுத்தும், தன்மையைப் பொறுத்தும் மருந்தின் அளவைக் கணித்துக் கொடுக்க வேண்டும்.

காமாலைக்கு நந்தியாவட்டைச் சூரணம்

அடுக்கு நந்தியாவட்டை வேரின் மேல்தோல், பாலில் வேகவைத்த சிவதை வேரின் மேல்தோல், கடுக்காய்த்தோல் இவைகளைச் சம பங்கில் எடுத்துக் காயவைத்துக் கல் உரலிலும் இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து கொள்ளவும். இச்சூரணத்தை மூவிரல் கொள்ளும் அளவு எடுத்து, வெந்நீருடன் உட்கொண்டால் காமாலை, பித்தாதிக்கம், பாண்டு, சோகை முதலியன தீரும்.

காமாலைக்குத் தேங்காய் மருந்து

ஒரு முற்றிய தேங்காயைக் கொண்டுவந்து அதன் கண்களைத் திறந்து, அதிலுள்ள நீரை ஒரு பாத்திரத்தில் ஊற்றி விடவும். மூக்கிரட்டை வேரை மேற்படி இளநீர்விட்டு அரைத்து விழுதாக்கி, தேங்காய்க்குள் செலுத்திடவும். பின்பு தேங்காயின் கண்ணை அடைத்துப் பலமாக மண்கவசம் பூசி, காய்ந்தவுடன் 3 நாளைக்குப் பூமியில் புதைத்து விடவும். 4-ஆவது நாள் இதை எடுத்துக் கவசத்தை நீக்கித் தேங்காயை உடைத்து அதிலுள்ள மருந்தை 3 பங்குகளாகச் செய்து, தினம் ஒரு பங்கெடுத்து, எருமைத் தயிர் விட்டு நன்றாக அரைத்துக் குழப்பி உட்கொள்ளவும். பத்தியமாகக் கொழுப்பு இல்லா உணவை உட்கொள்ளவும்.

காமாலைக்கு இரு மருந்துகள்

மணத்தக்காளியைச் சமூலமாக எடுத்தோ அல்லது கீழாநெல்லியைச் சமூலமாக எடுத்தோ அம்மியின் மேல் வைத்துச் சிறிது தண்ணீர் விட்டு அரைத்து எலுமிச்சம்பழப் பிரமாணம் எடுத்து, பசுவின் மோரிலோ அல்லது தயிரிலோ கொடுக்கவும்.

கையாந்தகரைக் கற்கம்

கையாந்தகரைக் கொழுந்து, செருப்படைக் கொழுந்து, மஞ்சள், மிளகு ஆகிய நான்கு சரக்குகளையும் சமம் எடுத்து, அம்மியின் மேல்வைத்து அரைத்து, ஒரு எலுமிச்சம்பழப் பிரமாணம் எடுத்து, வெள்ளாட்டு மூத்திரத்துடன் கலந்து சாப்பிடவும். காமாலை, நீர்க்காமாலை (ஊது காமாலை) முதலியன தீரும்.

காமாலைக்குச் சிகைக்காய் மருந்து

புதுச் சீயக்காயை எண்ணிக்கையில் 4 கொண்டுவந்து அதனுள் இருக்கும் விதையை நீக்கிவிட்டு, அக்காய்களைத் தண்ணீர் விட்டு நன்றாக அரைத்துப் பசுவின் பால் 1/2 லிட்டரில் குழப்பிப் பருகவும். பேதி ஆகில் மிகவும் நல்லது. 3 நாளைக்குக் கொடுக்கவும்.

பத்தியமாகப் பசுவின் பால் விட்டுச் சாதம் சாப்பிடவும். உப்பையும், புளியையும் நீக்கவும். எவ்விதமான காமாலை ரோகங்களும் தீரும்.

வறட்காமாலைக்குப் பொன்னாங்காணி நெய்

பொன்னாங்காணியின் வேரை ஒரு நாரத்தங்காய் அளவு கொண்டு வந்து அம்மியின் மேல் வைத்து அரைத்துக் கொள்ளவும். அதை 4 லிட்டர் பசுவின் பாலுடன் குழப்பி அப்படியே தோய வைக்கவும். பின்பு மறுநாள் அதைக் கடைந்து வெண்ணெயை எடுத்து நோயாளி சாப்பிட்டுவர, வறட்காமாலை தீரும்.

காமாலைக்குப் பிரண்டை மருந்து

பிரண்டைக் கொழுந்து, மிளகு, வசம்பு, சுக்கு இவைகளைச் சமன் எடை எடுத்து அம்மியின் மேல் வைத்து நன்றாக அரைத்து, அவ்விழுதில் ஒரு பாக்கு அளவு எடுத்துத் தவிட்டுடன் புரட்டிச் சாப்பிடவும்.

காமாலைக்குக் கண் மருந்து

கழற்சிக்கொடியிலை, பூண்டு, வசம்பு, இவைகளை நசுக்கித் துணியில் வைத்து, காமாலை நோயாளியின் இரு கண்களிலும் பிழியவும். இது மிகவும் காரமுள்ள மருந்தாகையால் 1/2 துளி வீதம் இரண்டு கண்களிலும் விடவும். கண்களில் வீக்கம் ஏற்படில், அருகங்கொழுந்தைப் பசுவின் பாலில் அரைத்துக் குழப்பி 6 நாளைக்குக் கொடுத்து வரவும். காமாலை தீரும்.

காமாலைக்கு அரித்ராதிச் சூரணம், பற்பம்

மஞ்சள், கடுக்காய்த் தோல் தான்றிக்காய்த் தோல், நெல்லிமுள்ளி, இந்துப்பு, கடுகுரோகணி ஆகிய இவைகளைச் சம அளவு எடுத்துக் காயவைத்துக் கல்லுரலில் இடித்து, ஒரு வெருகடி (பூனையின் காலடி) அளவு தூள் எடுத்து நீருடன் குழைத்துச் சாப்பிடவும். காமாலை தீரும்.

சிற்றாமுட்டி இலை, கொன்றைப்பட்டை, நாகப்பட்டை, கொத்துமல்லி இலை, சுத்தி செய்த அரப்பொடி, அவுரி இலை இவைகளைச் சமன் எடை எடுத்துப் பற்பமாக்கிக் கல்வத்திலிட்டு எலுமிச்சம் பழச்சாறு விட்டு நன்றாக அரைத்து வைத்துக்கொண்டு, சுண்டைக்காய் அளவு இம்மருந்தைச் சாப்பிட்டுவரக் காமாலை தீரும்.

காமாலைக்கு ஆமணக்கிலை மருந்து

ஆமணக்குக் கொழுந்து, சாரணைக் கொழுந்து, சு. ந, வெள்ளை வெங்காயம் இவைகளைச் சமன் எடை எடுத்து அம்மியின் மேல் வைத்து நன்றாக அரைத்து எருமைத் தயிரில் குழப்பிச் சாப்பிடக் காமாலை தீரும்.

காமாலைக்கு அரப்பொடி மருந்து

அரப்பொடியை மருதம் பட்டைச் சாற்றில் ஊறவைத்து வெய்யிலில் உலர்த்தித் தூள் செய்து, அத்துடன் விதை போக்கிய 40 கடுக்காய்த் தோலைக் கறுக வறுத்து இடித்து மேற்படி அரத்தூளுக்குச் சம அளவு கலந்து உண்டுவர, நீர்ப் பசலை நோயும் பாண்டு நோயும் காமாலையும் தீரும்.

காமாலைக்கு அரிநெல்லி

அரிநெல்லியினை ஒரு புன்னைக்காய் அளவு அரைத்து, கால் படி புளித்த மோருடன் கலந்து கொடுக்கவும். இப்படி 3 நாள் காலையில் கொடுக்கக் காமாலை தீரும். வெள்ளாட்டுப்பால் விட்டுச் சாதம் உண்ண வேண்டும், உப்பு கூடாது.

காமாலைக்கு எருமைச் சாணிப்பால்

எருமைச் சாணிப்பால், எருமைத் தயிர் இரண்டும் கலந்து சீரகம், வெங்காயம் சமன் சேர்த்து அரைத்து, எருமைப்பாலில் கலக்கிக் கொடுக்கவும். 6 அல்லது 7 வேளை கொடுக்கக் காமாலை நீங்கும்.

காமாலைக்குக் குடிநீர்கள்

❖ இலுப்பைப் பூ, சீந்தில் கொடி, வேப்பன் ஈர்க்கு, ஆடாதோடை ஈர்க்கு, தேற்றான் கொட்டை, வெட்டிவேர் இவைகளைச் சம எடை எடுத்துக் கியாழம் (குடிநீர்-கசாயம்) வைத்துச் சர்க்கரை, நெய், தேன் இவைகள் ஏதேனும் ஒன்றில் கலந்து குடித்தால் காமாலை தீரும்.

❖ சிவநாதச் சூரணம் 70 கிராமைக் குளிர்ந்த நீரிலாவது, தேனிலாவது, திரிபலா கியாழத்திலாவது கலந்து உட்கொண்டால் காமாலை நீங்கும்.

❖ வெள்ளைச் சிவதை, சுக்கு, செம்முள்ளிவேர் இவைகளின் சூரணத்தைப் பசும்பால், சர்க்கரையுடன் கலந்து கொடுக்கலாம்.

❖ திரிபலைக் குடிநீர், சீந்தில் கொடிச்சாறு, மரமஞ்சள் குடிநீர், வேப்பம்பட்டைக் குடிநீர் இவைகளில் ஏதாவது ஒரு குடிநீரில் மேற்கூறிய சூரணத்தைப் போட்டு, தினம் காலையில் தேன் கலந்து சாப்பிட, காமாலை நோய் தீரும்.

❖ கீழாநெல்லி சமூலம் 50 கிராம், சுக்கு 10 கிராம் இவைகளை அரைத்து அல்லது குடிநீர் செய்து குடிக்கலாம்.

❖ கீழாநெல்லி, கடுக்காய் இவைகளைக் குடிநீர் செய்து அதில் சர்க்கரை கலந்து குடித்தாலும் காமாலை நீங்கும்.

❖ பொன்னாங்காணி வேர், அவுரி வேர், கடுக்காய், வெள்ளைப் பூசனிக் கொழுந்து இவைகளில் எதையாகிலும் வெள்ளாட்டு மோர் விட்டு அரைத்துக் கொடுத்தாலும் காமாலை நோய் போம்.

❖ அதிமதுரம், சீந்தில் சர்க்கரை, தேற்றான் கொட்டை, சந்தனம் இவைகளைக் குளிர்ந்த நீர் விட்டு அரைத்துக் கொடுத்தாலும் காமாலை ரோகம் நீங்கும்.

❖ திரிபலை, வேப்பம்பட்டை, நிலவேம்பு, ஆடாதோடை, சீந்தில்கொடி இவைகளைச் சேர்த்துக் குடிநீர் செய்து தேன்விட்டுக் கொடுத்தால் காமாலை, பாண்டு ரோகம் போகும்.

- ❖ நெல்லித்தோல், சுக்கு, திப்பிலி, மிளகு, மஞ்சள் இவைகளைச் சம எடை எடுத்துச் சூரணம் செய்து, அதில் அயச் செந்தூரம் கூட்டித் தேன், நெய், சர்க்கரை இவைகளில் கொடுத்தால் காமாலை நீங்கும்.

அபோராஜாதி சூரணம்

சுக்கு, திப்பிலி, மிளகு, வாய்விடங்கம், மஞ்சள், திரிபலை இவைகளைச் சமன் எடை எடுத்துச் சூரணித்து இத்துடன் சர்க்கரை கலந்தாவது அல்லது சிவதைச் சூரணத்தைச் சர்க்கரையுடன் கலந்தாவது அல்லது சிறுதேக்குச் சூரணத்துடன் சுக்குச் சூரணம், வெல்லம் சேர்த்தாவது அதில் அயச்செந்தூரம் கூட்டிக் கொடுத்துவரக் காமாலை தீரும்.

மஞ்சள், மரமஞ்சள், திரிபலை, கடுகுரோகணி இவைகளைச் சூரணித்து அத்துடன் மண்டூரச் செந்தூரம் சேர்த்து, தேன், நெய் கலந்து உண்டுவரக் காமாலை நீங்கும்.

கீழ்க்காய்நெல்லிச் சமூலத்தைக் கற்கம் செய்து கொட்டைப்பாக்கு அளவு எடுத்து அத்துடன் 300 மிகி. சங்குப்பற்பம் கூட்டி தினம் ஒரு வேளையாய்க் காலையில் மோருடன் அருந்தவும். இப்படி 3 அல்லது 5 நாள் உப்பு இல்லாப் பத்தியத்துடன் அருந்த காமாலை குணமாகும். சுத்தி செய்த சிலாசத்தைக் கோமூத்திரத்தினால் அரைத்துக் கலக்கிச் சாப்பிட்டாலும் ஊதுகாமாலை நிவர்த்தியாகும்.

கரிசாலைச் சூரணம்

உலர்ந்த கரிசாலையிலைச் சூரணம் —35 கிராம்

கடுக்காய்த்தோல் சூரணம் —15 கிராம்

மிளகுச் சூரணம் — 10 கிராம்

மருதோன்றிவேர் சூரணம் — 10 கிராம்

இவைகளைக் கலந்து கல்வத்தில் இட்டு மெல்லிய தூளாக அரைத்து வைத்துக்கொள்க. இதில் வேளைக்கு 2 கிராம் வீதம் எடுத்து அத்துடன் 200 மிகி. மண்டூரச் செந்தூரம் கூட்டி தினம் இருவேளையாக மோரில் அருந்திவர, 5 அல்லது 10 நாளில் காமாலை குணமாகும்.

காமாலை நோய்க்கு உணவு

நோயாளியின் வன்மைக்குத் தகுந்தவாறு உப்பு இல்லாப் பத்தியம் வைப்பது குறிப்பிடத்தக்கது. புளி, உப்பு நீக்கிய கஞ்சி வகை நல்லது. இருமுறை வடித்த சோறு கொடுக்கலாம். நோய் வரும் வழியில் கூறியபடி பித்தக்குழாயில் அடைப்பு ஏற்பட்டு, சீரணத்திற்குப் பித்த நீர் கிடைக்காத நிலையில் கொழுப்புப் பொருட்கள் சீரணமாகாது. எனவே நெய், வெண்ணெய், எண்ணெய் போன்ற கொழுப்புப் பொருட்களை நோய் முற்றிலும் குணமாகும் வரை நீக்குதல் வேண்டும். தாளிப்பு இல்லாத இளங் காய்கறிகள், கீரை வகைகள், பழங்கள், மோர், வெள்ளாட்டுப்பால் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். பசித்தீயைத் தூண்ட இஞ்சி முதலியவற்றின் துவையல் சேர்க்கவும். உணவுடன் கரும்புச்சாறு, எலுமிச்சம்பழச்சாறு, இஞ்சி முதலியவற்றைச் சேர்த்தும் கொடுக்கலாம். புகைப்பிடித்தல், புகையிலை, கள், சாராயம் போன்ற போதை தரும் பொருட்களை அறவே நீக்க வேண்டும். நோய் முற்றிலும் குணமாகும் வரை ஓய்வில் இருப்பது அவசியம்.

10

பெருங்கழிச்சல்

முன்னுரை

மிகுகழிச்சல், அதிசாரம் என்பன இதன் வேறு பெயர்கள். உண்ட உணவு செரித்ததும் செரியாததுமாகக் கழிவதும், சில வேளை கீழ்க்குடல் வெதும்பி இருப்பின் அங்குத் தங்க முடியாமையால் உடனே கழிந்துவிடுவதும், உடலுக்கு ஊட்டம் தருவதற்காக உண்ணும் உணவு குடலில் தங்காது வெளியாகி விடுதலும், உடலின் ஊட்டம் குறைந்து உடல் மெலிவடைவதும், உண்ட பொருள் அனைத்தும் அடிக்கடி பல முறை கழிவதுமான இயல்பை உடையதால் பெருங்கழிச்சல் எனவும்; உணவின் சாரத்தை உடலுக்கு அளிக்காது வெளிக்கொண்டு வருதலான இயல்பை உடையதால் அதிசாரம் எனவும் வழங்கப்படுகிறது.

நோய் வரும் வழி

மாப்பண்டம், புலால், நெய், எண்ணெய் வகைகள் கூடிய உணவுகளை மிகுதியும் புசித்தல்; அழுகிய மீன், அழுகிய காய்கறிகள், ஊறிய பொருட்கள், எளிதில் செரிக்கக்கூடாத உணவுகளாகிய புலவு, கிச்சடி, வெல்லநீர் இவைகளை மிகுதியாக உண்ணல் முதலியவற்றாலும்; வயிற்றில் மந்தம் உற்றபோது புணர்தலாலும், பசித்தீக் கேடடைந்து, கீழ்நோக்குக்கால் (அபானவாயு) தூண்டப்பட்டு பெருங்கழிச்சல் நோய் உண்டாகும். அன்றியும் வயிற்றுப் புழு மிகுந்து இருப்பினும் இந்நோய் பிறக்கும் எனச் சித்த மருத்துவ நூல்கள் அறிவிக்கின்றன.

இரைப்பைப்புற்று நோயினாலும், இரைப்பையின் ஒரு பகுதியை அறுவை சிக்கிசை மூலம் நீங்கிவிடுவதாலும்,வெளுப்பு நோயைத் தொடர்ந்தும், இரைப்பை புண்பட்ட நிலையிலும், இரைப்பை சுரப்புகள் அதிகமாகச் சுரப்பதினாலும்,

சிறுகுடலில் ஏற்படும் இளைப்பு நோய், ஒட்டுண்ணிகள், நுண்கிருமிகள் இவற்றின் காரணமாகவும், சிறுகுடல் ஊட்டச்சத்தைச் சரிவர உறிஞ்ச முடியாத நிலையிலும், ஊட்டச்சத்துக் குறைவான நிலையிலும், சிலவகை உணவுப் பொருட்கள் ஒவ்வாத நிலையிலும், அடிக்கடி மலமிளக்கிச் செய்கையுள்ள மருந்துகளை உண்பதாலும், குடல் தாபிதமுற்ற நிலையிலும், குடல் புற்று நோயிலும் மிகு கழிச்சல் உண்டாகும்.

நாளமில்லா சுரப்பிகளின் மாறுபாட்டாலும் கழிச்சல் ஏற்படும். மனோ நிலை மாறுபடும் நிலையிலும், திடீரென்று ஏற்படும் வெப்பதட்ப மாறுபாடுகளினாலும், நாட்பட்ட வியாதிகளுக்கு நீண்ட நாள் மருந்து உண்பதாலும் மிகு கழிச்சல் ஏற்படும்.

அத்துடன் கணையத் தாபிதம், கணையப் புற்று, பித்தக் குழாய்களில் ஏற்படும் அடைப்பு, பெருங்குடல் தாபிதம் ஆகியவற்றினாலும் மிகு கழிச்சல் ஏற்படும்.

நோய் வகை

இந்நோய் வளி, அழல், ஐயம், முத்தாது என்ற நான்கின் வழியாக வரும் எனக் கூறுவர் ஒரு சாரார். புள்ளினம் (பறவை) முதலியவற்றால் வருவதைத் தோடப் பெருங்கழிச்சல் என்பர். சுர நோயில் கழிச்சலாவதைச் சுரப் பெருங்கழிச்சல் என்பர். பயம், துக்கம் முதலியவைகளால் உண்டான மன அதிர்ச்சியால் வரும் கழிச்சல் துக்கக் கழிச்சல் என்று அழைக்கபடுகிறது. குடலில் உண்டான அதிர்ச்சியால் குடலில் ஏற்பட்டப் புண்ணிலிருந்து வடியும் குருதியைக் குருதிக் கழிச்சல் என்றும் கொண்டு மேற்கூறிய வளி முதலான நான்குடன் கூட்டி, பெருங் கழிச்சல் நோயை எட்டு வகையினதாகக் கூறும் முறையும் காணப்படுகிறது.

1. வளிப் பெருங்கழிச்சல்

இந்நோயில் வயிறு பொருமி நொந்து, சூலை நோய் போல் வலித்து, வயிற்றில் காற்றுக் கூடி இரையும். நீர் இறங்காது. அடிக்கடி கழியும். உண்ட உணவு சரிவரச் செரிக்கமால் மஞ்சளித்தாகிலும் கறுத்தாகிலும் மிக்க நாற்றத்தோடு கழியும். உடல் வெளுக்கும். உணவு சீரணிக்காமல் கழிதலோடு, புளித்து நெஞ்சில் தங்கி இருக்கும்.

2. அழல் பெருங்கழிச்சல்

அழல் தாது மாறுபாட்டால் பிறந்த கழிச்சல் மஞ்சளித்து, வறண்டு, நுரை கூடி, மிகுந்த காற்றுப் பறிந்து இழியும். உடல்,கை, கால் வீங்கிக் காய்ச்சலோடு, உடல் வெளுத்துத் தலை நொந்து வாந்தி உண்டாகும்.

அன்றியும் இந்நோயில் கொப்பூழைச் சுற்றியுள்ள குடல் முறுக்கி வலிக்கும். உடலைத் துவளச் செய்யும் வயிறும் கீழ்வாயும் கடுத்து, முதலில் கருமையாகவும் நுரையுடனும் கூடிக் கழியும். பின்பு குருதி குருதியாய்க் கழியும்.

3. ஐயப் பெருங்கழிச்சல்

இந்நோயில் மிகுந்த கெட்ட நாற்றத்துடன் நுரைத்து, வயிறு அடிக்கடி வலித்துக் கழியும். பேதியுடன் ஊனும் கழியும். இந்நோய்க்குத் துணையாய்ச் சுவையின்மை, இருமல், மார்புச் சளி,பெருமூச்சு,மயிர்ச் சிலிர்த்தல், எருவாய்க் கடுத்தல், உடல் முழுமையும் தினவு எடுத்தல் ஆகிய குறிகளும் தொடரும்.

4. முத்தாதுப் பெருங்கழிச்சல்

உட்காய்ச்சல்,வெளியில் குளிர்ச்சி, விக்கல், வாந்தி, இருமல், மேல்மூச்சு, வயிறு இரைந்து இரத்த சீதமாய்க் கழிதல்,உறக்கம்,உடல் கடுப்பு, மேல் வலி, உணர்ச்சியற்றிருத்தல் ஆகியன ஏற்படும்.

5. சுரப் பெருங்கழிச்சல்

இது சுர நோய்க்குத் துணையாக வரும் நோயாகும். இன்னும் இது சுர நோய்க்குக் கழிச்சலே பெருங்குறியாக உள்ள டைப்பாயிடு, டைப்பஸ் என்னும் நோயையும் குறிக்கும். இந்நோயின் குறி குணங்களைச் சுரப் பகுதியில் காணலாம்.

6. தோடப் பெருங்கழிச்சல்

இது சிறு பிள்ளைகட்குப் பறவைகளின் பார்வையால் உண்டாகும் கழிச்சல் எனக் கூறுவர்.

7. பயம், துக்கப் பெருங்கழிச்சல்

மிகுதியான பயம் அல்லது துக்கம் காரணமாக வளி முதலான தாதுக்கள் தம் இயல்பு நிலையிலிருந்து மாறி கழிச்சலை ஏற்படுத்துகின்றன. இதில் தாதுக்களின் நிலை அறிந்து அவற்றைத் தன்னிலைக்குக் கொண்டு வருவதன் மூலம் கழிச்சலைக் கட்டுப்படுத்தலாம்.

8. குருதிக் கழிச்சல்

இந்நோய் மிகுந்த காரம், புளிப்புக் கூடிய உணவுகளைக் கொள்வதாலும், இரசம், பாடாணம் கூடிய மருந்துகளைப் பெரு அளவிலேனும் அல்லது நாள் அளவில் மிகுந்தேனும் கொள்ளினும், அல்லது குன்றிமணி, சித்திரமூலம், சேங்கொட்டை, முசாம்பரம் போன்ற புண்ணாகக் கூடிய பொருட்களைக் கொண்டு செய்த மருந்துகளை உள்ளுக்குக் கொடுப்பினும் அல்லது இவை போன்ற உள்ளுக்குச் செய்தனவற்றை அளவறியாது கொடுக்கினும் அவைகள் குடலைத் தாபித்துப் புண்ணாக்கி, குருதிக் கழிச்சலை ஏற்படுத்தும். அன்றியும் சீதக் கழிச்சலைப் போலவே சீதம் அல்லது எருவின்றிப் பச்சைக் குருதி போன்று இழிவதையும் குருதிக் கழிச்சல் என்பர்.

குறிகுணங்கள்

வாய் நீர் சுரத்தல், உணவில் விருப்பமின்மை, உண்ட உணவு செரியாமை, புளித்த ஏப்பம், விக்கல், வாய் குமட்டல், வயிறு நோதல், வயிறு இரைதல் என்னும் குறிகளைக் காட்டும். அடி வயிறு உப்பி இரைந்து, நொந்து செரித்ததும் செரியாததுமாய் அடிக்கடி கழிந்து, நாளுக்கு நாள் கழிச்சல் மிகுதியாகும். உடல் வன்மை குறைந்து வாடி வறண்டு போகும். உடலின் குருதி மெலிவடைந்து உடல் வெளுக்கும். கால் வீங்கி நீர்க்கோர்த்தல், ஊக்கமின்மை, மனம் தளர்தல், சோர்வு, வெகுளி, கைகால் சில்லிடல் என்னும் குறிகுணங்களையும் பெறும். தக்க மருத்துவம் செய்யாவிடின் கொறுக்கு வலி, நாடிதளரல் (வாதம் அடங்கல்) முதலியவை கண்டு, நீர்க்கட்டு உண்டாய் உயிரையும் போக்கும். புத்தி மட்டும் சாகும் வரை தன் நிலையில் நிற்கும்.

அசாத்திய நிலை

மாமிசம் கழுவிய நீர் போல் மலம் மிகுதியாய்க் கழிந்தாலும், தேன் போன்ற நிறத்தைப் பெற்றிருப்பினும், மேன்மேலும் விக்கல், ஈளை, வீக்கம், வியர்வை ஆகியவை ஏற்படினும் அதிசார நோய் குணமாகாது.

கருவுற்ற பெண்கள், பிள்ளை பெற்ற பெண்கள் ஆகியவர்களுக்கு அதிகமாகப் பேதி உண்டாகில் மருத்துவம் பயனளிக்காது.

உண்ணும் உணவு செரியாமலும், உணவைச் சரிவர ஏற்றுக் கொள்ளாமலும், குடலில் வாயு அதிகரித்து, புரண்டு வலித்து, பேதி மிகுதியாயின் குணமாவது அரிது என்றும் அறியலாம். பிரமேகம், வாதசூலை, நீரிழிவு, குன்மம்,

சயம், சன்னி, காமாலை, பாண்டு, சோபை, கபரோகம், அந்திரவாயு, சூலை ஆகிய நோய்களில் அதிசாரம் சேர்ந்து உண்டானால் தீர்வது அசாத்தியமாகும்.

பெருங்கழிச்சலுக்கு மருத்துவம்

உணவாதிச் செயல்களால் வளித்தாது அல்லது வளி அழல் தாதுக்கள் கேடு அடைந்து மிகுதியாகி மேல்நோக்குக்காலைத் (உதானன்) தூண்டி எழச்செய்து, அதன் காரணமாகச் செரியாமையை உண்டாக்கி வாய்நீர் ஊறல், விக்கல், ஏப்பம் முதலியவற்றையும் உண்டாக்கும். அதே காரணமாகக் கீழ்நோக்குக்காலும் (அபானன்) தூண்டப்பட்டு வயிறு புரட்டல், காற்றுச் சேரல், வயிறு இரைதல், கழிச்சல் ஆகியவற்றைப் பிறப்பித்து உடல் தாதுக்களில் இரசத்தாதுவையும், குருதித்தாதுவையும் கேடு அடையச் செய்வதால் குருதியின் வன்மை குறைந்து உடல் வெளுத்துக் கால்களில் வீக்கமும் உண்டாவதுண்டு. சிறுநீர் குறைந்து மஞ்சள் அல்லது சிவந்த நிறம் பெறும். மலம் நீர் நீராகப் பல நிறங்களோடு இருக்கும். மலம் குழம்பாகவும், அசீரணமாகவும், தண்ணீராகவும், இரத்த நிறமாகவும் இருக்கக்கூடும்.

ஆதலால் இந்நோயில் கேடு அடைந்த உயிர்த்தாதுக்களையும் வாயுக்களையும் தன்னிலைப்படுத்த வேண்டியது முக்கியமாகும். பசித்தீயைத் தூண்டுவதற்கான மருந்துகளையும், பேதியைக் கட்டுப்படுத்துவதற்கான மருந்துகளையும், உணவாதிகளையும் கொண்டு, கேடு அடைந்த உயிர்த்தாதுக்களையும் வாயுக்களையும் ஒழுங்குபடுத்தினால், கழிச்சல் கட்டுப்பட்டு, சிறுநீரும் ஒழுங்காய் இறங்கும். பின்பு குருதியைப் பெருக்கி, உடல் வன்மையைத் தரக்கூடிய மருந்துகளையும் உணவுகளையும் கொடுத்தல் சாலச் சிறந்தது.

குடிநீர் வகை

- ❖ மாதுளம் பழத்தோல், சுக்கு இவை வகைக்கு 20 கிராம்; தண்ணீர் 4 லிட்டர் விட்டுக் காய்ச்சி எட்டில் ஒன்றாய் வற்றவைத்து வடிகட்டி, 200 மிலி. குடிநீரில் சிறிது தேனும் கூட்டி காலை, மாலை கொடுக்கப் பெருங்கழிச்சல் நிற்கும்.
- ❖ அதிவிடயம், வில்வப்பழம், இருவேலி, கோரைக்கிழங்கு இவை வகைக்கு இரு கழஞ்சு; தண்ணீர் 2 லிட்டர் விட்டுக் காய்ச்சி எட்டில் ஒன்றாய் வற்றவைத்து வடிகட்டி, 300 கிராம் குடிநீரில் சிறிது

திப்பிலியும் சுக்கும் பொடித்துப் போட்டுக் காலை, மாலை கொடுக்க அதிசாரம், வாதசூலை இவை குணமாகும்.

- ❖ கோரைக் கிழங்கு, செங்கழுநீர்க் கிழங்கு, கோஷ்டம், நன்னாரி, சிறுதேக்கு, தேவதாரம், பற்பாடகம், தாமரைவளையம், சுக்கு, பங்கம்பாளை, ஓமம் இவை வகைக்கு ஐந்து கிராம்; நீர் ஒரு லிட்டர் விட்டுக் காய்ச்சி எட்டில் ஒன்றாக்கி வடிகட்டி, 300 மிலி. குடிநீரில் சிறிது அதிவிடயம் பொடித்துச் சேர்த்துக் காலை, மாலை கொடுக்க, சுரத்தோடு கூடிய கழிச்சல் தீரும்.
- ❖ மாதுளைப் பிஞ்சு, அதிவிடயம், முத்தக்காசு, பெருமரத்தோல், சுக்கு, விளாங்காய்ச் சதை இவை வகைக்கு இரண்டு கழஞ்சு; நீர் 2 லிட்டர் விட்டுக் காய்ச்சி எட்டில் ஒன்றாக்கி வடிகட்டி, 200 மிலி. குடிநீரைக் காலை, மாலை கொடுக்க, அதிசார சுரம் தீரும்.
- ❖ தொப்புளை முறுக்கி வலித்தல், இரத்தக்கடுப்பு, மலம் கறுத்து இளகி நுரையுடன் வீழ்தல் ஆகிய குறிகுணங்கள் இருப்பின் திப்பிலியாதிக் குடிநீர் கொடுக்கலாம் திப்பிலி, கொடிவேலி, வசம்பு, வெட்பாலை, உத்தாமணி வேர், இலந்தை வேர், கோரைக் கிழங்கு, அதிவிடயம், செவ்வியம், கடுகுரோகணி, கண்டுபாரங்கி, திரிகடுகு, பெருங்குரும்பை, வேப்பம் ஈர்க்கு, கடுகு, கருஞ்சீரகம், கீழ்க்காய்நெல்லி, விளாவேர், பெருங்காயம் இவை வகைக்குச் சம எடை எடுத்துப் பொடித்து வெருகடி (பூனையின் கால் அடி) அளவு பொடியை எடுத்துக் குடிநீராக்கிச் சாப்பிட்டுவர, பெருங்கழிச்சல், பொருமல், நாபிசூலை கடுப்பு, இருமல் இவை போம். பசி உண்டாகும்.
- ❖ மரமஞ்சள், மஞ்சள், அதிமதுரம், வில்வப்பழம், வெட்பாலை அரிசி இவை வகைக்கு 15 கிராம்; நீர் நாழி விட்டுக் காய்ச்சி எட்டில் ஒன்றாக்கி வடிகட்டி, 200 மிலி. குடிநீரில் சிறிது அதிவிடயம் பொடித்துக் கூட்டிக் காலை, மாலை கொடுக்கக் கழிச்சல் வகைகள் நிற்கும்.

பொடி வகை

தயிர்ச்சுண்டிச் சூரணம்

மூவிரல் கொண்ட அளவு வெந்நீரில் காலை, மாலை கொள்ள அசீரணம், பேதி தீரும்.

சுண்டை வற்றல் சூரணம்

இதில் மூவிரல் கொண்ட அளவு காலை, மாலை எருமைத்தயிரில் கொள்ள வயிறு பொருமல், மந்தம், இரைச்சல், கழிச்சல், மூலம், அதிசாரம், கிரகணி இவை தீரும்.

அன்னப் பொடி (கறிவேப்பிலைச் சூரணம்)

5 கிராம் அல்லது மூவிரல் கொண்ட அளவு வீதம் காலை, மாலை ஆகாரம் சாப்பிடும் போது அன்னத்துடன் சாப்பிடலாம். அல்லது தேன், மோர், வெந்நீர் இவற்றில் கலந்தும் கொடுத்துவர அசீரணம், கழிச்சல், ஏப்பம், ஓக்காளம், பொருமல், அருசி, வாந்தி, இருமல், குமட்டல், பசியின்மை முதலான நோய்களைப் போக்கும். அன்னமய கோசத்தில் (உடம்பு) உண்டாகும் நோய்களைப் போக்குவதில் அன்னப்பொடி எனக் கூறப்படும் கறிவேப்பிலைச் சூரணம் மிகச் சிறந்த மருந்தாகும்.

வடகம்

தாளிசாதி வடகம்

சுண்டைக்காய் அளவு உள்ள தாளிச வடகம் ஒன்றைப் பொடித்துத் தேனில் சூழப்பிக் காலை, மாலை கொடுக்க வாயு, கபம், கிரகணி, அலசம், வமனம், அதிசாரம், பக்கநோய் என்ற ஏழு நோய்களும் குணமாகும்.

பிரண்டை வடகம்

இதில் ஒரு மாத்திரை வீதம் காலை, மாலை கொடுத்துவர பசித் தீபனம் உண்டாகும். உணவு சீரணமாகும். கிருமிகள் சாகும். சயித்திய வாயு, குன்மம் இவை நீங்கும்.

வாழை வடகம்

இது சித்த மருத்துவத்தில் கழிச்சலுக்கு ஒரு மருந்தாகக் கூறப்படுகிறது. சில நூல்களில் இது பெரும்பாட்டுக்கும் சிறந்த மருந்தாகக் கூறப்பட்டுள்ளது.

கறிவேப்பிலை வடகம்

இதனைக் காலை, மாலை ஒரு உருண்டை வீதம் சாப்பிட்டுவர வாயிலைப்பு, பசியின்மை, கழிச்சல் சீரணப்பிணிகள் முதலியன தீரும்.

மாத்திரை வகை

கபாட மாத்திரை

இதில் ஒரு மாத்திரை வீதம் காலை, மாலை தேனில் கொடுக்கக் கழிச்சலும் வாழைப்பூச்சாற்றில் கொடுக்க இரத்தக்கடுப்பு, மூலக்கடுப்பு, இரத்தக்கிராணி, சங்கரக் கிராணி, சீதக்கிராணி, சலக்கிராணி, மலக்கிராணி, வாயுக்கிராணி, சோறாக்கழிக் கிராணி, அதிசாரக்கடுப்பு ஆகியவை தீரும்.

கட்டுவாதி மாத்திரை

இம்மாத்திரை சிறுவர்களது கழிச்சல் நோய்களுக்குப் பயன் அளிக்கக் கூடியது.

செய்முறை

சாதிக்காயைத் துளைத்து 200 மிகி. எடை அபினியை அதில் அடைக்கவும். வாயை அதன் தூளால் மூடி, மஞ்சளை அரைத்துக் கவசம் செய்து உலர்த்தி, 1 முதல் 1 1/4 எருவில் புடம் போட்டு எடுக்கவும். பின் கவசம் நீக்கி உள்ளிருக்கும் சாதிக்காய்க்குச் சமம் பேரீச்சங்காய் சேர்த்து, முலைப்பால் விட்டரைத்துப் பயறளவு மாத்திரை செய்து உலர்த்தி வைக்கவும். அதை குழந்தைகளுக்குக் காலை, மாலை ஒரு மாத்திரை வீதம் தேன் அல்லது முலைப்பாலில் கொடுக்கக் கழிச்சல் தீரும்.

வேறு முறை

சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, அதிவிடயம், அபின் இவை வகைக்கு 10 கிராம் எடுத்து நல்லெண்ணெயில் தோய்த்து இரண்டு சாமம் அரைத்து, சிறிய குன்றி அளவு மாத்திரை உருட்டி உலர்த்தி வைத்துக்கொள்ளவும். ஒரு மாத்திரை வீதம் காலை, மாலை, உச்சி நேரம் தினம் இரண்டு அல்லது மூன்று வேளை முலைப்பாலில் கொடுக்க, பேதி நிற்கும்.

ஊழி மாத்திரை

இதில் ஒரு மாதிரையைத் தேனில் அல்லது வேறு துணை மருந்துகளுடன் காலை, மாலை கொடுக்க ஊழி, அதிசாரம், கிராணி முதலிய கழிச்சல்கள் போம்.

வச்சிரகபாட மாத்திரை

இதில் ஒரு மாத்திரையைத் தேனில் அல்லது வேறு அனுபானங்களில் கொடுக்க, கழிச்சல்கள் யாவும் நின்று போம்.

ஐந்துப்பு பற்பம்

இதில் 100 முதல் 200 மிகி. காலை, மாலை தகுந்த அனுபானத்தில் (நீராகாரம், புளித்த மோர் இவற்றில் அனுபானித்துக்) கொடுக்கக் குன்மம், வாதக் குடைச்சல், வயிற்றுக் கடுப்பு, அண்டவாயு, கிராணி, செரியாமை, மகோதரம் ஆகியவை குணமாகும்.

உப்பு செந்தூரம்

இதில் 100 முதல் 200 கிராம் எடை அளவு காலை, மாலை நெய் அல்லது வெண்ணெயில் கொள்ள மூலம், உஷ்ணபேதி, சீதபேதி, கிராணி, அசீரணபேதி, வாந்திபேதி ஆகியன குணமாகும்.

பவழப்பற்பம்

50 முதல் 100 மிகி. எடை வரை எடுத்துத் தக்க அனுபானங்களில் காலை, மாலை கொடுக்க இருமல், ஈளை, கயம், சுரம் ஆகிய இந்நோய்கள் குணமடையும். சித்த மருத்துவத்தில் கழிச்சல் நோய்க்கும் இதனை உபயோகிக்கலாம் எனக் கூறப்படுகிறது. உஷ்ணம் சம்பந்தமான சீதக் கழிச்சலில் வெதுப்பிய எலுமிச்சம் பழத்தை அறுத்துச் சாறு பிழிந்து அதில் கலந்து தினம் 2, 3 வேளை கொடுத்துவர, சீதக் கழிச்சல் நிற்கும்.

நத்தை பற்பம்

இதில் 100 முதல் 200 மிகி. எடை பற்பத்தைத் தக்க அனுபானத்தில் காலை, மாலை கொடுக்க மூலம், ஆசனக் கடுப்பு, குதம் வெளித்தள்ளல், கழிச்சல்கள் முதலியன குணமாகும்.

நாகபற்பக் கலவை

இதில் 100 முதல் 200 மிகி. எடையைத் தக்க அனுபானங்களில் காலை, மாலை கொடுக்க மூலம், கிராணி, சீதபேதி, மாந்த பேதி, ஆசனக் கடுப்பு, பெருங்கழிச்சல் முதலியன குணமாகும். தாது விருத்தியை உண்டாக்கும்.

இலிங்கத்துவர் (படிகலிங்கச் செந்தூரம்)

இதில் 300 முதல் 500 மிகி. அளவு காலை, மாலை கொடுக்கச் சீதபேதி, இரத்த பேதி, பெரும்பாடு ஆகியவை நிவாரணமாகும். நெய், வெண்ணெயில் கொடுக்கலாம். தேனில் கொடுக்கக் கழிச்சல் தீரும்.

முத்து பற்பம்

100 மிகி. காலை, மாலை வில்வயிலைச்சாற்றில் கொடுக்க அதிசாரம் போம். இதனைத் தக்க அனுபானங்களில் கொடுக்க அநேக நோய்களைப் போக்கும்.

அன்ன பேதிச் செந்தூரம்

இதில் 100 மி. கிராம் எடை அளவு காலை, மாலை தக்க அனுபானத்தில் கொடுக்கச் சுரம், சீதபேதி, பாண்டு முதலியன தீரும். தேனில் கொடுக்கக் கழிச்சல் போம்.

இஞ்சி இலேகியம்

இதில் 5 கிராம் காலை, மாலை கொடுக்க வாயு, பித்தம், வாந்தி, சூலை வலி, அரோசகம், அன்னத்துவேசம், அட்டகுன்மம், பொருமல் ஆகியவை தீரும். இதனைக் கண்டாத்திரி இலேகியம் எனவும் கூறுவர். சித்த மருத்துவத்தில் இதனைக் கழிச்சலுக்கும் உபயோகிக்கலாம் எனக் கூறப்பட்டுள்ளது.

சாதிக்காய் இலேகியம்

இதில் ஒரு நெல்லிக்காய் அளவு காலை, மாலை கொடுக்கக் குரல் கம்மல், கண்ணெரிவு, கைகாலெரிவு, சோபை, விக்கல், க்ஷயமிருமல், தேக அசதி, உளைச்சல், காந்தல், உடம்புருகல், சோர்வு, ஊண்தள்ளல், தாது நட்டம், தாகம், வயிற்றுப் பொருமல், அக்கினி மாந்தம், மூலம், நீர்க்கடுப்பு, நீர்ச்சிறுப்பு, அதிசாரம், பித்தமயக்கம் முதலிய நோய்கள் ஒரு மண்டலத்தில் பூரண குணமாகிவிடும்.

கள், சாராயம், சேவல்கறி, மீன் ஆகியவை ஆகா.

செய்முறை

பசுவின் பால், இளநீர், தேங்காய்ப் பால், முருங்கைப்பூச் சாறு இந்நான்கும் வகைக்கு 2 லிட்டர்.

சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சிற்றரத்தை என்னும் இவ்வாறு மருந்துகளையும் வகைக்கு 35 கிராம் வீதம் எடுத்துப் பாண்டத்தில் இட்டுத் ததும்ப பசுவின் பால் வார்த்து, இரண்டு சாமம் ஊறவைக்கவும். பின் அவற்றை எடுத்து நிழலில் நன்கு உலர்த்தி, இள வறுப்பாய் வறுத்து இடித்துச் சூரணம் செய்யவும்.

கிராம்பு, ஏலக்காயரிசி, ஓமம், வால் மிளகு, கசகசா, விலாமிச்சு வேர் ஆகிய இவ்வாறு மருந்துகளையும் வகைக்கு 35 கிராம் வீதம் எடுத்து இள வறுப்பாய் வறுத்து இடித்துச் சூரணிக்கவும்.

ஆமையோடு பற்பம், பவளப்பற்பம், மான்கொம்பு பற்பம், கற்பூரச் சிலாசத்து பற்பம், பால் கருடப்பச்சைக்கல் பற்பம் ஆகிய ஐந்து பற்பங்களையும் வகைக்கு 35 கிராம் வீதம் எடுத்துக் கொள்ளவும்.

பனைவெல்லம் 350 கிராம்.

மேலே கூறிய பால், இளநீர் முதலியவற்றை ஒரு பாண்டத்தில் இட்டு அடுப்பேற்றிக் காய்ச்சி வற்றி வருகிற பாகத்தில் பனைவெல்லத்தைத் தட்டி அதில் போட்டுக் கரைத்துப் பாகு பதம் வரும் சமயம் இவற்றில் கூறிய சூரணங்களையும், பற்பங்களையும் ஒன்றாய்க் கலந்து வைத்துக்கொண்டு சிறுகச்சிறுக போட்டுத் துடுப்பால் நன்றாய்க் கிண்டி, நாட்டுச் சர்க்கரை 500 கிராம் சேர்த்துக் கிளறி அப்பால் நயம் பசுநெய் 500 மிலி. விட்டுக் கிண்டி சட்டியைக் கீழே இறக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். ஆறிய பிறகு நயம் தேன் 100 மிலி. சேர்த்துக் கிளறி, நெல்லிக்காய் அளவாக உருண்டைகள் செய்து புதுச்சட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

காலை, மாலை ஒரு உருண்டை வீதம் சாப்பிட்டுவர, மேற்குறிப்பிட்ட நோய்கள் யாவும் குணமாகும்.

சரபங்க வில்வாதி இலேகியம்

இதில் 5 கிராம் அளவாகக் காலை, மாலை உட்கொள்ள பித்தவெட்டை, பித்தப்பாண்டு, சயம், குன்மம், கிராணி, வாய்க்கசப்பு, வெள்ளோக்காளம், வாய்நீர் ஊறல், அக்கினி மாந்தம், சூலை, கைகால் எரிவு, பித்தம் ஆகியவைகள் ஒரு மண்டலத்தில் தீரும். புளி, கைப்பு, புகை, பெண் நீக்க வேண்டும்.

மணப்பாகு வகை

வில்வ மணப்பாகு, குடச மணப்பாகு, செம்பருத்தி மணப்பாகு இவற்றில் ஒன்றை 1 முதல் 2 தேக்கரண்டி அளவு தினமும் 2 அல்லது 3 வேளை கொடுக்க, கழிச்சல்கள் நீங்கும் எனச் சித்த மருத்துவ நூல்கள் கூறுகின்றன.

பேதி, வயிற்றுக்கடுப்புக் குடிநீர்

அத்திப்பிஞ்சு, கோவைப்பிஞ்சு, மாமரப்பட்டை, சிறுசெறுப்படை இவை வகைக்கு ஒரு பிடியாகத் தட்டிச் சட்டியில் இட்டு, வாழைக்கிழங்குச்சாறு நான்கு பங்கு விட்டுக் காய்ச்சி, நான்கில் ஒன்றாய் வற்றவைத்துக் காலை, மாலை சாப்பிட வயிற்றுக்கடுப்பு, கிராணி, பேதி முதலியவை குணமாகும்.

மூதண்டலேகியம்

இதில் 3 கிராம் எடை அளவு காலை, மாலை சாப்பிட்டுவர அதிசாரம், கிராணி, சீதபேதி, விந்து நட்டம் முதலியவை தீரும். பசி எடுக்கும். அண்டவாதம் போம்.

செய்முறை

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, இலவங்கப்பட்டை, வால்மிளகு, அதிமதுரம், அக்கிராகாரம், சுத்தி செய்த கஞ்சா ஆகியவற்றில் வகைக்கு 35 கிராம் சூரணித்து எடுத்துக்கொள்ளவும். தேன் 500 கிராம், நெய் 200 கிராம் எடுத்துத் தேனைச் சற்று சுடவைத்து, சூரணங்களை ஒன்றாய்க் கலந்து தேனில் சிறிது சிறிதாகத் தூவிக் கிண்டி நெய்விட்டுக் கிளறி இறக்கி ஜாடியில் வைக்கவும். மேற்கூறிய அளவில் கொடுக்க அந்நோய்கள் தீரும். அன்றியும் மேகநோய், வாயுக்கள் குணமாகும். தேக திடம் உண்டாகும். பால் சாதம் கொடுக்கவும். சுகவாசிக்குப் பத்தியமில்லை.

தான்றிக்காய் இலேகியம்

இதில் 3 முதல் 5 கிராம் வீதம் காலை, மாலை கொடுக்க அதிசாரம், கிராணி, இரத்த பேதி, மூலக்கடுப்பு, மூலநோய், உஷ்ண ரோகம், வாயுக்கள், வயிற்றுப் பொருமல், வயிற்றுக் கடுப்பு ஆகியவை தீரும்.

செய்முறை

தான்றிக்காய்த் தோல் 1 கிலோ எடுத்து ஒரு சட்டியில் இட்டுத் தண்ணீர் 4 லிட்டர் விட்டு ஒரு இரவு ஊறவைக்கவும். மறுநாள் காலை காய்ச்சி எட்டில் ஒன்றாய்

வற்ற வைத்து வடிகட்டி இலேகியச் சட்டியில் இடவும். அதில் வெள்ளைச்சீனி 500 கிராம் சேர்த்துப் பாகு காய்ச்சி அதிவிடயம், சாதிக்காய், அபின், சுத்தி செய்த கஞ்சா இவை வகைக்கு 10 கிராம் வீதம் பொடித்து அந்தப் பாகில் தூவிக் கிளறி, நெய் 200 மிலி. விட்டுக் கிண்டி ஆறிய பின், தேன் 100 கிராம் சேர்த்துக் கிளறி ஜாடியில் வைக்கவும். மேற்குறிப்பிட்ட அளவில் கொடுத்துவர அந்நோய்கள் குணமாகும்.

வசம்புச் சூரணம்

இதில் 1 முதல் 4 அல்லது 5 சிட்டிகை வரையில் முலைப்பாலில் காலை, மாலை கொடுக்கச் சீதளத்தால் உண்டான இரைப்பு, கபநோய்கள் மாந்தம், வாந்தி, வயிற்றிரைச்சல், பேதி முதலியன குணமாகும்.

பால் உண்ணும் குழந்தையாக இருப்பின் தாய் காரம், புளி நீக்கி உண்ணல் நலம்.

செய்முறை

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சீரகம், கருஞ்சீரகம், இந்துப்பு, பெருங்காயம், ஓமம் இவற்றைப் பொன் மேனியாக வறுத்து, இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து வகைக்கு 10 கிராம் எடுக்கவும். வசம்பைச் சுட்டுக் கரியாக்கியது 700 கிராமையும் சேர்த்து கல்வத்தில் இட்டு நன்றாய் அரைத்துச் சீசாவில் இடவும். மேற்குறிப்பிட்டபடி இதனை உபயோகிக்க அந்நோய்கள் யாவும் தீரும்.

பிரண்டையுப்பு

இதில் 100 முதல் 200 மிகி. அளவு எடை காலை, மாலை கொதிநீர் அல்லது புளித்த மோரில் கொடுக்க அசீரணம், பேதி, பசி மந்தம் போம். சிறு குழந்தைகளுக்கு வரும் மாந்தம், பிரளி, பால் போல் கழிதல் முதலியன குணமாகும்.

செய்முறை

முற்றிய பிரண்டைக் கொடியின் கணுக்களை நீக்கி, கண்டங்களாக நறுக்கி, இடித்துச் சாறு பிழிந்து கோணியில் வடிகட்டி 1/2 படிச் சாறு எடுக்கவும் சட்டியிலிட்டு அத்துடன் கறியுப்பு 500 மிலி. சேர்த்து வற்றக்காய்ச்சி கீழே இறக்கி, மேல் மூடி சீலைமண் செய்து, 50 வறட்டியில் புடம் போட்டு எடுத்துப் புட்டியில் வைக்கவும். மேற்குறிப்பிட்ட அளவில் உபயோகிக்க அந்நோய்கள் போம்.

மாதுளைத்தோடு சூரணம்

இதில் மூவிரல் கொண்ட அளவு காலை, மாலை வெந்நீரில் கலந்து கொடுக்கச் சுரப்பெருங்கழிச்சலும், எருமைத் தயிரில் அனுபானித்துக் கொடுக்க மற்ற வகை கழிச்சல்களும் குணமாகும்.

செய்முறை

மாதுளம் பழத்தின் தோடு நிழலில் உலர்த்திப் பொடித்தது. சுக்கு, மிளகு திப்பிலி, திப்பிலிமூலம், நற்சீரகம், கருஞ்சீரகம், வாய்விடங்கம், ஓமம், சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, குரோசாணி ஓமம், நெல்லிப் பருப்பு, வில்வக்குடுக்கை, தான்றிக்காய்த்தோல், சுத்தி செய்த கஞ்சாப்பொடி, கஞ்சாவிரை, அபின், இலவங்கப்பட்டை, ஏலம், பெருமரத்துப்பட்டை, புளியம்விதைத் தோல், அதிவிடயம், வெட்பாலையரிசி இவை வகைக்குச் சம எடை சூரணம் எடுத்து எல்லாச் சூரணங்களையும் முறைப்படி ஒன்றாய்க் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும். மேற்குறிப்பிட்டபடி இதனைக் கொடுத்துவர, அந்நோய் யாவும் குணமாகும்.

பூபதி செந்தூரம்

இதில் 100 முதல் 200 மி. கிராம் எடை காலை, மாலை தேனில் கொடுக்கக் கிராணி, அதிசாரம் போம். மிளகுக் குடிநீரில் கொடுக்கச் சுரம், குளிர் சுரம் போம். திரிகடுகில் கொடுக்க, வாய்வுகள், மேக நோய்கள் போம்.

செய்முறை

சுத்தி செய்த கெந்தி 35 கிராம், சுத்தி செய்த சாதிலிங்கம் 70 கிராம் இவற்றைக் கல்வத்தில் இட்டுப் பொடித்து ஒன்றாய்க் கலந்து இஞ்சிச் சாறு கொண்டு இரண்டு சாமம் அரைத்து, கல்வத்துடன் வெய்யிலில் உலர்த்தவும். பிறகு நாவற் பட்டை, மாம்பட்டை, அத்திப்பட்டை, மருதம் பட்டை இவை வகைக்கு 35 கிராம் வீதம் எடுத்து, அத்துடன் இத்திப்பட்டை பலம் ஒன்று, கிராம்பு 35 கிராம் இவற்றையும் சேர்த்து இடித்துச் சட்டியில் இட்டு, நீர் நான்கு படி விட்டுக் காய்ச்சி எட்டில் ஒன்றாய் வற்ற வைத்து வடிகட்டி மேற்கூறிய மருந்துடன் சேர்த்து ஒரு சாமம் அரைத்து, விழுதைச் சட்டியில் வழித்துப் போடவும். மீதிக் குடிநீரையும் அதில் விட்டு அடுப்பேற்றி தீபாக்கினியாக (சிறு தீயாக) எரித்து, நீர்ச்சத்து முற்றிலும் வற்றிய பிறகு சட்டியை இறக்கி வெய்யிலில் வைத்து உலர்த்திப் பொடித்துப் புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும். மேற்கூறியவாறு தக்க அளவில், தக்க அனுபானங்களில் கொடுக்க அந்நோய்கள் யாவும் தீரும்.

மிளகாய் மெழுகு

இதனைக் கடலை அளவு காலை, மாலை தேன், சர்க்கரை இவற்றுடன் கலந்து கொடுக்க அசீரண பேதி, பெருங்கழிச்சல், ஊழிபேதி, வயிற்றுப் பொருமல் முதலியவை குணமாகும்.

செய்முறை

விதை அடர்ந்து உள்ளதும் பொக்கை இல்லாததுமான நல்ல சாதி மிளகாய் வற்றல்களைக் காம்பு நீக்கித் தேன் விட்டுக் கருக வறுத்து, தேன்விட்டுக் கல்வத்தில் மெழுகு பதமாக அரைத்து வழித்துச் சிமிளில் வைத்துக் கொண்டு முற்கூறிய பிரகாரம் உண்ணக் கழிச்சல்கள் போம். ஊழி நோய்க்குச் சிறந்த மருந்தாகும்.

கட்டுவாதி இலேகியம்

இதில் ஒரு சுண்டைக் காயளவு காலையில் மட்டும் மூன்று நாட்கள் கொடுக்க, சீதக் கழிச்சல், இரத்தக் கழிச்சல், மந்தம், அசீரணம் ஆகியவை தீரும்.

செய்முறை

சீமை அதிவிடயம், கடுக்காய்ப்பூ, மாசிக்காய், மாதுளம் பழத்தோல் சாதிக்காய், இலவங்கப்பட்டை, போஸ்தக்காய் (கசகசா), மாங்கொட்டைப் பருப்பு, புளியங்கொட்டைத் தோல் வகைக்கு 150 கிராம்; அபினி, கோரோசனம் இவை 2 கிராம்; நல்ல வெல்லம் 150 கிராம்; நெய் 35 கிராம். நெய்யை அடுப்பேற்றி வெல்லத்தை அதில் கரைத்துச் சிறு தீயில் எரித்துப் பாகு பதத்தில் மற்ற சரக்குகளின் சூரணத்தைச் சிறுகச் சிறுகத் தூவிக் கிளறி இறக்கவும். இதில் தேன் சேர்க்கப்படவில்லை. மேற்கூறிய பிரகாரம் கொடுக்க அந்நோய்கள் யாவும் தீரும்.

வெள்ளைப்பூண்டு கலிக்கம்

இளநீரைக் கண் திறந்து ஒரு சட்டியில் இட்டு, வேண்டிய அளவு பூண்டைத் தோலுரித்து அதில் போட்டு வேக வைத்து, வெந்த பின் அதனைப் பிசைந்து இளநீரில் கலக்கிக் கொடுக்க மூலம்,விக்கல், கழிச்சல், கிராணி ஆகியவை தீரும்.

பத்தியம்

கழிச்சல் மிகுதியாக இருப்பின் இருமுறை வடித்த சோறும், நீரும் மட்டுமே கொடுத்தல் நன்று. பார்லி அரிசியை வேக வைத்து எடுத்த நீரைக் கொடுக்கலாம்.

நோயின் வன்மை குறைந்தபின் சிறுகச் சிறுக உணவின் அளவைப் பெருக்கி இருமுறை வடித்த சோற்றுடன் சிறிது மோர் கூட்டிக் கொடுத்து, அது செரிக்குமாயின் உணவை உயர்த்திக் கொண்டே வந்து காய்கறி வகையில் அத்திப் பிஞ்சு, அவரைப் பிஞ்சு போன்றவைகளைக் கொடுக்கலாம்.

ஓமலேகியம்

இதில் 5 முதல் 10 கிராம் இலேகியத்தைக் காலை, மாலை சாப்பிட்டுவர அதிசாரம், கிராணி, பொருமல் ஆகிய இவை குணமாகும். அன்றியும் இதனுடன் அயச்செந்தூரம், இலிங்கக்கட்டுச் செந்தூரம் ஆகியவற்றுள் ஏதேனும் ஒன்றைச் சேர்த்துக் கொடுக்கச் சீரணக் குற்றங்களை விரைவில் சரிப்படுத்தும் எனக் கூறப்பட்டிருக்கிறது.

அதிசார நிவாரணிகள்

வட்டத்திருப்பி
வெட்பாலைவித்து
மாம்பருப்பு
மாம்பட்டை
வறட்சுண்டி
புளியின் வித்து
புளியின் வேர்
புளியின் புறணி
வறட்பூலா
மாதுளங்காய்
வில்வயிளங்காய்
தும்பியின்காய்
வாழைப்பூ
தென்னம்பூ
ஆத்தியின் பூ
இலவங்கப்பூ
கழற்சிவித்து
நீர்ப்பூலா

நீர்முள்ளி வித்து
வெட்டி வேர்
பாலையின் பட்டை
சாதிக்காய்
விடத்தேரிலை
வேங்கையின் பட்டை
நெற்பொரி
அஞ்சிலை
நொச்சித் துளிர்
வெள்ளறுகுவித்து
சீரகம்
பேரீந்து
திப்பிலி
வெள்ளிலோத்திரம்
கருங்காலி
நாவல்பட்டை
நாவல்துளிர்
கடுக்காய்
சிறுகாஞ்சொறி
பெருமரத்துப் பட்டை
சுக்கு
இலவம்பிசின்
பால்
நல்லெண்ணெய்
முத்து
ஓமம்
கடப்பம் பட்டை
கீழ்க்காய்நெல்லி
வெட்பாலைப் பட்டை

வெண்குங்கிலியம்

சடைக்கஞ்சா

ஆவாரையின் பட்டை

நெய்

தேன்

பசுந்தயிர்

அதிவிடயம்

தில்லை

வெள்ளாட்டுத்தயிர் ஆகிய இவைகள் எல்லாம் அதிசார நிவாரணிகளாகச் சித்த மருத்துவர்களால் பயன்படுத்தப்பட்டு வருகின்றன.

பெருங்கழிச்சலுக்கு உணவு

கழிச்சல் அளவு கடந்து போகையில் இருமுறை வடித்த சோறும், நீரும் கொடுத்தல் நன்று. பார்லி அரிசியை வேக வைத்த நீர், கூகைக்கிழங்கு மாவுக் கஞ்சி, நெற்பொரிக் கஞ்சி ஆகியவற்றையும் கொடுக்கலாம். நோயின் வன்மை குறைந்து வரும்போது சிறுகச்சிறுக உணவின் அளவைப் பெருக்கி, இருமுறை வடித்த சோற்றுடன் சிறிது மோர் கூட்டிக் கொடுத்து அது செரிக்குமாயின் உணவை உயர்த்திக்கொண்டே வரலாம். பதார்த்த குண சிந்தாமணியில் கூறியவாறு:

மானே வயிறு கழிவார்க்கு
வாழைக்கச்சல் அத்திக்காய்
கானே திரியும் ஊர்க்குருவி
காடை உடும்பு கவுதாரி
தானே யாகும் . . . .

வாழைப்பிஞ்சு, அத்திப்பிஞ்சு, காட்டில் திரியும் ஊர்க்குருவி, காடை, உடும்பு, கவுதாரி ஆகியனவற்றை உட்கொள்ளலாம்.

காராமணிக்கீரை காட்டுப்பறங்கியிலை
பேராம் பெரும்பயிற்றின் பேரிலைகள்-சீரார்
அகத்தியருங் கத்திரிக்காய் ஆயிழையே மீன்கள்
பகைத்ததிக பேதியாகும் பார்

காராமணிக் கீரை, காட்டுப்பறங்கியிலை, பெரும்பயறு இலை, அகத்திக் கீரை, கத்தரிக்காய், மீன் ஆகியவைகளைச் சேர்த்தால் பேதி அதிகமாகும்.

11

நிணக்கழிச்சல்

முன்னுரை

இதற்கு ஊன் கழிச்சல், பல நிறக் கழிச்சல், கொடிய கழிச்சல், நாறும் கழிச்சல், கிராணி பேதி என வேறு பெயர்களும் உள்ளன.

பசித்தீக் கேடு அடைந்து உண்ட உணவு செரிக்கப்படாமல் வயிற்றில் புளித்து, இடைவிடாது கழிச்சல் உண்டாய், அக்கழிச்சல் எளிதில் நீங்காமல் நிலைத்து, குடலைப் புண்படுத்தி அதிலிருந்து எரு (மலம்) நிண நீருடன் இழிவதால் நிணக்கழிச்சல் என்றும்; குடல் இற்று அதனுடைய ஊன் கழிச்சலுடன் கலந்து இருப்பதால் ஊன் கழிச்சல் என்றும்; குடல் சதை அழுகி இற்றுப் புலால் மணத்தோடு வெளிப்படுதலால் நாறும் கழிச்சல என்றும்; ஊன், குருதி முதலியன கலந்து பல நிறத்துடன் கழிவதால் பல நிறக் கழிச்சல் என்றும் பல பெயர்களால் வழங்கலாயிற்று. நாட்பட்டு நிலைக்கும் இக் கழிச்சல், வயிற்றின் மந்தத்தால் உண்ட உணவின் சாரத்தை உடலுக்கு ஊட்டுதலின்றி, செரித்தும் செரியாததுமாய்க் கீழ்க் குடலில் தங்கிப் புளித்துச் சேர்ந்து, முறைக்கு முறை பெரு அளவில் கழியும். இக்கழிச்சல் சில வேளை சற்றுக் கடினப்பட்டதாயும் சிலவேளை நீர் நீராயும், பல நிறப்பட்டதாயும், மிகவும் நாற்றமுடையதாயும் காணும்.

நோய் வரும் வழி

பசித்தீ குறைந்த நிலையைத் தக்க மருந்துகளாலும் உணவு வகைகளாலும் போக்காமல் நீடிக்கவிடின், உண்ட உணவு உடலுக்கு ஊட்டத்தைத் தராமல் உடலை வாட்டி, உயிர்த்தாதுக்களை மிகுதிப் படுத்துவதனால் வருவது ஒரு விதம். பெருங்கழிச்சல் உண்டானபொழுது அதனைத் தக்கவாறு பரிகரிக்காமல் விடுவதால் குடல் புண்ணாகி வருவது மற்றொரு விதம். ஈதன்றியும் செரியாமை, சுவையின்மை முதலிய வயிற்றுக்

கோளாறுகளாலும், எளிதில் செரிக்கக்கப்படாத உணவுகளான மாப்பண்டம், சரிவர வேகாப் பொருள்கள், சுனை நீர், சுண்ணம் கலந்த நீர் முதலிய கடின நீர்களை உட்கொள்ளல் என்பவைகளாலும் பசித்தீக் கெட்டு, உண்ட உணவு செரியாது குடலில் தங்கிப் புளித்துக் குடலைப் புண்படுத்தி இந்நோய் உண்டாகும்.

அத்துடன் சிலவகை செயல்களினால் மனநிலை பாதிப்பு அடைந்தும் இந்நோய் வரலாம். முற்பிறவிப் பாவங்கள், சிவன் அடியார்கள் செய்யும் வேள்விகளைத் தடுத்தல், கடவுளுக்குச் செய்யும் பூசனைகளைத் தடுத்தல், உறவினரைப் பசிக்கவைத்து உண்ணல் முதலியவைகளாலும் இந்நோய் வரும் எனச் சித்த மருத்துவ நூல்கள் குறிப்பிடுகின்றன.

மேலும் மலம் இளக்கி மருந்துகளை மருத்துவரின் ஆலோசனை இன்றி அடிக்கடி உண்ணலும் இதற்குக் காரணமாகும். பிற நோய்களைப் பரிகரிக்கும் பொருட்டு உட்கொள்ளப்படும் மருந்துகளாலும் கிராணி ஏற்படலாம். அவை குன்ம நோய்க்கான மருந்து, இதய நோய்க்கான மருந்துகள், உடலின் கொழுப்பைக் குறைத்து மெலிவடையச் செய்யும் மருந்துகள், கிரியை நோய்க்குத் தரப்படும் மருந்துகள், புற்று நோய்க்கான கதிர்வீச்சு மருத்துவம் ஆகிவற்றாலும் சிலருக்குக் கிராணி கழிச்சல் ஏற்படலாம்.

அத்துடன் குடல் மற்றும் பெருங்குடலைப் பற்றிய இளைப்பு நோய், குடல்வாத சுரம், குடல் பகுதியில் உறிஞ்சப்படும் சோடணிகள் பாதிப்பால் வரும் நோய்கள், குடல் இயக்கம் பாதிப்பு, குடல் பகுதியில் குருதி இயக்க மாறுபாடு, இரைப்பை மற்றும் குடல் தாபிதம், இரைப்பை, குடல், கடைக்குடல் பகுதிகளில் ஏற்படும் வன்கழலைகள், பெருங்குடலில் காணப்படும் குருதிக்கழலை, குடல் குருதிக் குழல் மாறுபாடு முதலியவற்றாலும், பெற்றோர் வழியாகவும் சிலருக்கு வரலாம்.

இரசகந்தப் பாடாணங்கள் சேர்ந்த மருந்துப் பொருட்களைச் சரிவர முடிக்காத நிலையிலும் நாள் அளவு, மருந்து அளவு ஆகியவற்றைச் சரிவர கடைப்பிடிக்காத நிலையிலும் கிராணி வரலாம்.

முற்குறிகுணங்கள்

வயிறு மந்தமாய் இருத்தல், உண்ணாத போதும் வயிறு உண்டது போலவே இருத்தல், உண்டபின் உண்ட உணவு வயிற்றினின்று கீழ்நோக்காமல்

மிகுந்த நேரம் வயிற்றிலேயே தங்கி இருப்பது போல் தோன்றல், வாய் நீர் ஊறல், வாந்தி வருவது போன்ற ஓர் உணர்ச்சி, வயிறு கடுத்தல், ஏப்பம், விக்கல், புளித்த நீரெதிர்தல், அடி வயிறு ஊதல், இரைதல், நோதல், புரளல் என்னும் முற்குறிகளைக் காட்டி, வயிறு கொட்டும்.

நோய் வகை

இக் கழிச்சல் நோயை உயிர்த்தாதுக்களின் அளவாக வளி, அழல், ஐயம், முத்தாது நிணக்கழிச்சல் என நான்கும்; தன்னளவில் மிகுந்த கால்களைக் (வாயுக்களைக்) கொண்டு கீழ்நோக்குக்கால் அடிக்குடலைப் பற்றிய போது ஏற்படும் அந்தரவாயுக் கழிச்சல் , மூலவாயுக் கழிச்சல், அழலும் வாய்வும் கூடிய உட்ணவாயுக் கழிச்சல் என மூன்றும்; பிள்ளைப் பேற்றுக்குப் பின்வரும் கழிச்சல், குன்ம நோயில் வரும் கழிச்சல் (கர்ப்பக் கிராணி, குன்மக் கிராணி) ஆகிய இரண்டும் சேர்ந்து கழிச்சல் ஒன்பது வகை என ஒரு சாரார் கூறுவர். எருவாயில் சிறிது கழிச்சலும் ஒட்டாமல் வெளியாகும் கழிச்சலை ஒட்டுவாய்க் கிராணி எனவும், கழியும்போது தாங்க முடியாதவாறு துன்புறுத்தும் கழிச்சலைச் சங்கரக் கிராணி எனவும் பேரிட்டு இவ்விரண்டையும் கூட்டிப் பதினொன்று என மற்றொரு சாரார் கூறுவர். இப்பதினொன்றையும் இங்கு விளக்குவோம்:

1. வளி நிணக்கழிச்சல் (வாதக் கிராணி)

நடு வயிற்றில் வலியும், பசியும் எடுக்கும். உடம்பு இளைக்கும். சீதக்கழிச்சல் உண்டாகும். மலத்துடன் காற்றும் அதிகமாகப் பிரிவதால் மலம் சிதறும். கட்டியாய் இருக்கும் மலமானது கறுத்து, பழைய வெல்லப் பாகு போல் இருக்கும்.

2. அழல் நிணக்கழிச்சல் (பித்தக் கிராணி)

நிணக்கழிச்சலில் நடு வயிற்றில் தாங்க முடியாத வலி உண்டாகிப் பலப் பல நிறத்துடன் வயிறு கழியும். உறக்கத்தைக் கொடுக்கும். நரம்பும் தளரும். இற்றுப்போன வயிற்றில் ஊன் வெளியாகும். கொடுக்கும் மருந்து பயன் அற்றதாகும். உணர்வு அற்றிருக்கும். பேன் தலையைவிட்டு வெளியேறும்.

3. ஐய நிணக்கழிச்சல் (கபக் கிராணி)

இந்நோயில் கழியும்போது எருவாய் சூட்டுடன் எரிதலன்றி, அக்கழிச்சல் கொடிய நாற்றமாயும் வெளுப்பாகவும் இருக்கும். கையும் காலும் தளர்ச்சி

அடையும். வெளியில் தெரியாமல் உட்காய்ச்சலாகக் காயும். கண்கள் இரண்டும் சிவத்தலுமான குறிகுணங்களோடு மூக்கு, நா இவைகள் வறண்டுபோகும். குடல் நைந்து (உரித்த பாம்பின் தோலைப் போல்) குடலின் மெல்லிய தோல் கழிச்சலுடன் கலந்து காணும். நினைவும் உடல் சத்தும் குறையும். கொடிய விக்கல் உண்டாகும்.

4. முத்தாது நிணக்கழிச்சல் (தொந்தக் கிராணி)

இதில் மிகுதியும் காய்ச்சல் உண்டாகி, கடல் ஒலி போல் இரைச்சலுடன் வயிறு கழிந்து குளிர், தலைவலி, நடுக்கல் முதலியன உண்டாகும். பால் போல் வெளுப்பாய்க் கழியும். மிகுதியாய்க் காற்றுப் பறியும். உடல் சூடு, எரிச்சல் ஏற்படும். கையும் காலும், புறங்காலும் வீக்கம் அடையும்.

5. அழற்கால் நிணக்கழிச்சல் (உஷ்ணவாயுக் கிராணி)

இந்நோயில் கீழ்நோக்கும் காலும், அழல்தாதும் தன்னிலையில் மிகுந்து காணும் ஆகையால் எரு (மலம்) தீய்ந்தும், கீழ்நோக்குக் கால் (அபானவாயு) மிகுதலால் வயிற்றில் மிகுதியும் காற்று சேர்ந்து வயிறு ஊதல், பொருமல் என்னும் குறிகளும் உண்டாகும். அவற்றோடு உண்ட உணவு செரியாமல் புளியேப்பம், வாய் நீர் ஊறல் என்னும் குறிகளைக் காட்டி, உடல் வன்மையைக் கெடுத்து, மெலிவடையச் செய்து, உடலைக் கறுக்கச் செய்யும். இவ்வாறான குறிகள் தோன்றிய மூன்றாம் நாள் தொடங்கி கணக்கின்றி கழியச் செய்யும்.

6. குடற்கால் கழிச்சல் (அந்தரவாயுக் கிராணி)

இந்நோயில் மேல்நோக்குக்கால் (உதானவாயு) தன் அளவில் மிகுந்து, கொண்ட உணவைச் செரியாதபடியும், கீழ்நோக்கிச் செல்லாதபடியும் அகட்டிலேயே நிலைத்துப் புளிக்கச் செய்யும். அதனால் புளித்த ஏப்பம், வாந்தி, சுவையின்மை, விலாப்பக்கம் வலி, நீர் வேட்கை, விக்கல் என்னும் கேடுகளை விளைவிக்கும். பின் கீழ் நோக்கச் செய்து, இடைவிடாது கழியச் செய்யும். உடலை மெலியச் செய்து, வெளுக்க வைக்கும்.

7. கீழ்க்கால் கழிச்சல் (மூலவாயுக் கிராணி)

இந்நோயும் கீழ்நோக்குக்கால் மிகுந்தமையால் வந்ததாயினும், கீழ்நோக்குக் கால் கீழ்க்குடலையும், கீழ்வாயையும் பற்றி வரும் நோய் எனக் குறிக்கப்படும். இதில் மிகுந்த அவ்வாயு கீழ்க்குடலில் தங்கி உடலை வாட்டி,

பசித்தீயைக் கெடுத்து, மந்தத்தை உண்டாக்கி, உணவைச் செரியாமற் செய்யும். செரியா உணவும் காற்றும் சேர்ந்து இரைச்சலையும் அடித்தொடையில் குத்தலையும் உண்டாக்கி, முளையை வெளித் தள்ளும். உடலைக் கிழத்தன்மை அடையச் செய்யும்.

8. குன்மக் கழிச்சல்

இது நெடுநாட்களாய்க் குன்ம நோய்வாய்ப் பட்டு உடல் மெலிவடைந்த நிலையில் உண்டாகும் நோயாம். இதனில் பேசமுடியாமை, கண் ஒளி இழந்து பீளை சார்தல், தலை வியர்த்தல், தலைகனம், உறக்கம், தலை நடுக்கல், உடல் எரிதல், வயிறு உப்பி இரைதல், ஒரு புறமாய் வலித்துக் கழிச்சலை உண்டாக்குதல் முதலிய குறிகுணங்களைத் தோற்றுவிக்கும்.

9. கர்ப்பக் கிராணி

இந்நோய் சில பெண்களுக்குச் சூல் அமைந்த சில திங்கட்குள் வாந்தி, வயிறு இரைந்து கழிதல் ஆகியவை உண்டாகும். வேறு சிலருக்குப் பிள்ளை பெற்ற சில தினத்திற்குள் வருவதும் உண்டு. இதில் வயிறு கடுத்துப் பல நிறமாகக் கழிச்சல் உண்டாகும். அடிக்கடி களைத்துப்போதல், கண் மஞ்சளித்தல், உடல் வெளுத்தல், கைகால் எரிதல், பெருமூச்சு, வாந்தி உண்டாதல் எனும் குறிகளும் தொடரும். இதனைப் பிரசவக் கிராணி என்பர்.

10. ஒட்டு நிணக்கழிச்சல்

நோயினர் படுக்கையே இதமாய்ப் படுத்திருத்தல், இளைப்பு, மிகுந்த வயிற்று வலி, மார்பு, விலா, முதுகு வலி முதலியன தோன்றும். ஒரே தடவையில் மலம் கழியாமல் முறைக்குத் துட்டு எடையாய்க் கழியும். கொப்பூழில் வளையம் போல் இழுத்துப்பிடித்து வலிக்கும்.

11. எரிச்சல் நிணக்கழிச்சல் (சங்கரக் கிராணி)

இந்நோயில் உண்ட சோறு செரியாமல் வயிறு பொருமும். கீழ்நோக்குக்கால் வெப்பத்தால் பெருகி, வயிறு இரைந்து கழிச்சலை உண்டாக்கும். அன்றியும் கீழ்வாயில் எப்போதும் ஈரமாக இருத்தல், உடலில் சிறு வியர்வை உண்டாதல், சுரம் காய்ந்து வாந்தியாதல், மனத்துயரமாதல், மார்பில் கோழை கட்டல், மயக்கம் உண்டாதல், கண்கள் குழி விழுந்து இருள் அடைதல் என்னும் குறிகளையும் காட்டும்.

தீரும், தீராதவை

வளி, அழல், அழல்வளி, மேல்நோக்கு, கீழ்நோக்கு, ஒட்டு, சூல் முதலிய நிணக்கழிச்சல்கள் தீரும். மற்றவை தீராவாம்.

நோயின் பொது இயல்பு

இந்நோய் பெரும்பான்மையும் செரியா உணவாலும், மற்றைய வேறுபாடுகளாலும் உண்டாகும். இது மருந்துகளுக்குக் கட்டுப்படாமல் நிலைத்து நிற்கும் இயல்பை உடையது. நாள் பல கடக்கினும் நோய் போகாமல் உடலை வாட்டும். சில வேளை வயது முதிர்ந்தவர்கட்குச் செரிக்கும் தன்மையும், குடல் வன்மையும் மெலிந்த நிலையிலும் இந்நோய் உண்டாகும். எருவாயில் எழும் புண், வெப்ப முளை இவைகளாலும் இந்நோய் வருதலுண்டு. ஈதன்றியும் இது மற்றைய நோய்களாகிய சுரக்கழிச்சல், இளைப்புநோய், வெளுப்புநோய் (பாண்டு), ஈரல் நோய்கள், பெருவயிறு முதலியவைகட்குத் துணை நோயாகவும் வருவதுண்டு.

இந்நோய் உணவில் விருப்பமின்மை, புசிக்கினும் செரியாமை, புளித்த ஏப்பம், விக்கல், அடிவயிற்றில் காற்றுச் சேர்ந்து வயிறு ஊதி இரைதல், வயிறு வலித்தல், அடிக்கடி கழிதல், அக்கழிச்சல் வேளைக்கு ஒரு நிறமாய்த் தோன்றல், சில வேளை மிகுந்த நாற்றத்துடன் இருத்தல் என்னும் குறிகளைப் பெறும்.

சீயோடு கூடிய நிணக்கழிச்சல் நோயில் வளி நாடியானது தன்னளவில் பொருந்தி நடக்கும். எரு (மலம்) அடிக்கடி இறங்குவதுமின்றி, பல நிறத்தோடு கழியும். அத்துடன் குடலின் சவ்வு இற்று, சீதம் போல் காணும். நீர் (மூத்திரம்) அளவில் குறைந்து எரிச்சலுடன் சிறிது சிவந்து இறங்கும்.

நிணக்கழிச்சல் மருத்துவம்

இந்நோயில் உணவாதிச் செயல்களால் உடல் வன்மை குறைந்து அழல்தாது கேடடையும். அதனால் செரியாமை உண்டாகும். இதன் காரணமாக உணவு அகட்டில் தங்கிப் புளித்து மேல்நோக்குக்கால், கீழ்நோக்குக்கால், நடுக்கால், பரவுகால் ஆகியவைகள் மிகுதி அடைந்து அழல் தாது தூண்டப்பட்டு வாயுக்கள் மிகுந்த கேடு அடையும்.

மேல்நோக்குக்காலின் செயலால் புளியேப்பம், வாந்தி, விக்கல், நீர்வேட்கை, வாய்நீர் ஊறல் என்னும் குறிகுணங்கள் ஏற்படும். கீழ்நோக்கும் காலின் செயலால் வயிறு உப்பல், புரளல், நோதல், பேதி ஆதல் முதலிய

குறிகுணங்கள் உண்டாகும். பரவுகாலின் செயலால் உணவின் சாரத்தைச் சரிவரப் பரவ ஒட்டாமல் தடுத்து, உடலுக்கு ஊட்டம் அளிக்காதவாறு செய்து அதனால் உடல் வன்மை குன்றல், உடல் வெளுத்தல், கைகால் வீக்கம் முதலிய குறிகுணங்களைத் தோற்றுவிக்கும். நடுக்கால் கேடு அடைவதால் மற்ற கால்களுக்கு உதவி புரிய இயலாது.

இங்ஙனம் தோன்றிய குறிகுணங்கள் நீங்காது நிலைத்திருப்பின் ஏற்கனவே கேடு அடைந்த தாதுவிற்குத் துணையாக மற்ற ஒன்று அல்லது இரண்டேனும் சேர்ந்து நோயினை வாட்டித் துன்பங்களை மிகுதிப்படுத்தி உயிரையும் போக்குவதுண்டு.

ஆகையால் மருத்துவர் முதலில் கவனிக்க வேண்டியது யாதெனில் கேடு அடைந்த அழல்தாது அல்லது தொந்த மிகுதி, கேடு அடைந்த வாயுக்கள் ஆகியவைகளைத் தன்னிலைப் படுத்தவேண்டும். கழிச்சலை நிறுத்தவும், பசித்தீயைத் தூண்டி உணவாதிகளைச் செரிப்பிக்கச் செய்யவும், குருதியின் வன்மையையும் நிறத்தையும் பெருக்கக்கூடிய மருந்துகளையும் உணவுகளையும் கொடுத்தல் வேண்டும். பின் படிப்படியாக நோயின் குறிகுணங்களை அறிந்து அவற்றிற்குத் தக்க மருந்துகளையும் உணவுகளையும் வழங்க வேண்டும்.

குடிநீர் வகைகள்

- வேம்பு, கருவேம்பு இவற்றின் ஈர்க்குகள், சுக்கு, சீரகம், ஓமம் இவை வகைக்குச் சம எடை எடுத்து முறைப்படி குடிநீராக்கிக் கொடுக்க நிணக்கழிச்சல், சீதக்கழிச்சல், கீழ்வாய் எரிச்சல் போம்.
- பீநாறிப்பட்டை, சாதிக்காய், சிறுநாகப்பூ, கோரைக்கிழங்கு, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி இவை வகைக்கு ஒரு பலம் எடுத்து முறைப்படி குடிநீரிட்டு 1/2 ஆழாக்கு வீதம் காலை, மாலை கொடுக்க நிணக் கழிச்சல் குணமாகும்.
- செம்பருத்திப்பிஞ்சு, பொடுதலைப்பிஞ்சு, ஓமம், புளியங்கொட்டைத் தோல், இலவங்கப் பட்டை இவை வகைக்கு ஒரு பலம், நீர் இரண்டு படி விட்டுக் காய்ச்சி உழக்காக வடித்து, 1/2 ஆழாக்கு வீதம் காலை, மாலை கொடுக்கும் போது, சிறிது மாசிக்காய்த்தூள் சேர்த்துக் கலக்கிக் கொடுக்கவும். நிணக்கழிச்சல் போம்.

❖ வில்வப்பழத்தோடு, விளா ஓடு, ஒதியம்பட்டை, அத்திப் பட்டை, நாவற்கொட்டை, கொம்பரக்கு, சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, அதிவிடயம், சிறுநாகப்பூ, இம்பூறல் வேர்ப்பட்டை இவை வகைக்கு ஒரு பலம், நீர் இரண்டு படி கூட்டிக் காய்ச்சி உழக்காக வற்ற வைத்து வடிகட்டி, 1/2 ஆழாக்கு வீதம் காலை, மாலை கொடுக்கும் போது, காவிக்கல் பொடி 2 சிட்டிகை கூட்டிக் கொடுக்க, குருதிக் கழிச்சல் தீரும்.

❖ நுணாயிலை, பொடுதலையிலை இவை வகைக்கு ஒரு பிடி கொண்டு குறுகத் தரித்துச் சட்டியில் இட்டுத் தேன் விட்டு வதக்கி இரண்டு படி நீர் விட்டு, அதில் ஆலம்பட்டை, வெள்ளுள்ளி, நற்சீரகம், மிளகு, இலவங்கப்பட்டை, குரோசாணி ஓமம் இவை வகைக்கு 1/2 பலம் பொடித்துப் போட்டு, கால்படியாக வற்றக் காய்ச்சி வடித்து, அரை ஆழாக்கு வீதம் எடுத்து, பொரித்துப் பொடித்த பெருங்காயம் ஒரு சிட்டிகை கலந்து காலை, மாலை கொடுக்க, சூட்டால் உண்டான வாயுக் கழிச்சல் போம்.

❖ நெல்லிமுள்ளி, அதிவிடயம், கூவிளம்பிஞ்சு, கோரைக்கிழங்கு, சிறுநாகப்பூ, மாதுளம்பிஞ்சு, முருங்கை ஈர்க்கு, வேப்பீர்க்கு, நாவற்கொழுந்து இவை வகைக்குப் பலம் இரண்டு சேகரித்து இடித்துச் சட்டியில் இட்டு, நீர் இரண்டு படி கூட்டிக் காய்ச்சி எட்டொன்றாய் வற்ற வைத்து வடிக்கவும். 1/2 ஆழாக்குக் குடிநீரில் கடுக்காய்ப்பூ, கடுக்காய்ப்பிஞ்சு ஆகியவற்றைப் பொடித்து அதில் இரு சிட்டிகை கலந்து காலை, மாலை கொடுக்க நிணக்கழிச்சல் போம்.

❖ சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, அதிவிடயம், சிறுநாகப்பூ, இலவங்கப்பட்டை, சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, ஓமம் இவை வகைக்கு ஒரு பலம்; சுண்டை வற்றல், பெருங்காயம் வகைக்கு 1/2 பலம்; பிரண்டை நன்றாய் உலர்ந்தது பலம் 2 கூட்டி; நீர் இரண்டு படி விட்டு எட்டில் ஒன்றாய்க் காய்ச்சி வடிக்கவும். 1/2 ஆழாக்குக் குடிநீரில் இந்துப்பு ஒரு சிட்டிகை சேர்த்துக் காலை, மாலை கொடுக்கக் குன்மக்கழிச்சல் தீரும்.

❖ பச்சைப்பிரண்டை, கொத்துமல்லிக் கீரை, கறிவேப்பிலை, வெந்தயக் கீரை இவை ஓரளவாய்க் கொண்டு இடித்துப் பிழிந்த சாற்றில் 1/2 ஆழாக்கு எருமை மோர் கூட்டிக் கலக்கவும். இதில் 1/2 ஆழாக்கு எடுத்து, பொடித்த பெருங்காயம் ஒரு சிட்டிகை சேர்த்துக் காலை, மாலை கொடுக்க நிணக்கழிச்சல் குணமாகும்.

- சித்திரமூலவேர்ப்பட்டை, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, அதிவிடயம், சோம்பு, பெருமரப்பட்டை, பெருங்காயம், வெள்ளைப் பூண்டு இவை வகைக்குப் பலம் ஒன்று எடுத்து, நீர் இரண்டு படி விட்டுக் காய்ச்சி எட்டொன்றாய் வற்ற வைத்து வடிக்கவும். 1/2 ஆழாக்குக் குடிநீரில் இரண்டு சிட்டிகை கம்பியுப்பு பொடித்துக் கலந்து தினம் 2 அல்லது 3 வேளை கொடுக்கக் கர்ப்பக்கிராணி தீரும்.

மெழுகு வகைகள்

ஊழி மெழுகு

இதில் உளுந்து அளவு காலை, மாலை பனைவெல்லத்தில் அல்லது தேனில் கொடுக்க ஊழி நோய், கிராணி, வாதநோய், சன்னிபாதம் ஆகியவை போம்.

செய்முறை

சுத்தி செய்த இலிங்கம், இரசம், வீரம், சூடன், சாம்பிராணி இவை வகைக்கு சம எடை எடுத்து, முறைப்படி பொடித்து ஒன்றாய்க் கலந்து, தேன் விட்டரைத்து, மெழுகு பதத்தில் வழித்து வைத்துக்கொண்டு மேற்கூறியபடி உபயோகிக்க வேண்டும்.

சாதிக்காய் மெழுகு

ஒரு குன்றி எடை காலை, மாலை தேனில் கொள்ள, கழிச்சல்களைப் போக்கும்.

இலிங்க மெழுகு

இதில் 1 முதல் 2 குன்றி எடை காலை, மாலை தேனில் கொடுக்க எல்லாவகையான கழிச்சல்களும் குணமாகும். நோய்க்கேற்ற அனுபானங்களை உபயோகிக்கவும்.

செய்முறை

சுத்தி செய்த இலிங்கம், கஞ்சா, அபின் இவை வகைக்குப் பலம் 1./2 எடுத்து மை போல் அரைக்கவும். இத்துடன் சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, அதிவிடயம், சிறுநாகப்பூ, வில்வப்பழச்சதை, இலவம் பிசின், ஊமத்தை விரை இவை வகைக்குப் பலம் 1/4 பொடித்து, வாழைப்பூச்சாறு கூட்டி மெழுகு போல் நன்றாய் அரைக்கவும்.

இதனைப் புளிப்பு மாதுளைப்பிஞ்சைத் துளைத்து அதற்குள் பொதிந்து வாய்மூடி, எருமைச் சாணத்தால் சீலை செய்து புடமிட்டு எடுத்துச் சீலை நீக்கி, காயோடு அம்மியில் இட்டு மெழுகு போல் அரைக்கவும். மீண்டும் கல்வத்தில் இட்டு எருமைத் தயிரின் தெளிவு விட்டு மூன்று நாட்கள் அரைத்து, மெழுகு பதமாக வழித்து எடுத்துப் புட்டியில் வைக்கவும். மேற்கூறிய பிரகாரம் கொடுக்கக் கழிச்சல் யாவும் குணமாகும்.

பற்ப, செந்தூரங்கள்

நாகப்பற்பம்

1 முதல் 2 குன்றி எடை காலை, மாலை தேன், நெய், வெண்ணெய் இதில் ஏதேனும் ஒன்றில் அல்லது வேறு தக்க அனுபானத்துடன் கொடுக்க, எல்லா வகைக் கழிச்சல்களையும் போக்கும். அன்றியும் மூலம், பகந்திரம், வெள்ளை, வெட்டை தாதுநட்டம் முதலான நோய்களையும் போக்கும்.

முத்துப்பற்பம்

இதில் 1/2 முதல் ஒரு அரிசி எடை தக்க அனுபானங்களில் காலை, மாலை கொடுக்க அத்திசுரம், சோபை, அருசி, தேகம் குன்றல், கண்ணோய், பித்தாதிக்கம், சில்விஷம், சயநோய், கோழைகட்டல், இந்திரியநட்டம், மாலைக்கண், உட்டிணாதிக்கம், வலிப்பு நோய், மூலம், பித்தம், வாதம், அடிக்கடி மலம் போதல், உட்காய்ச்சல், வாந்தி, காசம், இரைப்பு, இரத்தப் பித்தம், தமரக நோய் முதலிய நோய்கள் குணமாகும். பொதுவாக முத்துப்பற்பத்தைப் பசுவெண்ணெய், நெய் இவற்றில் கொடுப்பது நல்லது. மலத்தைக் கட்டக்கூடிய வேறு பற்ப, செந்தூரப் பொடிகளை இத்துடன் சேர்த்துக் கொடுக்க, கழிச்சல் நோய்களை எளிதில் குணப்படுத்தி, உடலையும் தேற்றும்.

பவளப்பற்பம்

இதனை 1/2 முதல் ஒரு அரிசி எடை காலை, மாலை தக்க அனுபானங்களில் கொடுக்க ஈளை, கயம் (சயரோகம்), விக்கல், சுரம், சுவாசம் முதலிய நோய்கள் குணமாகும். எலுமிச்சம் பழத்தைத் தணலில் வெதுப்பி அறுத்துச் சாறு பிழிந்து அதில் கலக்கி, தினம் இரண்டு அல்லது மூன்று வேளை கொடுத்துவர நிணக்கழிச்சல், கடுப்புக் கழிச்சல் குணமாகும்.

அன்னபேதிச் செந்தூரம்

இதில் ஒரு குன்றிமணி அளவு காலை, மாலை தக்க அனுபானங்களில் கொடுக்கச் சுரம், சீதபேதி, பாண்டு முதலியன தீரும். பெரும்பாலும் கழிச்சல் நோய்களுக்கு எல்லாம் மற்ற மருந்துகளுடன் சேர்த்துத் தேனில் காலை, மாலை கொடுக்கக் குணமாகும்.

நத்தை பற்பம்

இதில் 1 முதல் 2 குன்றி எடை காலை, மாலை தக்க அனுபானத்தில் கொடுக்கக் கழிச்சல்கள் குணமாகும். அன்றியும் மூலம், குதம் வெளித்தள்ளுதல், ஆசனக்கடுப்பு முதலியன குணமாகும்.

சித்த மருத்துவ நூல்களில் நிணக்கழிச்சலுக்கு மேலே குறிப்பிடப்பட்டிருக்கும் மருந்துகள் நீங்கலாக வேறு பல சிறந்த பரிகாரங்களும் கூறப்பட்டுள்ளன. அவை வருமாறு:

சௌபாக்கிய சுண்டி

இதில் மூவிரல் கொண்ட அளவு காலை, மாலை நீராகாரம், மோர், வெந்நீர் இவற்றில் ஒன்றில் கொடுக்க நிணக்கழிச்சல், அசீரண பேதி, வயிற்றுவலி, பொருமல், பித்த வாயு, வாந்தி, விக்கல் ஆகியவை குணமாகும்.

செய்முறை

தோல் சீவிய சுக்கு பலம் 8-ஐச் சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி, செம்முள்ளிச்சாறு, செந்திராச்சாறு, முருக்கனிலைச்சாறு, கரிசாலைச்சாறு, சிறுசெருப்படைச் சாறு ஆகியவற்றில் வகைக்குக் கால் படி சாற்றில் முறையே ஊறவைத்து, வெய்யிலில் நன்றாய் உலர்த்திப் பொடித்து அத்துடன் தக்கோலம், வாலுளுவை, கூகைநீறு, கரியபோளம், விடங்கம், தான்றி, நெல்லி, திப்பிலி, திப்பிலி மூலம் இவை வகைக்கு ஒரு பலம் வீதம் சூரணம் சேர்த்து நன்றாய்க் கலந்து வைத்துக்கொண்டு, முன் கூறிய அளவுப்படி கொடுக்க அந்நோய்கள் குணமாகும்.

பிரண்டையுப்பு

இதில் 2 முதல் 4 குன்றி எடை காலை, மாலை கொதிநீர், புளித்த மோர் இவற்றில் ஒன்றில் கொடுக்க நிணக்கழிச்சல் குணமாகும்.

உப்புப்பொடி

இதில் 2 குன்றி முதல் 3 குன்றி எடை காலை, மாலை பிரமிச்சாற்றில் கொடுக்க வாத, பித்த, கபக் கிராணிகள், மூலக்கிராணி, வாயுக்கிராணி, இரத்தக்கிராணி, சங்கரக் கிராணி, சீதக் கிராணி முதலான கிராணி வகைகள் குணமாகும்.

செய்முறை

கறியுப்பு அல்லது செந்தூரம் எடுத்துக் கொள்க. வறுத்துப் பொடித்த பெருங்காயம், இந்துப்பு, வளையலுப்பு, வெள்ளைப்பூண்டு (தோலுரித்தது), சுக்குப்பொடி, திப்பிலி, மிளகு இவற்றை வறுத்துப் பொடித்துக்கொள்ளவும். அன்னக்காடி நீரில் பத்து முறை சுத்தி செய்த பூநீறு, சித்திர மூலப்பொடி, வறுத்துப் பொடித்த ஓமம் இச் சரக்குகளையும் சம எடை நிறுத்து ஒன்றாய்க் கலந்து வைத்துக்கொண்டு முன் கூறிய அளவுப்படி பிரமிச்சாற்றில் காலை, மாலை கொடுக்க, கிராணிக் கழிச்சல்கள் யாவும் குணமாகும்.

மதகசகண்டீரவ மாத்திரை

இதில் ஒரு மாத்திரை வீதம் காலை, மாலை தக்க அனுபானத்தில் கொடுக்கக் கிராணி, வயிற்றுவலி, அதிசாரம், வயிற்றுக் கடுப்பு ஆகியவை குணமாகும்.

செய்முறை

சுத்தி செய்த கருநாபி, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சுத்தி செய்த இலிங்கம் (அல்லது மிகச் சிறந்ததாக இலிங்கக்கட்டுச் செந்தூரம் சேர்க்கலாம்), அதிவிடயம். இச்சரக்குகளைச் சம எடை எடுத்து முறைப்படி வறுக்க வேண்டியவைகளை வறுத்துப் பொடித்தும் மற்றவைகளைப் பொடித்தும் ஒன்றாய்க் கலந்து வைத்துக் கொண்டு கல்வத்தில் இட்டு எலுமிச்சம் பழச்சாறு விட்டு நன்றாக அரைத்து ஒரு குன்றி அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக்கொண்டு காலை, மாலை ஒரு மாத்திரை வீதம் முன் சொன்னபடி இஞ்சிச்சாறு அல்லது தேனில் கொடுத்துவரக் கிராணிக் கழிச்சல்கள் எல்லாம் தீரும்.

வேறு

அத்திப்பிஞ்சு, கோவைப்பிஞ்சு, மாம்பட்டை, சிறுசெருப்படை இவை வகைக்கு ஒரு பிடி இடித்துப் பாண்டத்தில் இட்டு, 4 பங்கு வாழைக் கிழங்குச்

சாறுவிட்டுக் காய்ச்சி, நான்கில் ஒன்றாய் வற்ற வைத்து வடிகட்டி, காலை, மாலை கொடுக்க வயிற்றுக் கடுப்பு, கிராணி பேதி ஆகியவை போம்.

கஞ்சாவாதி மாத்திரை

இதில் ஒரு மாத்திரை காலை, மாலை தக்க அனுபானத்தில் கொடுக்கக் கிராணிகள் யாவும் தீரும்.

செய்முறை

சுத்தி செய்த கஞ்சாப் பொடி, நாபிப் பொடி, காந்தச் செந்தூரம், அபின் ஆகியவற்றைச் சம எடை கொண்டு கல்வத்தில் இட்டு கரு ஊமத்தையிலைச் சாறு விட்டு அரைத்து மிளகு பிரமாணம் மாத்திரை உருட்டி, நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் . கொண்டு காலை, மாலை ஒரு மாத்திரை வீதம் சாப்பிட்டுவர பேதிகள் யாவும் குணமாகும்.

வேறு: விளாம்பிசின், அபின் இவை இரண்டையும் சம எடை கல்வத்தில் பொடித்துக் கஞ்சாயிலைச்சாறு அல்லது குடிநீர் விட்டு நன்றாய் அரைத்துப் பயறு அளவு மாத்திரை செய்து உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டு காலை, மாலை ஒரு மாத்திரை சாப்பிட, கிராணிகள் யாவும் போம்.

சூதாதி மாத்திரை

இதில் ஒரு மாத்திரை காலை, மாலை தக்க அனுபானங்களோடு கொடுக்கச் சகல கிராணிகளும் தீரும்.

செய்முறை

சுத்தி செய்த இரசம் (அல்லது இரசப்பற்பம்), சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, சுத்தி செய்த இலிங்கம் (அல்லது இலிங்கக் கட்டுச் செந்தூரம்), சுத்தி செய்த காந்தம் (அல்லது காந்தச் செந்தூரம் எண்: 1) காரீயப் பற்பம், வறுத்து இடித்த சீரகப் பொடி, ஓமப்பொடி இவை சம எடை எடுத்துக் கல்வத்தில் ஒன்றாய்க் கலந்து கஞ்சாயிலைச்சாறு விட்டு நன்றாக அரைத்து, மிளகு பிரமாணம் மாத்திரை உருட்டி, உலர்த்தி வைத்துக்கொண்டு காலை, மாலை ஒரு மாத்திரை வீதம், அனுபானங்களில் கொடுக்கச் சகல கிராணிகளும் தீரும்.

கிராணி கபாட மாத்திரை

இதில் ஒரு உருண்டை காலை, மாலை தக்கத் துணை மருந்துகளுடன் கொடுக்கப் பெருங்கழிச்சல், நிணக்கழிச்சல் யாவும் தீரும்.

செய்முறை

சாதிக்காய், இலவங்கம்,அதிவிடயம், அபின், சாதிப்பத்திரி, இலவங்கப்பட்டை, இலவங்கப்பத்திரி, தாளிசம் இவை வகைக்குச் சம எடை எடுத்துப் பொடித்து மாதுளங்காய்க்குள் பொதிந்து சாணத்தினால் கவசம் செய்து உலர்த்தி, இலகு புடமிட்டுக் கவசம் பிரித்து மாதுளங்காயுடன் கல்வத்தில் இட்டு கஞ்சா சாறு அல்லது குடிநீர் விட்டு அரைத்து, தூதுளங்காய் அளவு மாத்திரை செய்து உலர்த்தவும். இதில் ஒரு மாத்திரை முன் கூறியபடி கொடுக்கக் குணமாகும்.

அயகெந்திச் செந்தூரம்

இதில் 1 முதல் 2 குன்றி எடை அளவு தக்க அனுபானங்களில் கொடுக்கக் கிராணி, பசியின்மை, புளித்த ஏப்பம், உள்மூலம், பாண்டு, சொறி, சிரங்கு, தடிப்பு காணாக்கடி முதலியன தீரும்.

செய்முறை

அரப்பொடி எடுத்துப் படிகாரத் தண்ணீரில் ஒரு நாள் ஊறவைத்துக் கழுவி, பிறகு எழுமிச்சம் பழச் சாற்றில் ஒரு நாள் ஊறவைத்துக் கழுவி, உலர்த்தி எடுத்த அரப்பொடியில் 4 பலம், சுத்தி செய்த கந்தகம் பலம் ஒன்று, நவச்சாரம் பலம் 1/4. இவற்றைக் கல்வத்தில் இட்டு முறைப்படி ஒன்றாய்க் கலந்து கற்சுண்ணத் தெளிவுநீர் விட்டு ஐந்து நாட்கள் அரைக்கவும். ஒவ்வொரு நாளும் அரைத்து முடித்து எழுந்திருக்கும் போது மருந்து மிதக்கக் (ததும்ப) கற்சுண்ண நீர் விட்டு, கல்வத்தை மூடிவைத்துவிட்டுப் போகவும். மறுநாள் வந்து பார்க்கும்போது கல்வத்தில் விட்டு வைத்த கற்சுண்ண நீர் சுண்டி இருக்கும் (வற்றி இருக்கும்). மறுபடியும் அதே கற்சுண்ண நீரினால் அரைக்கவும். இங்ஙனம் ஐந்து நாட்கள் அரைத்து முடித்த உடன் மருந்திலுள்ள நீர் யாவும் சுண்டிய பிறகு ஒரு இரும்புக் கடாயில் வழித்துப் போட்டு வெய்யிலில் வைத்து ஒரு நீளக் கரண்டியால் மருந்தைக் கிளறவும். மருந்து நன்றாய் உலர்ந்தவுடன் தானே புகை கிளம்பும். அச்சமயம் சட்டியை அடுப்பேற்றி மூன்று விறகால் எரியிட்டு வறுத்துக் கொண்டிருக்கப் புகைந்து, அப்பால் புகை அடங்கும். மீண்டும் நன்றாய்ச் செந்தூரம்

சிவக்கும் வரைக்கும் வறுத்துக் கொண்டிருப்பது நல்லது. முடிவான செந்தூரம் அரப்பொடியின் எடை அளவு இருத்தல் நலம்.

வான்மெழுகு

இதில் உளுந்து அளவு மெழுகைப் பனைவெல்லத்தில் பொதித்துக் காலை, மாலை கொடுத்து வர வயிற்றுப் போக்கு, வயிற்று வலி, வயிற்றுக் கடுப்பு இன்னும் அநேக நாட்பட்ட நோய்கள் போம்.

வாழைப்பழச்சாறு

1/2 முதல் ஒரு ஆழாக்குக் காலை, மாலை மூன்று நாட்கள் கொடுக்கக் கிராணி தீரும்.

ஈஸ்பா சிந்தாமணிச் செந்தூரம்

இதில் 1 முதல் 2 அரிசி எடையுடன் சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, கிராம்பு, குரோசாணி ஓமம், அதிவிடயம் ஆகியவற்றைச் சம அளவு வெதுப்பிச் சூரணித்து மூவிரல் கொண்ட அளவில் வைத்து, தேனும் கூட்டிப் பத்து நாட்கள் காலை, மாலை கொடுக்கக் குணமாகும்.

செய்முறை

சுத்தி செய்த கெந்தி $2^1/_2$ பலம், இரசம் 2 பலம், இலிங்கம் ஒரு பலம், மனோசிலை $^1/_2$ பலம். இவற்றை முறைப்படி பொடித்து, அரைத்து ஒன்றாய்க் கலந்து பொற்றலைக் கையான் சாறு, மாதுளம் பூச்சாறு, முருக்கன் பூச்சாறு, பிச்சிப் பூச்சாறு இவற்றில் முறையே வகைக்கு இரண்டு சாமம் அரைத்து உலர்த்திப் பொடித்துக் குப்பியில் அடைக்கவும். குப்பியின் வாயைப் பொருத்தமான ஓட்டினால் மூடி அதற்குச் சீலை மண் செய்து உலர்த்தி முறைப்படி வாலுகையில் (மணல் மறைவில்) வைத்து, அடுப்பின் மேல் ஏற்றி முதல் நாள் தீபாக்கினி (சிறிய தீ), கமலாக்கினியாகவும் (மிதமான தீ); மறுநாள் கமலாக்கினி, காடாக்கினியாகவும் (பெரிய தீ); மூன்றாவது நாள் காடாக்கினியாகவும் காலை 8 மணி முதல் இரவு 8 மணி வரைக்கும் தினம் எரிக்கவும். இரவில் நெருப்பை எரிக்காமல் தணலில் வைத்திருக்க வேண்டும். ஆறிய பின் கவசம் பிரித்து அடிச்சட்டியில் இருக்கும் செந்தூரத்தை மட்டும் சேகரித்து வைத்துக் கொண்டு மேற்கூறிய அனுபானத்தில் பத்து நாட்கள் காலையில் கொடுக்கக் கிராணிகள் யாவும் குணமாகும்.

நாகராதிச் சூரணம்

சரக்குகள்

சுக்கு

ஆடுதீண்டாப் பாளை

அதிவிடையம்

திப்பிலி மூலம்

இந்துப்பு

மாங்கொட்டைப்பருப்பு

குடசப்பாலைத்தோல்

இலவம் பிசின்

மாதுளம் பிஞ்சு

சாதிப்பத்திரி

விலாம்பழ ஈர்க்கு

செய்முறை

சரக்குகளைச் சம அளவு எடுத்துச் சுத்தித்து, காயவைத்து, இடித்து சலித்துக்கொள்ள வேண்டும்.

அனுபானம்: தேன், தயிர்.

தீரும் நோய்கள்: அதிசாரம், கிராணி, குன்மம்.

கிராணி கபாட சூரணம்

சரக்குகள்

காட்டாத்திப்பூ

சுக்கு

அதிவிடையம்

கோரைக்கிழங்கு

வட்டத்திருப்பி வேர்

உலர்ந்த வில்வப்பழச்சதை
வெட்பாலைப் பட்டை
வெட்பாலையரிசி
உலர்ந்த மாதுளம்பழ ஓடு
இலவங்கப்பட்டை

செய்முறை

இவைகளைச் சம அளவு இடித்துச் சூரணித்து வைத்துக்கெள்ள வேண்டும்.

அனுபானம்: வேளைக்கு வெருகடி பிரமாணம் சர்க்கரை கலந்து நீரிலாவது அல்லது அரிசி கழுவிய நீரிலாவது தினம் 2 அல்லது 3 வேளை வீதம் கொடுத்துவரலாம்.

தீரும் நோய்கள்

கிரகணி, இரத்தமூலம், சீதபேதி, இரத்தபேதி முதலியன குணமாகும்.

பூநாகச் சூரணம்

சரக்குகள்

பூநாகம்	:	35 கிராம்
சுக்கு	:	8.5 கிராம்
மிளகு	:	8.5 கிராம்
திப்பிலி	:	8.5 கிராம்
சீந்தில் கொடி	:	17.5 கிராம்
தூதுவளைச் சமூலம்	:	35 கிராம்
தான்றிக்காய்	:	4 கிராம்
நெல்லிவற்றல்	:	4 கிராம்
சிற்றரத்தை	:	4 கிராம்
கற்கடக சிங்கி	:	4 கிராம்
கடுக்காய்த் தோல்	:	4 கிராம்
மூங்கிலுப்பு	:	4 கிராம்

செய்முறை

மேற்கூறிய 12 சரக்குகளையும் சூரணித்து, சம எடை சீனா கற்கண்டுடன் கண்டங்கத்திரியை அரைத்து அதன்பால் வைத்துப் பற்பம் செய்த பவழத்தில் 8.5 கிராம் கலந்து வைத்துக்கொள்க.

உபயோகம்

இச்சூரணத்தை வேளைக்கு 1/4 தோலா வீதம் இருநேரம் பசுவெண்ணெயில் அயச்செந்தூரத்துடனாவது, காந்தச் செந்தூரத்துடனாவது மத்தித்துச் சாப்பிட கிராணி, மூலம், குன்மம், இரத்தகாசம் தீரும்.

காய்ச்சுக்கட்டி சூரணம்

சரக்குகள்

காய்ச்சுக்கட்டி	:	105 கிராம்
இலவங்கப்பட்டை	:	105 கிராம்
கிராம்பு	:	70 கிராம்
சாதிக்காய்	:	35 கிராம்

செய்முறை

இங்குக் கூறப்பட்ட நான்கு சரக்குகளையும் தனிதனிச் சூரணங்களாகச் செய்து ஒருமிக்க யாவற்றையும் கலந்து வைத்துக் கொள்க.

உபயோகம்

வேளைக்கு 300 கிராமிலிருந்து 500 கிராம் அளவு வரை நெய், சர்க்கரை முதலியவற்றில் கலந்து தினம் 3 நேரம், 3 நாள் கொள்ள சீதபேதி, இரத்தபேதி குணமாகும்.

பத்தியம்: காரம் இல்லாமல் எளிதில் சீரணிக்கக்கூடிய கஞ்சி முதலியன.

சீத, இரத்தபேதிக்குச் சூரணம்

சரக்குகள்

ஏலம்

இலவங்கப்பட்டை

கர்க்கடகசிங்கி

கிராம்பு

அதிவிடயம்

சிறுநாகப்பூ

கசகசா

வட்டத்திருப்பி

செய்முறை

வகைக்கு 10 கிராம் எடுத்து இலேசாக வறுத்துப் பொடிசெய்து வடிகட்டி, இத்துடன் கற்கண்டு தேவையான அளவும் சாதிக்காய் 2 எண்ணிக்கையும் கலந்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும்.

உபயோகம்

கொட்டைப் பாக்களவு சூரணத்தைத் தேனுடன் கூட்டி இருவேளையும் கொடுக்கவும்.

இலேகியங்கள்

இரசக்கட்டுவாதி இலேகியம்

சரக்குகள்

சாதிக்காய்

அதிவிடயம்

கற்கடகசிங்கி

கிராம்பு

சுக்கு

மாசிக்காய்

சன்ன இலவங்கப்பட்டை

மிளகு

காட்டாத்திப்பூ

குரோசாணி ஓமம்

கசகசா

செய்முறை

சரக்குகளைச் சம எடையாக எடுத்துக்கொண்டு நெய் தடவி பொன்மேனியாக வறுத்து இடித்துச் சூரணம் செய்து, 420 கிராம் பனைவெல்லத்துடன் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகச் சேர்த்துப் பதப்படுத்திக்கொள்க.

உபயோகம்

காரசாரமான பதார்த்தங்களைத் தள்ளி, எளிதில் சீரணிக்கக்கூடிய ஆகாரங்களைக் கொடுத்து வருக. வியாதி கடினமான காலத்தில் பார்லி அரிசி, அரோரூட் மா இவைகளின் கஞ்சி, பால் முதலியவையே சிறந்ததாகும்.

கிராணி கபாட இலேகியம்

சரக்குகள்

- சாதிக்காய்
- சாதிப்பத்திரி
- அதிமதுரம்
- சீரகம்
- ஓமம்
- குரோசாணி ஓமம்
- வாய்விடங்கம்
- மோடி
- சுக்கு
- பொரித்த காயம்
- மிளகு
- திப்பிலி
- கோஷ்டம்

ஆகியவை வகைக்கு 17. 5 கிராம்

அபின்	1 கிராம்
சுத்தமான எள்ளு	70 கிராம்
பனைவெல்லம்	105 கிராம்

செய்முறை

முதலாவது பகுதியில் கூறப்பட்டுள்ள 13 சரக்குகளையும் நன்கு இடித்துச் சூரணம் செய்து வைத்துக் கொள்க. அப்பால் எள்ளை நன்றாய்க் கழுவித் தேய்த்து மேல் தோல் போகப் புடைத்து எடுத்து ஒரு இரும்பு உரலிலாவது அல்லது கல்லுரலிலாவது போட்டுப் பனைவெல்லத்தைச் சேர்த்து இடிக்கவும். அப்போது அபினியைச் சிறிது சிறிதாகக் கிள்ளிப்போட்டு இடித்து எல்லாம் உறவான பதத்தில், முதலாவது பகுதியில் சித்தப்படுத்திய சூரணத்தை இட்டு இடிக்கவும். இவைகள் யாவும் ஒருமித்தபின் கல்வத்தில் இட்டு, தேன் சேர்த்து நன்றாய் உறவாகும் பரியந்தம் அரைத்து வழித்து எடுத்துக்கொள்ளவும்.

உபயோகம்

இந்த இலேகியத்தில் வேளைக்கு 4.2 கிராம் வீதம் காலை, மாலை கொடுத்து வரவும். இன்னும் அயகாந்தச் செந்தூரத்துடன் சேர்த்துக் கொடுக்க ஆறு வகையான கிராணிகள், வயிற்றில் உலவும் வாயு ஆகிய யாவும் தீரும்.

கைப்பு, புளிப்பு, பெண்போகம் முதலானவற்றைப் பத்தியமாகக் கொள்ள வேண்டும்.

நாகராதி இலேகியம்

சரக்குகள்

மேல்தோல் சீவிய சுக்குத் தூள் - 35 கிராம்

கடுக்காய்ப் பிஞ்சுத் தூள் - 17.5 கிராம்

செய்முறை

இவ்விரண்டையும் எருமைத்தயிரில் ஊறவைத்து, வெண்ணெய் போல் அரைத்துக் கொஞ்சம் பசுவின் நெய்யில் இள வறுப்பாக வறுத்து எடுத்து, மறுபடியும் முன் போல் எருமைத்தயிரில் மூன்று மணி நேரம் ஊறவைத்துக் கொஞ்ச நேரம். அரைத்து, முன் போல் பசுவின் நெய்யில் வறுத்துக் கொள்ளவும். மூன்றாவது முறையாக மீண்டும் ஒரு முறை முன் போல் செய்து கொள்ளவும். இறுதியில் அம்மியில் வைத்து அரைத்து, 2 கிராம் எடை உள்ள உருண்டைகளாகச் செய்து, பீங்கான் பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்

நாள்தோறும் 1 அல்லது 2 உருண்டைகளை நெய் அல்லது தேனில் அனுபானம் செய்து உண்டுவர நிணக்கழிச்சல், மூலவாயு ஆகியன தீரும்.

தான்றிக்காய் இலேகியம்

சரக்குகள்

தான்றிக்காய்த் தோல்	:	3,500 கிராம்
சீனி சர்க்கரை	:	350 கிராம்
நெய்	:	280 கிராம்

அதிவிடயத்தூள்

சாதிக்காய்த் தூள்

அபின்

தூய்மை செய்த கஞ்சாத்தூள் வகைக்கு 35 கிராம்

செய்முறை

தான்றிக்காய்த் தோலை இடித்துத் தூளாக்கி மண்பாத்திரத்தில் போட்டு, 8 லிட்டர் நீர் விட்டு 1 லிட்டர் குடிநீராகக் காய்ச்சி சுண்டவைத்து இறக்கி வடிகட்டவும். அதில் சர்க்கரையைச் சேர்த்துப் பாகு செய்யவும். அதிவிடயத்தூள் முதலிய நான்கு சரக்குகளையும் அம்மியில் வைத்துத் தண்ணீர் வார்த்து வெண்ணெய் போல் அரைத்து, அதில் கலக்கி நெய்விட்டு அடுப்பேற்றி, சிறு தீயாக எரித்துக் கடுகுதிரள் பதத்தில் இறக்கி, ஆறின பின்பு பீங்கான் பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்

2 கிராம் முதல் 15 கிராம் வரை தினமும் கொள்ள, குருதிக்கழிச்சல், பெருங்கழிச்சல், கிரகணி, மூலநோய், அறுவகைக் கடுப்பு, பித்தநோய், வயிற்றுப் பொருமல், வயிற்றுக்கடுப்பு முதலியன குணமாகும். புகை, புளி, புணர்ச்சி கூடாது.

அக்கினி குமார இரசம்

சரக்குகள்

தூய்மை செய்த நெல்லிக்காய் கந்தகம்	:	10கிராம்
தூய்மை செய்த ரசம்	:	10 கிராம்
தூய்மை செய்த நாபி	:	10 கிராம்
தூய்மை செய்த மிளகுத்தூள்	:	21 கிராம்

எலுமிச்சைச் சாறு அல்லது புளிப்பு மாதுளைச்சாறு தேவையான அளவு.

செய்முறை

இரசத்தையும் கந்தகத்தையும் நன்றாய் அரைத்து, கறுத்தபின் மற்ற தூள்களைச் சேர்த்து மேற்படிச் சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக விட்டு அரைத்து (24 மணி நேரம்), குன்றிமணி அளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும்.

உபயோகம்

1/2 மத்திரையை இஞ்சிச் சாறு அல்லது சுக்குக் குடிநீரில் அனுபானம் செய்து உண்டுவர, பலவகைக் கழிச்சல், செரியாமை, ஆகியவற்றைக் குணப்படுத்தி, பசித் தீயை அதிகப்படுத்தும்.

கிராணி கபாட இரசம்

சாதிக்காய், சுத்தித்த ரசம், சுத்தித்த நாபி, கந்தி ஆகியவற்றைச் சம எடை எடுத்துக் கல்வத்தில் இட்டு மாம்பிஞ்சு ரசத்தினால் அரைத்துக் குன்றி எடை சாப்பிட்டால் சகல கிராணிளும், சகல மூலங்களும் நீங்கும்.

வேறு

சுத்தி செய்த பாதரசம், கந்தகம், அதிவிடையம், கடுக்காய், அப்பிரகம் பற்பம் ஆகியன வகைக்கு 10 பங்கு. சுத்தித்த கஞ்சா 3 பங்கு. இவைகள் யாவற்றையும் கல்வத்தில் இட்டு எலுமிச்சம்பழச் சாற்றினால் இரண்டு சாமம் நன்கு அரைத்துக் குன்றி அளவு மாத்திரைகள் செய்து கொடுத்தால் கிராணி நிவர்த்தியாகும்.

விடபேதி சங்காரணி

சரக்குகள்

இலிங்கம்	:	10 கிராம்
அபின்	:	10 கிராம்
பச்சை கோரைக்கிழங்கு	:	100 கிராம்
சாதிக்காய்	:	100 கிராம்
வெட்பாலையரிசி	:	100 கிராம்
சூரத்துக் கற்பூரம்	:	100 கிராம்

செய்முறை

இங்குக் கூறிய ஆறு சரக்குகளையும் தனித்தனியே சூரணித்துக் கல்வத்தில் இட்டு, கஞ்சா குடிநீரால் 12 மணி நேரம் அரைத்து மெழுகு பதம் வந்ததும், 60 மிகி. அளவில் மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்திப் பத்திரப்படுத்துக.

உபயோகம்

இம்மாத்திரையினை இரண்டு மணி நேரத்திற்கு ஒரு முறையாகத் தேனில் குழைத்துக் கொடுத்துவர, வாந்திபேதி, அசீரணபேதி முதலியவைகள் தவறுதலின்றி குணப்படும். பேதி நின்றபின் மாத்திரை கொடுக்க வேண்டிய அவசியமில்லை.

பேதி முற்றிலும் நீங்கும் வரை கஞ்சியைத் தவிர, புணர்பாகம் வேறொன்றும் உட்கொள்ளல் கூடாது. புணர்ச்சியைத் தவிர்க்கவும்.

கட்டுவாதி மாத்திரை

சரக்குகள்

இலவம் பிசின்	:	1 1/2 கழஞ்சு
அதிவிடயம்	:	1 1/2 கழஞ்சு
சாதிக்காய்	:	1 1/2 கழஞ்சு
சாதிப்பத்திரி	:	1 1/2 கழஞ்சு
வில்வப்பழம்	:	3 கழஞ்சு

காய்ச்சுக்கட்டி : $1 \frac{1}{2}$ கழஞ்சு

கிராம்பு : $1 \frac{1}{2}$ கழஞ்சு

இலவங்கம் : 2 பண எடை

செய்முறை

இவைகளைக் கல்வத்தில் இட்டு, ஊமத்தன் இலைச் சாற்றில் 3 மணி நேரம் அரைத்து, மருந்தை நிறை தூக்கி, 3 பங்கு நீர்முள்ளி விதையைக் கூட்டி மேற்கூறிய சாற்றில் மீண்டும் ஒரு மூன்று மணி நேரம் அரைத்து, 60 மிலி. அளவு மாத்திரை செய்க.

உபயோகம்

தினம் காலை, மாலை ஒவ்வொரு மாத்திரை நெய்யில் கொள்ள, எவ்வித பேதியும் கட்டுப்படும். பரீட்சிக்க வேண்டுமாயின், ஒரு குடுவையில் இரண்டொரு துவாரங்கள் இட்டு நீர் விட்டு, ஒரு மாத்திரையைத் தூள் செய்து கரைத்துவிட நீர் கொட்டாது. அங்ஙனமே பேதியையும் நிறுத்துவது திண்ணம். பார்லி கஞ்சியைப் பத்தியமாகக் கொள்வது நன்று.

மணிமந்திரச் சூரணம்

சரக்குகள்

சீரகம்

ஆனைத்திப்பிலி

கருஞ்சீரகம்

சுக்கு

சிறுதேக்கு

குரோசாணி ஓமம்

மிளகு

வால் மிளகு

பொன்முசுட்டைவேர்

திப்பிலி

திப்பிலி மூலம்

இந்துப்பு

அபின்

வகைக்கு 35 கிராம்

செய்முறை

இளவறுப்பாக வறுத்து, இடித்து, சலித்துக் கொள்ளவும். அபினைச் சேர்த்துக் கொள்ளவும்

உபயோகம்

தினமும் தேனில் குழைத்து உண்டு வர, எல்லாவிதக் கழிச்சல்கள், அசீரணம், பேதி, கிராணி ஆகியவை தீரும்.

கிராணி தீரச் சூரணம்

சரக்குகள்

ஓமம்	:	15 கிராம்
குரோசாணி ஓமம்	:	15 கிராம்
சாதிக்காய்	:	5 கிராம்
ஏலம்	:	5 கிராம்

செய்முறை

பொடி செய்து சிதைத்து வைத்துக்கொள்ளவும்.

உபயோகம்

தினமும் 5 கிராமை எருமைத் தயிரில் அனுபானித்து 5 நாட்கள் உண்ண, கிராணி தீரும்.

பிற மருந்துகள்

தயிர்ச்சுண்டிச் சூரணம், தாளிசாதி வடகம், மாதுளைத்தோடு சூரணம், மிளகாய் மெழுகு, வெள்ளைப்பூண்டு கற்கம், பூபதிச் செந்தூரம், படிகலிங்கச் செந்தூரம், கட்டுவாதி மாத்திரை, வசம்புச் சூரணம், கட்டுவாதிச் சூரணம், கிராணி கபாடச் சூரணம், கிராணி கபாட மெழுகு, கட்டுவாதி இலேகியம், பூரணாதி இலேகியம், மூதண்ட இலேகியம், தான்றிக்காய் இலேகியம், நாகப்பற்பக் கலவை, அன்னப்பொடி என்னும் கறிவேப்பிலைச் சூரணம், சுண்டை வற்றல் சூரணம், கறிவேப்பிலை வடகம், கபாட மாத்திரை, நத்தை பற்பம், ஓம இலேகியம் ஆகியவை

யாவும் நிணக்கழிச்சல் நோயிலும் நல்ல குணம் தரும். ஆதலால் அம்மருந்துகளையும் தாராளமாய் இந்நோயில் உபயோகிக்கலாம். ஆயில் புங்கு, பொடுதலைக்காய், அழிஞ்சில் வேர்ப்பட்டை, குழம்புவேர், வசம்பு, நவச்சாரம், சத்திச்சாரம், சித்திரமூலம், திரிகடுகு, சிறுமூலம், செவ்வியம், பற்பாடகம், கருவேம்பு இலை, சீரகம், பெருங்காயம், மூக்கிரட்டை, முட்காவேளை, காவட்டம் புல், நல்வேளை, புளியாரை, இந்துப்பு, கல்லுப்பு, காய்ச்சுப்பு, பொட்டிலுப்பு, கறுத்தவுப்பு, சாரணை, ஆவாரை, தக்கோலம், வெண்காரம், ஆரையிலை முதலியனவும் கிராணிக் கழிச்சலைத் தீர்க்க கூடியவையாகும்.

குழந்தைகளுக்கு வரும் கிராணி

கழிச்சல், பெருங்கழிச்சல், கிராணி ஆகியவை குழந்தைகளுக்கு (மூன்று வயதுக்கு உட்பட்டவர்கள்) உண்டாகும்போது மாந்தக்கழிச்சல், கணை, பச்சை நிறமாய்க் கழிதல், பிரளி என்ற பெயர்களால் அழைக்கப்படுகின்றன.

பரிகாரங்கள்

குழந்தைகளுக்கு நுரைத்தும் பால் திரண்டது போலும் பச்சையுமாய் அடிக்கடி கழியுமானால் பின் வரும் மருந்துகளைக் கையாளலாம்:

அமுர்தாதிக் குடிநீர்

ஒரு மாத்திரையை முலைப்பால் அல்லது வேறு குடிநீரில் உரைத்துக் காலை, மாலை கொடுக்கக் குணமாகும்.

அன்றியும் இந்த மாத்திரையின் குணம் யாதெனில்: மாசிப்பத்திரிக் குடிநீரில் உரத்துக் கொடுக்க மாந்தமும், இலவங்கக் குடிநீரில் கொடுக்க மாந்த சுரமும் வாந்தியும், முலைப்பாலில் கொடுக்கக் குடற்படுவன், நீர்ப்படு மாந்தம், கரப்பான், நாவறட்சி, வயிற்றெரிவு, விடாச்சுரம், உப்பிசம், இருமல் முதலியனவும் தீரும்.

ஆமையோடு பற்பம்

இதில் 1 முதல் 2 குன்றி எடை தேன் அல்லது முலைப்பால் அல்லது வேறு குடிநீரில் கொடுக்க, மேற்கண்ட கழிச்சல் குணமாகும். அன்றியும் மாந்த சுரம், கணைச்சூடு போம். பெரியவர்களுக்கு இப்பற்பத்தைக் கொடுக்க அசீரணபேதி, மூலம், மேக காங்கை ஆகியவை குணமாகும்.

பிரண்டையுப்பு

இதில் 1 முதல் 2 குன்றி எடை காலை, மாலை கொதிநீர் அல்லது புளிப்பு மோரில் கொடுக்க மாந்தபேதி, அசீரணம் தீரும்.

வசம்புச் சூரணக் கலவை

இதில் ஒரு சிட்டிகை முதல் இரண்டு சிட்டிகை வரை தேன் அல்லது முலைப்பாலில் காலை, மாலை கொடுக்கக் கழிச்சல் போம்.

கோரோசனை மாத்திரை

இதில் ஒரு மாத்திரையைத் தேன் அல்லது முலைப்பாலில் காலை, மாலை கொடுக்கக் கழிச்சல், சுரம், தலைபாரம், இருமல், மாந்தம், சளிக்கட்டு முதலியன குணமாகும்.

கட்டுவாதி மாத்திரை

இதில் 1 முதல் 2 மாத்திரைகளைக் காலை, மாலை தேன், முலைப்பால் ஆகிய ஏதேனும் ஒன்றில் கொடுக்கக் கழிச்சல் குணமாகும். ஓமக் குடிநீரிலும் அனுபானிக்கலாம்.

மாந்த பேதிக் குடிநீர்

"போக்கை அடைக்கும் பொடுதலை" என்பது பழமொழி. குழந்தைகளது கழிச்சலுக்குச் சிறந்த பச்சிலை மருந்து இது. பொடுதலை ஒரு பிடி கொண்டுவந்து, ஒரு சட்டியை அடுப்பில் வைத்துச் சூடேற்றியவுடன் சிறிது ஓமத்தைப் போட்டுப் பொரியவிட்டு, பொடுதலையையும் வதக்கும்போது சிறிது முலைப்பால் அல்லது நீர்தெளித்து வதக்கி எடுத்து ஒரு துணியில் கொட்டிச் சாறு பிழிந்து, ஒரு சங்கு அளவு காலை, மதியம், மாலை மூன்று வேளை புகட்ட, கழிச்சல் நின்றுபோம். இத்துடன் தேவையானால் அமிர்தாதி மாத்திரை, கட்டுவாதி மாத்திரை இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றை உரைத்தும் கொடுக்கலாம்.

பொடுதலைக் கூட்டுச் சுரசம்

பொடுதலையிலை, பேய்மிரட்டியிலை, வாய்க்கால் சடைச்சியிலை, முருங்கையிலை, பிரண்டையிலை, திருநீற்றுப் பச்சையிலை, துளசியிலை இவற்றில் ஏதேனும் சிலவற்றைப் பொடுதலையுடன் சேர்த்து வகைக்கு ஒரு கைப்பிடி வீதம் எடுத்துக் குறுக அரிந்து வைத்துக்கொண்டு முன்போல் ஓமத்தைப்

பொரியவிட்டுப் பச்சிலையைப் போட்டுச் சிறிது முலைப்பால் அல்லது நீர் தெளித்து வதக்கிச் சாறு பிழிந்து, ஒரு சங்கு அளவு சாறுடன் வசம்பு, பெருங்காயம் இவை இரண்டையும் சுட்டு உரைத்துக் காலை, மாலை புகட்டக் கழிச்சல் குணமாகும்.

பல ஈர்க்குக் குடிநீர்

வேப்பீர்க்கு, கறிவேப்பிலை ஈர்க்கு, நுணா ஈர்க்கு, நெல்லி ஈர்க்கு, கறுவேலம் ஈர்க்கு இவை வகைக்கு ஒரு துட்டு எடை சேகரித்து, ஓமம் சிறிது ஒரு சட்டியில் பொரியவிட்டு, மேற்கண்ட ஈர்க்குகளைப் போட்டு வதக்கி நீர் 1/4 படி விட்டுக் காய்ச்சி, நான்கில் ஒன்றாய் வற்றவைத்து வடிகட்டி ஒரு சங்கு அளவு குடிநீருடன் வசம்பு, பெருங்காயம் சுட்டு உரைத்துக் காலை, மாலை கொடுக்கப் பேதி நிற்கும். சொருகல், மாந்தம் இவை குணமாகும்.

கட்டுவாதிச் சூரணம்

இதல் 1 முதல் 2 சிட்டிகை அளவு தேனில் தினம் இரண்டு அல்லது மூன்று வேளை கொடுக்கக் குணமாகும். அல்லது வாந்தி நிவாரணப் பொடியில் ஒரு சிட்டிகையும் முன் சொன்ன கட்டுவாதிச் சூரணத்தில் ஒரு சிட்டிகையும் சேர்த்துத் தேனில் காலை, மாலை கொடுக்கக் குணமாகும். அல்லது ஓமம், பூண்டு இவற்றை முன்போல் சட்டியில் இட்டு வதக்கி, நீர் சேர்த்துக் குடிநீராக்கி, ஒரு சங்கு குடிநீரில் வசம்பு சுட்ட கரி உரைத்து, தினம் 2,3 வேளை கொடுக்க, வாந்தியும் பேதியும் நிற்கும்.

எரி எண்ணெய்

வாய்க்கால் சடைச்சி ஒரு கைப்பிடி, சீரகம், வெங்காயம் இவை சிறிது சேர்த்து, தட்டிச் சாறு பிழிந்து வைத்துக் கொண்டு, நல்லெண்ணெய் 1/2 அவுன்சு ஒரு கரண்டியில் விட்டுக் கொதிக்க வைத்து எடுத்து அதில் மேற்படி சாற்றைக் கலந்து குலுக்கி, காலை தோறும் மூன்று நாள் கொடுக்கக் கழிச்சல்கள் யாவும் குணமாகும்.

குறிப்பு: குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் கணை, சீதபேதி ஆகியவற்றிற்கு மருந்து கொடுக்கும் போது ஒரு வருடத்திற்கு உட்பட்டவர்களுக்கு அபின், கஞ்சா சேர்ந்த மருந்துகளைக் கொடுக்கலாகாது.

பத்தியம்

கழிச்சல் உள்ள மட்டும் காரம் கூடிய உணவுகளைக் கொடுத்தல் கூடாது. சவ்வரிசி, கூகைக்கிழங்கு மாவு ஆகியவைகளின் கஞ்சியைக் கொடுக்கலாம். மணக்கத்தை, கார், குறுவை இவைகளின் கஞ்சியாகிலும் கொடுக்கலாம். அல்லது இருமுறை வடித்த சோறு, மோர் கொடுக்கலாம். வாழைப் பிஞ்சு, அத்திப் பிஞ்சு, அவரைப் பிஞ்சு இவைகளைக் காரம் இல்லாமல் சமைத்துக் கொடுக்கலாம். கசகசாவை அரைத்து நீரில் கலக்கிப் பால் பிழிந்து கொடுக்கலாம். மங்குஸ்தான் பழம் சாப்பிடலாம். மலைவாழைப்பழம், மாவுச்சீனி, பசுநெய் ஆகியவற்றையும் சாப்பிடலாம்.

சொல்லடைவு

அ

அக்கரம் 101,103,105
அக்கி 59
அக்கிராகாரம் 30,164
அக்கினி குமார இரசம் 193
அக்கினி மாந்தம் 162
அகத்திக் கீரை 118,170
அகத்தியர்குரு நாடி 48
அகத்தியர் குழம்பு 75,76
அகத்தியர் சுர நூல்-300 69
அகில் 26,31,88
அங்கூர் திராட்சை 117,142
அச்சம் 5
அசாத்தியப் பித்தம் 21
அசீரணப் பித்தம் 16
அசீரணபேதி 161,167,181,194
அசீரணம் 159,196
அசுவகந்தாதி இலேகியம் 33
அசுவகந்தி இரசாயனம் 34
அசுவகெந்தி தைலம் 119
அஞ்சனக் கல் 29
அஞ்சிலை 169
அட்சரமாந்தச் சுரம் 106
அட்டகுன்மம் 162
அட்டசூதப் பற்பம் 102
அட்ட தீபாக்கினிச் சூரணம் 118
அட்டபயிரவம் 75,137
அட்ட பயிரவ மாத்திரை 91
அடிக்கடி கழிதல் 9
அடிப்பட்டு வரும் சுரம் 68
அடுக்கு நந்தியாவட்டை 147
அண்டவாயு 161
அண்ணாக்கு 110
அணுத்துவம் 1
அத்திசுரம் 180
அத்திப் பட்டை 26,166,178
அத்திப்பழ மணப்பாகு 118
அத்திப்பிஞ்சு 164,168,182,200
அத்திமரம் 89
அதிகாலைச் சுரம் 66
அதிசாரக்கடுப்பு 160
அதிசாரச் சுரம் 64,158
அதிசார நிவாரணிகள் 168
அதிசார நோய் 113
அதிசாரப் பித்தம் 19
அதிசாரம் 153,182
அதிமதுரக் குடிநீர் 111
அதிமதுர நெய் 106
அதிமதுரம் 25,27,29,30,31,39,75,82,106,150,158,190
அதிவிடயத்தூள் 192
அதிவிடயம் 81,83,89,157,178,186
அந்தரவாயுக் கழிச்சல் 173
அந்திரவாயு 157
அப்பிரகப் பற்பம் 92
அப்பிரகம் 193
அபரஞ்சி ரேக்கு மெழுகு 141
அபின் 160,179
அபோராஜாதி சூரணம் 151
அம்மான் பச்சரிசி 81
அம்மைசுரம் 70
அமிர்தாதி மாத்திரை 198
அமுக்கார கிழங்கு 34
அமுக்கார வேர் 31
அமுர்தாதிக் குடிநீர் 197
அயக்காந்தக் கரிசாலை உருண்டை 141
அயக்காந்தச் செந்தூரம் 32
அயக்காந்தம் 141
அயகெந்திச் செந்தூரம் 184
அயச்சம்பீரக் கற்பம் 119,141
அயச்செந்தூரம் 32

அயத் தங்கச் செந்தூரம் 122
அயத்தங்கம் 141
அயதாம்பிரச் செந்தூரம் 122
அயநாகப் பற்பம் 91
அயநாகம் 32
அயப் பற்பம் 93 121
அயப்பிருங்கராஜ கற்பம் 120 141
அயப்பூநாகச் செந்தூரம் 122
அயப்பொடி 119
அயம் 128
அயமண்டூரச் செந்தூரம் 142
அயவீரம் 141
அரக்குத் தைலம் 144
அரசம் 36
அரசம்பட்டை 85
அரப்பொடி 149,184
அரிசி 121
அரிசி எடை 94 121 140 180 185
அரிசிக் கஞ்சி 147
அரிசித்திப்பிலி 140
அரிதாரம் 77
அரிநெல்லி 149
அருசி 159, 180
அருசிப் பித்தம் 17,30,31,39
அருவருத்தல் 49
அரையாப்பு 128
அரோசகம் 119,162
அரோரூட் மா 190
அல்லி 27
அலசப்பாண்டு 114
அலசம் 159
அலிமுகப் பாண்டு 115
அலைதல் 56
அவரை 310
அவரைப் பிஞ்சு 128,168,200
அவுரி இலை 149
அவுரி வேர் 150
அவுரியிலைக் கற்கம் 139
அழகுக்காமாலை 132
அழல் 1 2,3,4,9
அழல்ஐயக்காமாலை 132,133
அழல்ஐயச்சுரம் 53
அழல் காமாலை 132,133
அழல் குற்றம் 310
அழல் சுரம் 70,73,76,85,86
அழல் தாது 69,131,176,177
அழல் நாடி 68
அழல் நிணக்கழிச்சல் 173
அழல் நீர்ச்சுருக்கு 114
அழல் நோய் 10,22
அழல் பாண்டு 114, 115
அழல் பித்தம் 17,36
அழல் பெருங்கழிச்சல் 155
அழல் வளிச்சுரம் 53,72
அழல் வாதச்சுரம் 70
அழற்கால் நிணக்கழிச்சல் 174
அழற்சி எண்ணெய் 118
அழிஞ்சில் வேர்ப்பட்டை 197
அழுகிய காய்கறிகள் 153
அழுகிய மீன் 153
அழுகை 69
அழுதல் 65
அறிவு கலக்கம் 62
அறுகம் வேர்ச் சாறு 25
அறுகன் தைலம் 32
அறுகன் வேர் 27,80
அறுகீரை 128
அறுகு 25
அறுசுவை உண்டி 67
அன்பு 5
அன்னக்காடி நீர் 182
அன்னத்துவேசம் 162
அன்னப் பொடி 159,196
அன்னபேதி செந்தூரம் 32,122,162,181
அன்னமய கோசம் 159
அனல் 1,42
அனற்பித்தம் 3
அனுபவ மருத்துவ முறை 310
அனுபானம் 26,33,199,121,122,139

ஆ

ஆக்கனல் 3
ஆசனக் கடுப்பு 161,181
ஆட்டுத் தயிர் 94
ஆடல் 56, 109
ஆடாதோடை 81,150
ஆடாதோடை இலைச் சாறு 25
ஆடாதோடை ஈர்க்கு 150
ஆடாதோடை சமூலச்சாறு 25,27,29
ஆடாதோடை பூச்சாறு 24
ஆடாதோடை வேர் 83
ஆடு 5
ஆடுதீண்டாப் பாளை 186
ஆண்குறி 62
ஆத்தியின் பூ 168
ஆப்பிள் 129

ஆமணக்குக் கொழுந்து 149
ஆமணக்கெண்ணெய் 27
ஆமிலப்பித்தம் 13
ஆமையோடு பற்பம் 163,197
ஆயாசம் 79, 117
ஆயில் புங்கு 197
ஆரஞ்சு 129
ஆரஞ்சு பழச்சாறு 118
ஆரஞ்சு ரசம் 146
ஆலாபித்தல் 61
ஆலோசகம் 4
ஆவணி 9
ஆவாரை 197
ஆவாரை வேர் 90
ஆவாரை வேர்ப்பட்டை 140
ஆவாரை வேர்ப்பட்டைக் கற்கம் 140
ஆவாரையின் பட்டை 170
ஆவுரு பித்தம் 13
ஆழி சூட்டுக் கருவி 102
ஆள் காட்டிக் குருவி இறகின் பற்பம் 92
ஆற்றல் 5
ஆற்றலங்கி 4
ஆறுமுகச் செந்தூரம் 122
ஆனைத்திப்பிலி 195

இ

இச்சை (காமச்) சுரம் 66
இஞ்சி 36, 39,88,152
இஞ்சி இலேகியம் 162
இஞ்சி ரசாயனம் 119
இடப்பாட்டீரல் 140
இடுப்பு 62,72
இத்திப்பட்டை 166
இந்திரியநட்டம் 180
இந்துப்பு 23,29,30,31,34,80,83,84,87,149,165,182
இம்பூறல் 88
இம்பூறல் வேர் 29
இம்பூறல் வேர்ப்பட்டை 178
இரக்கம் 5
இரசக்கட்டு 60
இரசக்கட்டுவாதி இலேகியம் 189
இரசக் குருதி 117
இரசக்குற்ற நீர்வேட்கை 110
இரசகந்தப் பாடாணங்கள் 172
இரசச் சுண்ணம் 94
இரசப் பற்பம் 122,140,143,
இரசம் 64,110,111,124,179
இரஞ்சகப் பித்தம் 4,117
இரணம் 128
இரத்தக்கடுப்பு 160
இரத்தக் கழிச்சல் 167
இரத்தக்கிராணி 160,182
இரத்தகாசம் 188
இரத்தத் தாதுக்கள் 113
இரத்தப் பித்தப் பெரும்பாடு 27
இரத்தப் பித்தம் 15,24,25,26,27,29,180
இரத்தப்போக்கு 111
இரத்தபேதி 187
இரத்தம் 2
இரத்தமூலம் 114, 187
இரஜோ குணம் 22
இராச்சுரம் 66
இருதயம் 2
இருநோக்கு 114
இரும்பு 119
இரும்புக்கிட்டச் செந்தூரம் 138
இரும்புச் செந்தூரம் 138
இருமஞ்சள் 128
இருமல் 51,75,104,116,155,158,197
இருமல்சுரம் 67,70
இருமுறை வடித்த சோறு 167,200
இருவேலி 82,102,157
இருவேலி வேர் 29,31
இரைப்பு 79,115,159,165,180
இரைப்பை 2,3,67,172
இரைப்பை சுரப்புகள் 153
இரைப்பை புண் 153
இரைப்பைப்புற்று 153
இலந்தை இலை 32
இலந்தைக் கொட்டை 27
இலந்தைத் தைலம் 32
இலந்தைப் பட்டை 24
இலந்தைப் படிகம் 24
இலந்தை விதை அளவு 121
இலந்தை வேர் 158
இலவங்கக் குடிநீரில் 197
இலவங்கப் பட்டை 31,34,164,177,178
இலவங்கப் பத்திரி 25,34,184
இலவங்கப்பூ 168
இலவங்கம் 24,27,39,77,184
இலவங்காதி மாத்திரை 75,91,137
இலவம் பஞ்சுப் படுக்கை 79, 310
இலவம் பிசின் 27,31,169,179
இலிங்கக்கட்டுச் செந்தூரம் 168
இலிங்கச் செந்தூரம் 93
இலிங்கத்துவர் 162
இலிங்கப் பற்பம் 91, 94

இலிங்கம் 77, 124, 179
இலிங்க மெழுகு 179
இலுப்பெண்ணெய் 27
இலுப்பைப்பூ 25, 26,27,31,81,83,150
இலேகிய பதம் 125
இலேகியம் 136
இலைக்கள்ளி 93
இலைக்கள்ளிச் சாறு 76, 94
இலைக்கள்ளியிலைச் சாறு 137
இழுப்பு 63
இளநீர் 25,84,90,139,162,167
இளைப்பு 51,89,109,117,175
இளைப்புநோய் 114,154,172,176,
இனிப்பு 5,110

ஈ

ஈயக்கொழுந்து 105
ஈயச் செந்தூரம் 93
ஈரல் நோய் 132, 176
ஈரல் விலங்கள் 132
ஈரல் வீக்கம் 143
ஈருள்ளி எண்ணெய் 101
ஈளை 89, 156
ஈளை நோய் 72
ஈஸ்பா சிந்தாமணிச் செந்தூரம் 185

உ

உச்சி 62
உச்சிக் கரண்டி அளவு 107
உட்காய்ச்சல் 155,180
உட்சுரம் 59,70
உட்டிணம் 79
உட்டிணாதிக்கம் 180
உட்ணவாயுக் கழிச்சல் 173
உடம்புருகல் 162
உடல் 4,131
உடல் அனலாய் இருத்தல் 9
உடல் சோர்வு 116
உடல் நோதல் 42
உடல் வீங்குதல் 55
உடல் வெளுத்தல் 55
உடும்பு 128, 170
உணவுக் குழல் 114
உத்தாமணி 86, 88
உத்தாமணிச் சாறு 76
உத்தாமணி வேர் 158
உதட்டு நோய் 101
உதட்டுப் புண் 101
உதடு 62
உந்தி 2,9,62
உப்பல் 176
உப்பிசம் 51,197
உப்பு 2,9,31,69,110,113,139
உப்பு செந்தூரம் 161
உப்புப்பொடி 182
உப்பு பற்பம் 124
உமிழ் நீர் 2
உயிர் அழல் 6
உயிரக்கினி 7
உயிரனல் 7
உரத்தப் பித்தம் 15
உல்லான் 128
உலர்ந்த திராட்சை 31,34
உலர்ந்த மாதுளம்பழ ஓடு 187
உலாந்தாலிங்கக் கட்டுச் செந்தூரம் 143
உலோகப் பாடாணங்கள் 132
உலோக மண்டூரச் செந்தூரம் 122
உவர்மண் 103
உள் அக்கரம் 104,106
உள்நாக்கு 102
உள்மூலம் 184
உள்ளங்கால் 5
உள்ளங்கை 5
உள்ளி 81,90
உளுந்து 94, 310
உளுந்து அளவு 179
உளைச்சல் 162
உறக்கம் 64
உன்மாதப் பித்தம் 13,33,34
உஷ்ணபேதி 161
உஷ்ண ரோகம் 164

ஊ

ஊட்டச்சத்து 154
ஊண் சாரம் 71
ஊதல் நோய் 120
ஊதுகாமாலை 132
ஊமத்தன் இலைச் சாறு 195
ஊமத்தையிலைச் சாறு 183
ஊமத்தை விதை 37
ஊமத்தை விரை 179
ஊர்க்குருவி 170
ஊழி 160
ஊழி நோய் 167, 179
ஊழிபேதி 167
ஊழி மாத்திரை 160
ஊழி மெழுகு 179

ஊறிய பொருட்கள் 153
ஊறு 7
ஊறுகாய் 119, 310
ஊறுவாய் நீர்ச்சுரம் 66
ஊன் கழிச்சல் 171
ஊன்சுரம் 61
ஊனின் சத்து ரசம் 129

எ

எ.்.குச் செந்தூரம் 122
எமதண்டக் குளிகை 93
எமதண்ட மாத்திரை 91
எரி எண்ணெய் 199
எரிச்சல் 5,9,79
எரிச்சல் நிணக்கழிச்சல் 175
எரிப் பித்தம் 17,31
எரு (மலம்) 115,171
எருக்கம் கொழுந்து 90
எருமைச் சாணம் 180
எருமைச் சாணிப்பால் 139
எருமைத் தயிர் 24, 27,93,139,191,196
எருமைப் பால் 36
எருமை மோர் 23,128,178
எருமை வெண்ணெய் 36
எருவாய் 114
எலாச்சாரம் 31
எலிசெவிக் கீரை 128
எலும்பு 4
எலுமிச்சங்காய் அளவு 25,32,36,106,140
எலுமிச்சஞ்சாறு 23
எலுமிச்சம் பழச் சாறு 24,32,37,39,77,120,125,127,137,152,182,184
எலுமிச்சம்பழப் பிரமாணம் 147
எலுமிச்சம் பழம் 26,36,119,180
எலுமிச்சம்பூ 85
எள் அளவு 94
எள்நெய் 101
என்பு 72
என்புச்சுரம் 61,70,71
என்புருக்கி 69,70

ஏ

ஏப்பம் 65,157
ஏலக்காய் 142
ஏலக்காயரிசி 139,163
ஏலம் 23,24,27,30, 31, 34,37,39,84,166,188
ஏலரிசி 23
ஏலரிசிப் பொடி 93
ஏலாதிச் சூரணம் 112,118
ஏழு உடல் கட்டுகள் 6

ஐ

ஐந்துப்புச் சுண்ணம் 138
ஐந்துப்புப் பற்பம் 161
ஐப்பசி 9
ஐம்பூதம் 1
ஐய அடை 67
ஐயஅழல்சுரம் 56
ஐயக்காமாலை 132
ஐயக் குற்றம் 102
ஐயச்சுரம் 54,67,70,73,76,77,87
ஐய நாடி 68
ஐய நிணக்கழிச்சல் 173
ஐய நீர்வேட்கை 110
ஐய நோய் 79
ஐயப் பாண்டு 114, 115
ஐயப் பெருங்கழிச்சல் 155
ஐயம் 6
ஐயவழல் காய்ச்சல் 89
ஐயவளிச்சுரம் 56,70,88

ஒ

ஒட்டுண்ணிகள் 154
ஒட்டு நிணக்கழிச்சல் 175
ஒட்டுவாய்க் கிராணி 173
ஒதியம்பட்டை 178
ஒழுக்கம் 5
ஒள்ளொளித் தீ 4
ஒளவையார் 78

ஓ

ஓக்காளம் 9,53,102,112,159
ஓடல் 109
ஓடு பித்தம் 19,36
ஓம இலேகியம் 168,196
ஓமக் குடிநீர் 198
ஓமக் குளியல் 144
ஓமச் சூரணம் 127
ஓமப்பொடி 183
ஓமம் 31,78,158,163,177,198
ஓரிதழ் தாமரை இலை 310

க

கச்சூர் பழம் 123
கசகசா 163,186
கஞ்சா 164,179
கஞ்சா குடிநீர் 194
கஞ்சா சாறு 184

கஞ்சாத்தூள் 192
கஞ்சாப்பொடி 166
கஞ்சாயிலைச்சாறு 183
கஞ்சாவாதி மாத்திரை 183
கஞ்சாவிரை 166
கஞ்சி 143,188, 194
கட்குடி 5
கட்டி 131
கட்டிச்சுரம் 67
கட்டுவாதி இலேகியம் 167,196
கட்டுவாதி மாத்திரை 160,196
கடப்பஞ் சாறு 94
கடப்பம் பட்டை 169
கடலை 310
கடலை அளவு 167
கடுக்காய் 25,27,29,80,81,119,137,169,193
கடுக்காய்க் குடிநீர் 102
கடுக்காய்த் தோல் 105,107,1124,137,147, 187,
கடுக்காய்த்தோல் சூரணம் 151
கடுக்காய்ப்பிஞ்சு 178
கடுக்காய்ப் பிஞ்சுத் தூள் 191
கடுக்காய்ப்பூ 167,178
கடுகு 83,121,158
கடுகு திரள் பதம் 126
கடுகுரோகணி 80,82,84,105,136,158
கடுப்பு 192
கடுப்புக் கழிச்சல் 180
கண் 2,5,113,131
கண் இமை 5
கண் எரிதல் 42
கண் எரிவு 125,152
கண் மருந்து 73
கண்டங்கத்திரி 80,81,188,
கண்டங்கத்திரிவேர் 29,87
கண்டத்தின் கீழிடம் 2
கண்டப் பித்தம் 110
கண்டாத்திரி இலேகியம் 119,162
கண்டாவிழ்தம் 112
கண்டுபாரங்கி 158
கண்ணொளி குன்றல் 9
கண்ணோய் 180
கணுக்கால் 62
கணை 71,197
கணைச்சூடு 197
கணையத் தாபிதம் 154
கணையப் புற்று 154
கத்தரிக்காய் 170
கத்தரிப்பிஞ்சு 128
கத்திரிப்பூ 89
கத்தூரிக் கருப்பு 94
கதிர்வீச்சு மருத்துவம் 172
கந்தகச் சுண்ணம் 122
கந்தகச் செந்தூரம் 92
கந்தகப் பற்பம் 91
கந்தகம் 64, 184
கந்தி 193
கப்பு மஞ்சள் 146
கப்பைக் கிழங்கு 310
கபநோய்கள் 165
கபரோகம் 157
கபாட மாத்திரை 160,196
கபாலப் பித்தம் 110
கபாலியக்கரம் 104
கம்பத்திராய் 25
கம்பளப் போர்வை 80
கம்பியுப்பு 179
கமலாக்கினி 185
கயம் 161
கர்க்கடகசிங்கி 189
கர்ச்சூராதி சூரணம் 33
கர்ப்பக் கிராணி 173,179
கர்ப்பூரவள்ளிச் சாறு 101
கரப்பான் 197
கரப்பான் பதார்த்தங்கள் 145
கரப்பான் பித்தம் 16
கரி 116
கரிசலாங்கண்ணி 140
கரிசலாங்கண்ணி மாத்திரை 140
கரிசாலை 88,128,137
கரிசாலை இலேகியம் 119,141
கரிசாலைக் கற்கம் 139
கரிசாலைச் சாறு 141,181
கரிசாலைச் சூரணம் 151
கரிசாலைத் தைலம் 144
கரிசலை நெய் 141
கரிசாலையிலைச் சூரணம் 151
கரிசிலாங்கண்ணி 106
கரிப்பான் வேர் 24
கரிப்பீர்க்கு 144
கரிய சீரகம் 82
கரியபோளம் 181
கருங்காலி 169
கருங்காலிப் பட்டை 26
கருஞ்சீரகம் 101,140,158,195
கருந்துளசி வேர் 82
கருநாபி 182

கருப்பஞ்சாறு 25
கருப்பட்டி 36
கருப்பு 91
கருப்புக் கட்டி 24
கரும் பித்தம் 16
கரும்புச்சாறு 152
கருமேந்திரியம் 6
கருவப்பட்டை 30
கருவாழைக் கிழங்கு 26
கருவேப்பிலைத் தண்டு 33
கருவேம்பு 177
கருவேம்பு இலை 197
கல்லாலிலைச் சாறு 93
கல்லீரல் 69,132
கல்லுப்பு 31, 197
கல்வி 5
கலப்புச்சுரம் 57
கலவிச்சுரம் 67
கலிக்கம் 77
கவசம் 124
கவிசை 128
கவுதாரி 128,170
கழலைகள் 131
கழற்சிக்காய் அளவு 26,136
கழற்சிக்கொடியிலை 148
கழிச்சல் 64,73,105,116,137,159,180
கழிச்சல்சுரம் 64,70
கழுத்து 9,62,70
கழுதைப் பால் 36
கழுநீர் 26,29
கள் 113,132,169
கள்ளி 93
கள்ளிவேர் 87
களாக்காய் 310
களைப்பு 75, 123
கற்கடகசிங்கி 29,34,187,189
கற்கண்டு 89,94,
கற்கம் 90
கற்சுண்ண நீர் 184
கற்பூர சிலாசாத்து 30,141,144
கற்பூரச் சிலாசத்துப் பற்பம் 138,142,163
கற்பூரம் 116
கற்பூரவல்லிச் சாறு 93
கற்றாழஞ்சாறு 107
கற்றாழை நாற்றம் 9
கற்றாழைச் சாறு 91
கற்றாழைச் சோறு 37
கறிப்பாலைத் தண்டு 87,89
கறிமஞ்சள் 138,146
கறிமஞ்சள் தூள் 139
கறியுப்பு 182
கறிவேப்பிலை 32,178
கறிவேப்பிலை ஈர்க்கு 24,199
கறிவேப்பிலைச் சூரணம் 119,159,196
கறிவேப்பிலை வடகம் 159,196
கறுங்குங்கிலியம் 32
கறுஞ்சீரகம் 31,105
கறுத்தவுப்பு 197
கறுவேலம் ஈர்க்கு 199
கறைச்சுரம் 70
கனகலிங்க மெழுகு 122,141
கனவு 105
கஸ்தூரிக் கருப்பு 112
கஸ்தூரி மஞ்சள் 31

கா

காங்கை 42
காசப் பித்தம் 15,29
காசம் 71,180
காசு எடை 125,139
காசுக்கட்டி 27
காட்டாத்திப்பூ 186
காட்டு மல்லிகை வேர் 105
காட்டுப்பயிற்றம் வேர் 35
காட்டுப்பறங்கியிலை 170
காட்டெருமைப் பால் 126
காடாக்கினி 185
காடி 23,121
காடிநீர் 92
காடை 128,170
காடை இறகு பற்பம் 93
காதடைப்பு 51
காதல்சுரம் 68
காந்த அயச் செந்தூரம் 122
காந்த அயம் 141
காந்த அயரசச் செந்தூரம் 122
காந்தச் சுவர்ணம் 141
காந்தச் செந்தூரம் 93,94,125,183,188
காந்தப் பற்பத்தை 94
காந்தம் 119,183
காந்தல் 42,162
காப்பி 126
காம இச்சை 5
காமச்சுரம் 71
காமலா 131
காமாலை 69,118,131,137,157
காமாலைப் பொடி 145

காமிலா 131
காய்ச்சல் 42
காய்ச்சுக்கட்டி 188
காய்ச்சுக்கட்டி சூரணம் 188
காய்ச்சுப்பு 197
காயம் 124
கார் 200
கார்த்திகை 9
காரம் 9,112,156,188
காரரிசி 310
காராமணிக் கீரை 170
காரீயப் பற்பம் 92, 183
காரீயம் 132
கால் எரிவு 32
காலைச்சுரம் 66
காவட்டம் புல் 197
காவிக்கல் 29
காவிக்கல் பொடி 178
காளமேக நாராயணச் செந்தூரம் 122,138

கி

கிச்சடி 153
கியாழம் 150
கிரகணி 159,187
கிரந்தி 102,128
கிராணி 119,160,179
கிராணி கபாட இரசம் 193
கிராணி கபாட இலேகியம் 190
கிராணி கபாட சூரணம் 186,196
கிராணி கபாட மாத்திரை 184
கிராணி கபாட மெழுகு 196
கிராணி கழிச்சல் 172
கிராணி பேதி 171
கிராம்பு 24,29,34,37,163,185
கிருமி எண்ணெய் 126
கிருமிகள் 123, 124,159
கிருமிப் பித்தம் 21
கிளிஞ்சல் பற்பம் 92,93,94

கீ

கீழ்க்காய்நெல்லி 82,139,147,158
கீழ்க்காய்நெல்லிக் கற்கம் 138
கீழ்க்காய்நெல்லிச் சமூல பாவனைச் சூரணம் 145
கீழ்க்காய்நெல்லிச் சமூலம் 138
கீழ்க்காய்நெல்லிச் சாறு 138,141,150,151
கீழ்க்காய்நெல்லிச் செடி 139
கீழ்க்காய்நெல்லி நெய் 141
கீழ்க்காய்நெல்லிவேர் 142, 144
கீழ்க்கால் கழிச்சல் 174
கீழ்நோக்குக் கால் 114,153,157,173,174,176
கீழ்வாய் எரிச்சல் 177
கீழாநெல்லி 89,101

கு

குக்கியனல் 7
குக்கில் 32, 101
குக்கில் பற்பம் 107
குக்கில் வெண்ணெய் 32,101, 107
குங்கிலியம் 23
குட்ட உதடு 102
குட்டம் 101
குட்டிபிராய்வேர்ப்பட்டை 27
குட்டிவிளாயிலை 144
குடசப் பாலை 27
குடசப்பாலைத்தோல் 186
குடசப்பாலைப் பட்டை 25
குடச மணப்பாகு 164
குடல் 114
குடல் தாபிதம் 172
குடல் புற்று 154
குடல்வாத சுரம் 172
குடற்கால் கழிச்சல் 174
குடற் கிருமிகள் 126
குடற் கிருமி நாசினி 126
குடற்படுவன் 197
குடற்புண் 118
குடற்புழு 125,131
குடிநீர் 22,73,77,80,87,119,136,197
குடைச்சல் 78
குண்டியக்கரம் 104
குத்தல் 78
குதம் வெளித்தள்ளல் 161,181
குதிரைவாலி 86
குதிரைவாலிவேர் 82
குப்பைமேனியிலை 126
குப்பைமேனி வேர் 90
கும்பக்காமாலை 132
குமட்டல் 59,75,159
குமட்டி மாதுளம்பழச் சாறு 29,39
குமரகண்ட வலி 64
குமரியக்கரம் 104
குமிழ் 89
குரல் கம்மல் 109,162
குராந்தகச் செந்தூரம் 122
குருதி 67,101
குருதி அழல் 71
குருதி அழல் நோய் 114

குருதிக்கழலை 172
குருதிக் கழிச்சல் 114,154,178
குருதிப் பெருக்கு 129
குருதி மூக்கடைப்பு 114
குருதி வன்மை கெடல் 9
குருதிவாந்தி 114
குருதிவெள்ளை 114
குரும்பை 86
குருவிச்சித்தண்டு 25
குரோசாணி ஓமம் 141,166,178
குலைவேக்காடு 103
குழம்புவேர் 197
குளவிக்கூடு 24,29
குளிர் 80
குளிர்சுரம் 69,77,79,81,166
குளிர்தல் 103
குறிஞ்சி நிலம் 132
குறுவை 200
குறுவை அரிசி 310
குறுவை நெல் 83
குறை நோய் 128
குன்மக் கழிச்சல் 175
குன்மக்காமாலை 132
குன்மக் கிராணி 173
குன்மம் 79,114,156,172,186
குன்றல் 180
குன்றி அளவு 121
குன்றி எடை 193
குன்றிமணி 156
குன்றிமணி அளவு 181
குன்றியிலைச் சாறு 36

கூ

கூகைக்கிழங்கு மாவு 200
கூகைக்கிழங்கு மாவுக் கஞ்சி 170
கூகை நீறு 31,36,181
கூவிளம்பிஞ்சு 178
கூவிளம் வேர் 38

கெ

கெந்தி 124,166,182

கை

கைகால் எரிவு 162,163
கைத்தல் 59
கைப்பு 5,23,39,69,163,191
கையாந்தகரைக் கொழுந்து 148
கையான் நெல்லிக்காய்த் தைலம் 144
கைவாசிப்பூ 89

கொ

கொக்கிப்புழு 123,125
கொட்டாவி 61
கொட்டைத்திராட்சை 81
கொட்டைப்பாக்கு 29
கொட்டைப்பாக்கு அளவு 106,123,139,189
கொட்டை முந்திரிகை 84
கொடி முந்திரி 129
கொடி முந்திரிகை 136
கொடிக்கள்ளிப் பால் 124
கொடிக்குமிழ்வேர் 83
கொடிப்பவழம் 141
கொடிய கழிச்சல் 171
கொடிவேலி 27,87,158
கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை 128
கொத்துமல்லி 24,29,30,31,34,39,80,81,82,84
கொத்துமல்லிக் கீரை 178
கொத்துமல்லிக் குடிநீர் 94, 111
கொதிநீர் 181
கொப்பளம் 145
கொப்பூழ் 2
கொம்பரக்கு 178
கொழுப்புச்சுரம் 61
கொள் 121
கொன்றை 80
கொன்றைப் பட்டை 138,149

கோ

கோட்டம் 80,81,102
கோடாசூரி மாத்திரை 75,91
கோதுமை 121
கோரைக் கிழங்கு 25,27,31,80,81,82,157,158,177
கோரைத் தண்டு 36
கோரோசனம் 106
கோரோசனை 31,83
கோரோசனைப் பொடி 76
கோரோசனை மாத்திரை 107
கோவை 310
கோவைக் கீரை 310
கோவைத் தண்டு 25
கோவைப்பிஞ்சு 164,182
கோவையிலைச் சாறு 30
கோழி 128
கோழை 55,76,105,175
கோழைகட்டல் 180
கோஷ்டம் 29,30,31,112,158,190

கெள

கௌசிகர் குழம்பு 75,106

ச

சங்கம் வேர் 24,29
சங்கரக் கிராணி 160,173
சங்கு 141
சங்கு அளவு 199
சங்குப்பற்பம் 94,151
சஞ்சீவி மாத்திரை 75,76,137
சடாமாஞ்சில் 29,31,89
சடைக்கஞ்சா 170
சண்டரசப் பற்பம் 122
சத்திச்சாரம் 31,197
சத்துவ குணம் 22
சதகுப்பை 31,86,102
சதுரக்கள்ளிப்பால் 125
சதை 67
சந்தனக் குடிநீர் 36
சந்தனப் பூச்சு 5
சந்தனம் 25,27,29,31,34,69,83,90,150
சந்து கடுத்தல் 78
சமை களம் 76
சயநோய் 180
சயம் 157
சயித்திய வாயு 159
சர்க்கரை 23,25,26,27,29,30,31,36,37,121,150,167,187
சர்த்தி 30,128
சர்த்திப் பித்தம் 110
சரக்கொன்றை 136
சரக்கொன்றைப்பட்டை 82
சரக்கொன்றைப் பூ 137
சரபங்க வில்வாதி இலேகியம் 163
சருக்கரை 93,94
சலக்கிராணி 160
சவ்வரிசி 200
சளிக்கட்டு 198
சன்ன இலவங்கப்பட்டை 34,189
சன்னநாகேசுரம் 31
சன்னி 157
சன்னிதோடம் 69
சன்னிநாயகம் 89, 124
சன்னி நோய் 58
சன்னிபாதச்சுரம் 57
சன்னிபாதம் 179

சா

சாணக் கவசம் 125
சாணாச்சிக் கீரை 83
சாணிப் பால் 126
சாத்துக்குடி 129
சாதகப் பித்தம் 4
சாதிக்காய் 27,31,39,106,141,160,177
சாதிக்காய் இலேகியம் 162
சாதிக்காய்த் தூள் 192
சாதிக்காய் மெழுகு 179
சாதிக்கோட்டம் 143
சாதிசம்பீரக் கு ம்பு 112
சாதிப்பத்திரி 27,31,106,160,178
சாதிலிங்கப் பற்பம் 122
சாதிலிங்கம் 166
சாந்த சந்திரோதய மாத்திரை 92
சாந்தி 39
சாம்பல் 116,127
சாம்பிராணி 179
சாரணை 197
சாரணைக் கிழங்கு 39
சாரணைக் கொழுந்து 149
சாரணைவேர் 32,80,87
சாரம் 2,67
சாரற்சுரம் 60,70
சாராயம் 113,132,162

சி

சிட்டிகை அளவு 121
சித்த மண்டூரம் 122,141
சித்த மருத்துவ நூல் 10,22,43,91,117,132,153,181
சித்த மருத்துவ மரபு 9
சித்த மருத்துவ முறை 101
சித்த மூலம் 114
சித்தர் நவலோகக் கற்பம் 141
சித்த வைத்திய திரட்டு 77
சித்தாதி எண்ணெய் 127,128
சித்திர மூலப்பொடி 182
சித்திரமூலம் 31,34,124,156,197,210
சித்திரமூலவேர்ப்பட்டை 179
சித்திரை 9
சிந்தாதி (சிஞ்சாதி) இலேகியம் 122
சிந்து 23
சிரங்கு 184
சிரநோய் 128
சில்லிடல் 60
சில்விஷம் 180
சிலாசத்து 26,32
சிலாசத்து பற்பம் 107

சிலேட்டுமப் பித்தம் 14
சிவகரந்தை 88
சிவதை 85
சிவதைச் சூரணம் 151,152
சிவதை வேர் 117,136,147
சிவதைவேர்ச் சூரணம் 137
சிவப்பு சந்தனம் 88
சிவன் அடியார்கள் 172
சிவனார் வேம்பு 88,137
சிவனார்வேம்பு வேர் 88
சிற்றரத்தை 30,86,87,163,187
சிற்றாமணக்கு நெய் 105,126
சிற்றாமணக்கெண்ணெய் 118
சிற்றாமல்லிவேர் 90
சிற்றாமுட்டி 80,81
சிற்றாமுட்டி இலை 149
சிற்றாமுட்டி வேர் 29,33,37
சிற்றீச்சம்பாய் 79
சிறு ஆமணக்குக் கொழுந்து 140
சிறுகாஞ்சொறி 80,82,169
சிறுகாஞ்சொறி வேர் 80,81,89
சிறுகீரை 128
சிறுகீரைச் சாறு 118
சிறுகீரைத் தண்டு 26
சிறுகீரை வேர் 26,27
சிறுகுடல் 154
சிறுகுமிழ் வேர்ப்பட்டை 27
சிறு கோட்டான் இறகு பற்பம் 94
சிறுசெறுப்படை 164,181,182
சிறுதேக்கு 29,80,81,158,195,210
சிறுதேக்குச் சூரணம் 151
சிறுநாகப்பூ 34,39,82,177
சிறுநீர் 2,5,67,118,131,157
சிறுநீர்க் கட்டு 9
சிறுபஞ்சமூலம் 81
சிறுபயறு 81,83
சிறுபீளை வேர் 25
சிறுமணி நெற்பொரி 80
சிறுமூலம் 82,114,197
சிறுவழுதலை வேர் 29
சினச்சுரம் 65
சினம் 5,9,69,75

சீ

சீதக் கழிச்சல் 156,161,177
சீதக்கிராணி 160,182
சீதப் பித்தம் 21
சீதபேதி 161,181
சீதம் 4,161,181
சீத வீரியம் 22
சீதேவிசெங்கழுநீர்க்கிழங்கு 81
சீந்தில் 82,136
சீந்தில் இலைச்சாறு 94
சீந்தில் குடிநீர் 111,118,150,187
சீந்தில் கொடி 87
சீந்தில் கொடிச் சாறு 24,25
சீந்தில் சர்க்கரை 31
சீந்தில் தண்டு 26,80,81,83
சீந்தில் நெய் 32
சீந்திலிலை 29
சீமை அதிவிடயம் 167
சீமை சாமந்தி 76,136
சீயக்காயிலை 32,148
சீயக்காய் 148
சீரகக் குடிநீர் 127
சீரகப்பொடி 107,183
சீரகம் 23,27,30,31,34,35,36,37,39,84,101,139,165,177
சீரகாதிச் சூரணம் 119
சீரணப்பிணிகள் 159
சீலைமண் 165,185
சீவரத்தினக் குளிகை 137
சீவலோகச் செந்தூரம் 122,141
சீவலோக மெழுகு 122,141
சீவாக்கினி 7
சீழ்ச்சுரம் 67
சீனாக் கற்கண்டு 123,142,188
சீனாக் காரம் 30
சீனி சர்க்கரை 192

சு

சுக்கு 23,24,29,30,31,34,37,39,77,80,123,148,157,177
சுக்குக் குடிநீர் 193
சுக்குத் தூள் 191
சுக்குப்பொடி 182
சுகவிரேசன மாத்திரை 137
சுட்டிகை 102
சுண்டைக்காய் 141,125
சுண்டைக்காய் அளவு 23,123,136,159,167
சுண்டை வற்றல் 178
சுண்டை வற்றல் சூரணம் 119,159,196
சுண்டைவேர்த்தோல் 106
சுண்ணம் 90,172
சுயமாக்கினி 141
சுயமாக்கினிச் செந்தூரம் 122
சுரக்கழிச்சல் 176
சுரநோய் 48,80
சுரப் பெருங்கழிச்சல் 154,166
சுரம் 44,73,103,116,139,161,181

சுருக்கு மூலம் 114
சுரைத்தண்டு 84
சுரோணிதப் பித்தம் 14
சுவர்ணப் பவழம் 141
சுவர்ணபவளப் பற்பம் 122
சுவர்ணம் 141
சுவர்ண வாலை ரசச் செந்தூரம் 122

சுவாசப் பித்தம் 16,29,
சுவாசம் 89
சுவை 7
சுவையின்மை 53,74,115,171
சுனை நீர் 172

சூ

சூடன் 179
சூடு 42
சூதக வாயு 128
சூதாதி மாத்திரை 183
சூரணம் 31
சூரத்துக் கற்பூரம் 194
சூலியக்கரம் 103
சூலை 128,157
சூலை வலி 162

செ

செங்கமலக்காமாலை 132
செங்கல் 116
செங்கழுநீர்க் கிழங்கு 26,27,31,85,158
செங்கழுநீர்ப் பூக்கிழங்கு 24
செங்கறைச் சுரம் 60
செண்டுமூலம் 114
செண்பகப்பூ 89
செந்திராச்சாறு 181
செந்தூரங்கள் 73
செந்தூரம் 90,182
செந்நீர் 4,69
செம்பருத்திப்பிஞ்சு 177
செம்பருத்தி மணப்பாகு 164
செம்பருத்தியிலைச் சாறு 93
செம் பித்தம் 16
செம்பு 132
செம்பு பற்பம் 91,94
செம்முள்ளிச்சாறு 181
செம்முள்ளிவேர் 150
செயற்கைச்சுரம் 67
செரிமானம் 122
செரியாமை 61,116,161,171
செரியாமை நீர்வேட்கை 110
செருப்படைக் கொழுந்து 148
செருப்படைச் சாறு 27
செவ்வியம் 29,31,34,81,82,158,197
செவ்விலங்கள் 132

சே

சேகரப்பா 77
சேங்கொட்டை 64,156
சேவகன்பூண்டு 80
சேவல்கறி 162

சொ

சொர்ணவாலை இரசச் செந்தூரம் 143
சொருகல் 199
சொறி 71,128,184
சொறி சிரங்கு 9

சோ

சோகம் 59
சோகை 118,147
சோடணிகள் 172
சோதியக்கரம் 103
சோபை 69,121,141,157,180
சோம்பல் 75
சோம்பு 179
சோம்புக் குடிநீர் 127
சோர்வு 51,89,162
சோற்றுக் கற்றாழைச் சாறு 118
சோற்றுப்பு 29
சோறாக்கழிக் கிராணி 160
சோறு 80
சௌபாக்கியச் சுண்டி 118,181

ஞா

ஞானேந்திரியம் 6

டை

டைப்பஸ் 155
டைப்பாயிடு 155

த

தக்காளி 128
தக்காளிப் பழம் 129
தக்கோலம் 34,181
தகாத நடத்தை 67
தங்க மெழுகு 122
தங்கச் செந்தூரம் 122
தங்கப் பற்பம் 122
தங்கம் 119
தசதீட்சைக் குழம்பு 125

தசநாடிகள் 6
தசவாயுக்கள் 6
தட்டைப் புழு 125
தடிப்பு காணாக்கடி 184
தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு 122
தண்ணீர் விட்டான நெய் 32
தமந்தப் பித்தம் 14
தமரக நோய் 180
தமரகமூலம் 114
தமரத்தங்காய் 310
தமிழ் வைத்திய சதகம் 2
தயக்கம் 51
தயிர் 24,121,186
தயிர்ச்சுண்டிச் சூரணம் 158,196
தலை 2
தலைச்சுற்றல் 59,79
தலைநடுக்கல் 56
தலைநோய் 49,59,110
தலைபாரம் 77,198
தலைவலி 60,105,115
தன்மாத்திரை 7

தா

தாகச்சுரம் 64
தாக நோய் 109
தாகப் பித்தம் 20,109
தாகம் 75,128,162
தாடை நரம்பு 70
தாதுகதச் சுரம் 69
தாது நட்டம் 162
தாது விருத்தி 161
தாது விருத்தி இலேகியம் 127
தாபம் 51
தாம்பூலம் 113
தாமரைக் கிழங்கு 26,27
தாமரைத்தண்டு 81
தாமரைப்பூ 25,26,27,31
தாமரைவளையம் 81,85
தாய்ப்பால் 30,77,91,92
தாழம்பூ மாத்திரை 75
தாளகச் செந்தூரம் 92,93,94
தாளகப் பற்பம் 94
தாளகம் 64
தாளிக்கீரை 128
தாளிசப் பத்திரி 24
தாளிசம் 184
தாளிச வடகம் 159
தாளிசாதிச் சூரணம் 118
தாளிசாதி வடகம் 119,159,196
தான்றி 86,138,181
தான்றிக்காய் 29,81,84,187
தான்றிக்காய் இலேகியம் 164,192
தான்றிக்காய்த்தோல் 137,149,164,166,192

தி

தித்திப்பு பேதி 136
தித்திப்பு பேதி மெழுகு 122,136
தித்திப்பு பேதிலேகியம் 118
திப்பிலி 24,2930,31,34,37,39,77,80,84,112,121,151,158,177
திப்பிலிச் சாறு 93
திப்பிலிப்பொடி 82
திப்பிலிமூலம் 31,34,87,166,186
திமிர்ப் பித்தம் 20
திராட்சை 85
திராட்சைக் குடிநீர் 142
திராட்சைப்பழம் 87
திரிகடுகு 128,158,197
திரிகடுகுச் சூரணம் 118
திரிபலா 150
திரிபலா சூரணம் 107
திரிபலை 80,136
திரிபலைக் குடிநீர் 150
திரிலோகச் செந்தூரம் 122,141
திரிலோகம் 127
திருநீற்றுப் பச்சையிலை 94, 198
திருநீறு 116
திருமூலர் 2,75
தில்லை 170
தினவெடுத்தல் 9

தீ

தீ 1 2,3
தீக் குற்றம் 22
தீபாக்கினி 166,185
தீராத் தன்மை 116
தீவிரச் சுரம் 63

து

துக்கக் கழிச்சல் 154
துக்கப் பெருங்கழிச்சல் 155
துடிப் பித்தம் 17
துணிவு 5
துணை 69
துணை நோய் 73,179
துணை மருந்து 90,91
துத்தியிலை 23
தும்பியின்காய் 168

தும்பைச் சாறு 78
தும்பைப்பூச் சாறு 94
தும்பைவேர் 77
தும்மல் 65,115
துர்நாற்றம் 5
துருசு 132
துவர்ப்பு 5,69
துவரை வேர் 23
துளசிச் சாறு 94
துன்பச்சுரம் 62

தூ

தூக்கம் 5,75,110
தூக்கமின்மை 60
தூங்காச்சுரம் 67
தூதுவளை 86,88
தூதுவளை வேர் 29
தூதுவளைச் சமூலம் 187
தூதுவளைப்பூ 89
தூதுவாளை 310
தூதுவேளை 88
தூதுளங்காய் அளவு 184

தெ

தெய்வச்சுரம் 66
தெளிந்த அறிவு 5
தென்னம்பூ 168
தென்னாட்டு மக்கள் 74

தே

தேக அசதி 162
தேகம் 180
தேங்காய் 124,147
தேங்காய் அளவு 36
தேங்காய்ப்பால் 126,140,162
தேங்காய்ப்பூ 26
தேசாவரம் 124
தேத்தான்கொட்டை 87
தேரர் 58,74
தேரன் வெண்பா 77
தேரையர் 78
தேரையர் குணவாகடம் 79
தேரையர் வாகடம் 10
தேவதாரம் 80,81,158
தேவதாரு 85
தேற்றான் 25
தேற்றான் கொட்டை 26,37,74,78,88,89,150
தேற்றான்கொட்டைக் கற்கம் 139
தேற்றான் விதை 139
தேன் 23,24,25,27,29,30,31,39,77,82,84,112,121,125,127,143,146,156,100,162,178,182,185,189

தை

தை 9
தைவேளை 145

தொ

தொடை 72
தொண்டை 61,110
தொந்தச்சுரம் 57

தோ

தோடப் பெருங்கழிச்சல் 154
தோல் 2,5,59,80
தோல்சுரம் 63
தோல் வறண்டு காணல் 9

ந

நகக்கண்கள் 113
நச்சுச் சுரம் 65,68
நச்சுச் சொல் 68
நசியம் 30
நஞ்சு (விடப்) பாண்டு 114,116
நடுக்கல் சுரம் 66
நடுக்கால் 177
நடுக்குப் பித்தம் 110
நண்டு வளைத் தண்ணீர் 210 30
நண்டுவளை நீர் 111
நண்டோடு 30
நத்தை 32
நத்தை பற்பம் 161,181
நமை 59
நயம் கத்தூரி செந்தூரம் 143
நரிபயத்தஞ்சாறு 37
நல்லசந்தனம் 24
நல்லெண்ணெய் 25,27,120,141,160,199
நல்வேளை 197
நவக் கருவிகள் 7
நவச்சாரச் செந்தூரம் 138
நவரசத் துவையல் 112
நவச்சாரம் 184
நவலோகச் செந்தூரம் 122,141
நவலோகம் 127
நளிர்சுரம் 58,132
நற்சீரகம் 36,138,166,178
நற்பவழம் 141
நற்பாலை வேர்ப்பட்டை 31
நறுமண மலர் 5,31
நன்னாரி 25,31,82,122,158

நன்னாரி மணப்பாகு 112
நன்னாரி வேர் 27,29,30,31

நா

நா 70,110,131
நாக்கரணை 102
நாக்கு 113
நாக்குக் கிரந்தி 102
நாக்குச் சிலந்தி 102
நாக்கு நோய் 101
நாக்குப் பிளவை 102
நாக்குப்புண் 102
நாக்குப்புற்று 102
நாக்குப்பூச்சிக் குடிநீர் 118
நாகப்பட்டை 149
நாகப்பற்பக் கலவை 161,196
நாகப்பற்பம் 180
நாகராதி இலேகியம் 191
நாகராதிச் சூரணம் 186
நாடிநடை 103,111
நாணற்புல் 24
நாநாற்றம் 101
நாபி 64,193
நாபிசூலை கடுப்பு 158
நாபிப் பொடி 183
நாமுள் 101
நாரத்தங்காய் 310
நாரத்தங்காய் அளவு 148
நாவடக்கம் 5
நாவல்கொட்டை 78
நாவல்துளிர் 169
நாவற் பட்டை 26,166,169
நாவற்கொட்டை 178
நாவற்கொழுந்து 178
நாவறட்சி 197
நாவறட்சி நோய் 109
நா வறளல் 64
நாவுலரல் 60
நாவேக்காடு 103,106
நாற்றம் 7
நாறும் கழிச்சல் 171

நி

நிசித்தண்ணீர் 127
நிணக்கழிச்சல் 114,171
நிணநீர் 131
நிணம் 67
நிலப்பனை 122
நிலவாகை 76
நிலவிளா 118
நிலவேம்பு 25,27,31,81,89,150
நிலாவாரை 89,118
நிறக்குறைவு 6

நீ

நீதியக்கரம் 103
நீர்க்கடுப்பு 69,162
நீர்ச்சிறுப்பு 162
நீர்ப் பசலை 149
நீர்ப்படு மாந்தம் 197
நீர்ப்பூலா 168
நீர்ப்பை 2
நீர்முள்ளி வித்து 169
நீர்முள்ளி விதை 195
நீர்முள்ளி வேர் 88
நீர்முள்ளிப்பூ 136
நீர்வள்ளிக் கிழங்கு 31
நீர்வேட்கை 9,53,59,83,90,103,104,115,116,176
நீர்வேட்கைப் பித்தம் 20
நீராகாரம் 181
நீராம்பல் கட்டி 128
நீரிழிவு 110,111,156
நீலப்பாண்டு 114

நு

நுண்கிருமிகள் 154
நுணா ஈர்க்கு 199
நுணாயிலை 178
நுரையீரல் 70

நெ

நெஞ்சுவலி 77
நெஞ்சுளைவு 80
நெய் 2,25,121,150,153,180
நெய்தல் கிழங்கு 25,27,29
நெய்யிலை 32
நெரிஞ்சில் 86,90
நெருஞ்சிக் காய் 31
நெருஞ்சில் 136
நெருஞ்சில் வேர் 25
நெருஞ்சி வேர் 31
நெருப்பு 9
நெல் 125
நெல்லி 86,88,181
நெல்லி ஈர்க்கு 199
நெல்லிக்காய் 36,81,85,123
நெல்லிக்காய் அளவு 136,162
நெல்லிக்காய் இலேகியம் 122
நெல்லிக்காய் கந்தகம் 193

நெல்லிக்காய்ச் சாறு 25,37
நெல்லித்தோல் 151
நெல்லிப் பட்டை 138
நெல்லிப் பருப்பு 31,166
நெல்லிமரம் சுட்ட சாம்பல் 26
நெல்லிமுள்ளி 137, 178
நெல்லிவற்றல் 138, 187
நெல்லிவேர் 26
நெற்பொரி 24,29,30,31,37,39,81,82,111,169
நெற்பொரிக் கஞ்சி 170
நெறிவீக்கம் 128

நே

நேர்வாளச் செடி 78

நொ

நொச்சி 88
நொச்சிக் குடிநீர் 91
நொச்சிக் கொழுந்து 39
நொச்சிச்சாறு 101
நொச்சித் தழை 77
நொச்சித் துளிர் 169

நோ

நோக்கழல் 4
நோதல் 176

ப

பக்கநோய் 159
பகந்திரம் 180
பகல்சுரம் 66
பங்கம்பாளை 80,82,58
பங்குனி 9
பச்சரிசி 37,106
பச்சரிசிக் கழுநீர் 26
பச்சிலை 39
பச்சிலை மருந்துகள் 143
பச்சைக்கற்பூரம் 24,27
பச்சைகறிவேப்பிலை 31
பச்சை கோரைக்கிழங்கு 194
பச்சைத் திப்பிலி 88
பச்சை நிறமாய்க் கழிதல் 197
பச்சைப்பயிறு 29,35,37,84
பச்சை மிளகு 310
பச்சை முருங்கைப்பூ 90
பச்சை மூங்கிலிலை 24
பசலியிலைச் சாறு 23
பசலைக் கீரை 101, 310
பசி 5,158
பசித் தீ 116,117,193
பசித் தீபனம் 119,159
பசியின்மை 62,110,159,184
பசுந்தயிர் 170
பசுநீர் 124
பசுநெய் 106,123,141,200
பசும் பால் 36,37,105,106,125,144,145
பசுவின் பால் 25,26,27,32,94,123,138,139,140,162
பசுவின் மோர் 94,147
பசுவின் வெண்ணெய் 92,124
பசுவெண்ணெய் 36,180,188
பஞ்சகற்பூரம் 144
பஞ்ச தீபாக்கினிச் சூரணம் 118
பஞ்சபூதம் 6
பஞ்சலோகச் செந்தூரம் 122
பஞ்சலோகம் 127
பட்டினி 73,113
படிகலிங்கச் செந்தூரம் 196
படிகாரத் தண்ணீர் 184
பத்தியம் 139
பதார்த்த குண சிந்தாமணி 170
பம்ம நோய் 42
பயச்சுரம் 65
பயத்தங்கஞ்சி 37
பயம் 75
பயித்தியம் 128
பரசம் விதை 126
பரவுகால் 117,135
பருத்திக் கொட்டைப் பருப்பு 37 39
பருத்தி விதைப் பருப்பு 31
பருத்தி விதைப் பொடி 210
பருப்புக் கீரை 128
பல் வலி 62
பல ஈர்க்குக் குடிநீர் 199
பலகரை 141
பலகரை செந்தூரம் 92,93,94
பலகரை பற்பம் 93
பலகொப்புளச்சுரம் 67
பல நிறக் கழிச்சல் 171
பலாக் கொட்டை 25
பலாச்சுளை 25
பலாசு வித்துச் சூரணம் 126
பவழப் பற்பம் 92,94,122,142,161,180
பவழம் 32,119
பவுத்திரம் 128
பழச்சாறு 121
பழம்பாசி 107
பழைய சுரங்கள் 121
பழைய மலம் 124

பற்பம் 73,90
பற்பாடகச் சாறு 92
பற்பாடகம் 76 ,82,118,158,197
பற்று 90
பறங்கிச் சக்கை 124,143
பறங்கிப் புண் 128
பன்னீர் 90
பன்னீர்ப்பூ 117
பனங் கற்கண்டு 118
பனை விசிறி 79
பனை வெல்லம் 124,140,163,190,179

பா

பாகல் 310
பாகல் இலைச் சாறு 210
பாகற்காய் 128
பாசகம் 3
பாசிப்பயறு 25,82
பாசிப்பருப்பு 36
பாடல் 56,109
பாண்டு 69,113,131,141,152,181
பாதரசம் 193
பாதாம் பருப்பு 123
பாதாளபேதி 32
பாதிரிப்பட்டை 90
பாதிரி வேர் 84
பாம்புக்கடிவிடம் 132
பார்லி அரிசி 167,170,190
பார்லி கஞ்சி 195
பால் 30,121,143,165,190
பால் கருடப்பச்சைக்கல் பற்பம் 163
பால் சாதம் 37,164
பாலவாகடம் 102
பாலேடு 121
பாலைக் கீரை 310
பாலையின் பட்டை 169
பாவட்டம் புல் 39
பாவனக் கடுக்காய் 112
பானகம் 25

பி

பிங்கலை 2
பிச்சிப்பூ 89
பிச்சிப் பூச்சாறு 185
பிட்டவியல் 88
பிடிப்பு 78
பித்த அதிசாரச்சுரம் 64
பித்தக்கற்கள் 131
பித்தக்குழல் 131
பித்தச்சுரம் 70
பித்தநாடி 111
பித்த நீர் 117,131,135,137,
பித்த நீர்வேட்கை 110
பித்த நோய் 9,35,192
பித்த வாயு 181
பித்த வாயு இலேகியம் 119
பித்தப் பாண்டு 119,163
பித்தப் பொருட்கள் 131
பித்தம் 1 2,4,9,22,162,180
பித்தமயக்கம் 162
பித்தவெட்டை 163
பித்தன் 72
பித்தாதிக்கம் 147,180
பித்துநோய் 131
பிதற்றல் 60
பிதற்றல்சுரம் 63
பிரசவக் கிராணி 175
பிரண்டை 178
பிரண்டைக் கொடி 165
பிரண்டைக் கொழுந்து 148
பிரண்டைச் சாறு 124
பிரண்டையிலை 198
பிரண்டையுப்பு 181
பிரமானந்த பயிரவம் 91
பிரமானந்த பைரவ மாத்திரை 93
பிரமிச்சாறு 182
பிரமேகம் 156
பிரமை 66
பிரலாபித்தல் 62
பிரளி 165,197
பிராசகம் 4
பிராணவாயு 2
பிராணன் 7
பிராயிலை 210
பிலீகம் 121,125
பிறப்பிலும் இறப்பிலும் தொடரும் நோய் 42

பீ

பீதரோகணி 77
பீநாறிப்பட்டை 177
பீர்க்கம் பிஞ்சு 128
பீர்க்கு 310
பீனிச நோய் 110

பு

புகை 163,192
புகைப்பிடித்தல் 152
புகையிலை 152

புங்கம் பட்டை 27
புடம் 30,124,125,165
புடலம் பிஞ்சு 128
புண் 102,125,145
புணர்ச்சி 192,194
புரட்டாசி 9
புரளல் 56,176
புரியட்டகாயம் 7
புருவம் 62
புலவு 153
புலால் 153
புழுங்கலரிசிக் கஞ்சி 145
புழுச்சுரம் 63
புளி 9,141,163,192
புளித்த ஏப்பம் 174
புளித்த மோர் 181,198
புளிப்பு 23,39,69,112,113,156,191
புளியங்கொட்டைத் தோல் 167,177
புளியம்பட்டை 84
புளியம்விதைத் தோல் 166
புளியாரை 197
புளியாரைக் கீரை 310
புளியிலைச் சாறு 25,39
புளியின் புறணி 168
புளியின் வித்து 168
புளியின் வேர் 168
புளியீர்க்கு 31
புளியேப்பம் 58,115,174,
புற்றுநோய் 114,128,131
புறா 128
புன்னைக்காய் அளவு 90,119,149
புன்னைவேர் 90
புனுகு 69

பூ

பூச்சி வெட்டு 128
பூசனிக்காய் 121
பூசனிக்காய்ச் சாறு 32
பூண்டு 39,119,140,167,199
பூண்டுத்தேன் 107
பூநாகச் சூரணம் 187
பூநாகம் 187
பூநீறு 182
பூபதி செந்தூரம் 166,196
பூமி பந்தனம் 120
பூரணசந்திரோதயம் 35,122
பூரணாதி இலேகியம் 196
பூரம் 124
பூவரசம் எண்ணெய் 106
பூவரசம் பூ 26
பூவரசு இலை 106
பூவரசு கொழுந்து 146

பெ

பெண் 163
பெண் இச்சை 69
பெண் புள்ளிமான் கொம்பு பற்பம் 93
பெண்போகம் 9,121,191
பெரு மருந்து 90
பெருங்கழிச்சல் 153,154,171
பெருங்காமாலை 132
பெருங்காயச் சூரணம் 126
பெருங்காயம் 30,31,124,158,178
பெருங்குடல் தாபிதம் 154
பெருங்குமிழ் 90
பெருங்குரும்பை 25,81,83,158
பெருங்கோட்டான் இறகு பற்ம் 92
பெரும்பயறு இலை 170
பெரும்பாடு 114,159,162
பெருமரத்துப்பட்டை 166,169
பெருமரத்தோல் 158
பெருமரப்பட்டை 179
பெருமருந்து 90
பெருமூச்சு 58,117,175
பெருமூச்செறிதல் 60,116
பெருமூலம் 114
பெருவயிறு 118,125,176
பெருவிரல் 62

பே

பேதி 125,148,164,176
பேய்ச் சீந்தில் 89
பேய்ச் சுரம் 68
பேய்ப்பீர்க்கு 83,84,86
பேய்ப்புடல் 35,36,80,82
பேய்ப்புடல் சாறு 37
பேய்மிரட்டியிலை 198
பேய்முசுட்டை 83
பேயன் பழம் 89
பேயன் வாழைப்பழம் 24,36
பேரரத்தை 37
பேராமல்லி 90
பேராமுட்டி 80,89
பேரிச்சம் பழம் 31,88
பேரீந்து 81,85,117,169

பை

பைத்திய நோய் 72

பொ

பொட்டிலுப்பு 30,31,197
பொட்டு சூட்டுக் கருவி 102
பொடி 73
பொடுதலை 198
பொடுதலைக்காய் 197
பொடுதலைக் கூட்டுச் சுரசம் 198
பொடுதலைப்பிஞ்சு 177
பொடுதலையிலை 178
பொரித்த காயம் 190
பொருமல் 158,181
பொற்றலைக்கையான் 119
பொற்றலைக் கையான் சாறு 120,185
பொற்றலைக்கையான் சூரணம் 120
பொன் பற்பம் 92,93
பொன்முசுட்டைவேர் 195
பொன்மெழுகு 27
பொன்னாங்கண்ணி வேர் 39
பொன்னாங்காணி 83, 128,148
பொன்னாங்காணி வேர் 81,150
பொன்னிமிளைச் செந்தூரம் 122

போ

போட்டி 128
போஸ்தக்காய் 167

ம

மகா சந்தனாதித் தைலம் 144
மகா தாளிகைச் சூரணம் 34
மகாவில்லாதி இலேகியம் 121
மகிழ் 27
மகிழம்பூ 81
மகோதரம் 125,161
மங்குஸ்தான் பழம் 200
மச்சம் 5
மஞ்சட்காமாலை 117,140,131,135
மஞ்சள் 77,145,158
மஞ்சள் கரிசாலை பாவனைச் சூரணம் 145
மஞ்சள் சுட்ட கரி 139
மஞ்சள்சுரம் 63,132
மஞ்சள் நோய் 120
மண் 116
மண்கவசம் 147
மண்டூரச் செந்தூரம் 120,151
மண்டூரம் 119
மண்டூராதி அடைக் குடிநீர் 122
மண்ணீரல் மலர்ச்சி 69
மண்ணுண் பாண்டு 114, 116,127
மண்புழு 88
மண்புழுக் குடிநீர் 111
மணக்கத்தை 200
மணத்தக்காளி 128,142
மணத்தக்காளிச் சாறு 118
மணலிக் கீரை 83
மணிப்புங்கன்பழம் 106
மணிமந்திரச் சூரணம் 195
மதகசகண்டீரவ மாத்திரை 182
மதுரம் 89
மந்தச் சுரம் 58
மந்தம் 4,49,75,153
மந்தவாயுச் சூரணம் 119
மந்தாக்கினி 6
மயக்கச்சுரம் 63
மயக்கம் 9,51,75,109,115,175
மயிர்க்கூச்செறிதல் 49,64
மயில் விசிறி 79
மயிலிறகாதி சூரணம் 112
மரமஞ்சள் 82,87,138,158
மரமஞ்சள் குடிநீர் 150
மரியாதை 5
மருக்காரைக் காய் 137
மருக்கொழுந்து 27
மருட்டுச்சுரம் 68
மருதம் பட்டை 166
மருதம் பட்டைச் சாறு 149
மருதோன்றிவேர் சூரணம் 151
மருந்தீடு பித்தம் 21,32
மருந்து வேகச்சுரம் 64,70
மருந்துகளின் தீங்கால் பிறக்கும் சுரம் 68
மலக்கட்டு 128
மலக்கிராணி 160
மலக்குடார எண்ணெய் 136
மலக்குடார மெழுகு 136
மலம் 5,67,117,136,157
மலம் இளக்கி 122
மலம் இளக்கி மருந்து 172
மலர்ச்சி 69
மலாக்காய் சந்தனம் 37
மலாதிகள் 6
மலேரியா 132
மலைதாங்கி 82
மலைவாழைப்பழம் 200
மலைவெட்பாலை அரிசி 86
மறுதோன்றி பூச்சு 32

மன எழுச்சி நோய் 13
மனக்கலக்கம் 53
மனச் சிதைவு நோய் 110
மனத்தளர்ச்சி 59
மனத்துயர் 9
மனநிலை 172
மனம் 6
மனவருத்தம் 65
மனோசிலை 185

மா

மா 310
மாகாளிக் கிழங்கு 310
மாங்கொட்டை 23
மாங்கொட்டைப் பருப்பு 167,186
மாசிக்காய் 167,189
மாசிக்காய் சூரணம் 107
மாசிக்காய்த்தூள் 177
மாசிப்பத்திரி 197
மாணிக்கம் 32
மாத்திரை 73,90,127
மாதவிடாய் 116
மாதுளங்காய் 39,168,184
மாதுளம் பழச் சாறு 30
மாதுளம் பழத்தின் தோடு 166
மாதுளம் பழத்தோல் 157,167
மாதுளம் பிஞ்சு 178,186
மாதுளம்பூ 39
மாதுளம்பூச் சதை 30
மாதுளம் பூச்சாறு 185
மாதுளைச்சாறு 193
மாதுளைத்தோடு சூரணம் 166,196
மாதுளைப் பிஞ்சு 158
மாதுளைப்பிஞ்சை 180
மாதுளை மொட்டு 25
மாதுளை வேர் 82
மாந்த'கழிச்சல் 71, 197
மாந்த சுரம் 197
மாந்த பேதி 161,198
மாந்த பேதிக் குடிநீர் 198
மாந்தம் 165,198
மாந்தளிர் 39
மாப்பண்டம் 153,172
மாம்பட்டை 39,166,182
மாம்பருப்பு 168
மாம்பிஞ்சு 193
மாம்பூ 83
மாமரப்பட்டை 164
மாமிசம் 156
மார்க்கப் பித்தம் 21
மார்கழி 9
மார்படைப்பு 78
மார்பு 62
மார்பு உளைதல் 55
மார்புக்குழி 62
மார்புவலி 116
மாலைக்கண் 180
மாலைச்சுரம் 66
மாவிலங்கு 145
மாவுச்சீனி 200
மாறல்சுரம் 69
மான் கொம்பு பற்பம் 122,142,163

மி

மிகுகழிச்சல் 153,154
மிகுசுரம் 75,103
மிரளல் 51
மிளகரணை வேர் 26
மிளகாய் மெழுகு 167,196
மிளகாய் வற்றல் 167
மிளகு 24,29,30,31,34,37,39,77,78,121,140,163,164,177
மிளகு அளவு 30
மிளகு இரசம் 92
மிளகு பிரமாணம் 183
மிளகுக் குடிநீர் 166
மிளகுச் சூரணம் 151
மிளகுத் தைலம் 91
மிளகுத்தூள் 23,193
மிளகுப்பொடி 119

மீ

மீன் 162,

மு

முக்கடுகு 141
முக்காவேளை வேர் 33
முக்குற்றக் கலப்பு 101
முக்குற்றக்காமாலை 135
முக்குற்ற நீர்வேட்கை 110,111
முக்குற்றப் பாண்டு 114,115
முக்குற்றமூலம் 114
முக்கூட்டு (சன்னி) சுரம் 73
முக்கூட்டு நெய் 145
முகப்பரு 5
முகம் 5
முகம் வெளுத்தல் 9
முசாம்பரம் 156

முசுமுசுக்கை 35,36,37
முசுமுசுக்கை இலை 24,32
முசுமுசுக்கைச் சாறு 39
முசுறுமுட்டை 36
முட்காய் 87
முட்காய்வேளை 197
முட்காய் வேளைவேர் 82
முடக்கறுத்தான் இலை 37
முடக்கறுத்தான் தண்டு 36
முடிக்கஞ்சி 80
முத்தக்காசு 24,25,27,81,158
முத்தாது 1,6,7,44
முத்தாதுக்காமாலை 132
முத்தாது நிணக்கழிச்சல் 174
முத்தாதுப் பெருங்கழிச்சல் 155
முத்து 32,119,141,169
முத்துச் சிப்பி 32,141
முத்துச் செந்தூரம் 92
முத்துச்சிப்பி 141
முத்துப் பற்பம் 93,122,162,180
முதிர் பித்தம் 19
முதுகு, 72
முந்திரிகை 83
முந்திரிப்பழம் 86
முப்பலை 86
முப்பிணி 60,77,79,109,111
முப்பிணிச்சுரம் 57
முப்பிணிநோய் 78
முருக்கன் பூச்சாறு 185
முருக்கன் வித்து மாத்திரை 127
முருக்கனிலைச்சாறு 181
முருங்கப் பட்டை 23
முருங்கை 310
முருங்கை ஈர்க்கு 178
முருங்கைக் கீரை 128
முருங்கைப் பிஞ்சு 128
முருங்கைப்பூச் சாறு 162
முருங்கையிலை 198
முல்லை நிலம் 132
முலைப்பால் 105,126,144,165,197
முழங்கால் 62
முள்ளங்கிச் சாறு 118
முள்ளங்கியிலைச் சாறு 140
முள்ளிக்காய் அளவு 23
முள்ளிப்பூ 310
முளைக் கீரை 128
முறைக்காய்ச்சல் 68
முறைச்சுரம் 62,89

மூ

மூக்கிரட்டை 197
மூக்கிரட்டை வேர் 147
மூக்குத்திரி 73
மூக்குப்பொடி 73
மூங்கில் சுட்ட சாம்பல் 26
மூங்கிலரிசி 78
மூங்கிலிலை 25
மூங்கிலுப்பு 78,187
மூச்சு தடுமாறல் 55
மூடு பித்தம் 110
மூதண்ட இலேகியம் 164,196
மூர்ச்சை 62,
மூலக்கடுப்பு 160,
மூலக்கிராணி 182
மூலக்குடார நெய் 118
மூலக்குடார மெழுகு 118
மூலநோய் 118,164
மூலப் பித்தம் 19
மூலம் 159,180
மூலவாயு 192
மூலவாயுக் கழிச்சல் 173
மூலாக்கினி 2
மூவிரல் அளவு 127
மூளைச்சுரம் 61

மெ

மெழுகு 73
மெழுகு பதம் 84,194
மேக காங்கை 197
மேகச்சுரம் 59
மேகநாத குளிகை 127
மேகநோய்கள் 70,121,166
மேகப் புண்கள் 121
மேகம் 128
மேல்நோக்குக்கால் 111,157,174
மேல் பத்தியம் 143
மேல்மூச்சு 55,155
மேனி எண்ணெய் 126

மை

மை 77

மோ

மோகம் 79
மோடி 190
மோர் 26,123,159,181
மோர் சாதம் 123,125,143

யா

யானைத்திப்பிலி 29

யூ

யூகி 2
யூகி முனிவர் 9,11,58
யூகி வைத்திய சித்தாமணி 131

ர

ரசம் 193
ரஸ்தாளி வாழைப்பழம் 123

ரோ

ரோஜாப்பூ 142
ரோஜா மொக்கு 136

லோ

லோகமண்டூரம் 119,141

வ

வங்கச் செந்தூரம் 94
வங்கம் 114
வங்காளச் சர்க்கரை 31
வச்சிரகண்டி மாத்திரை 127,137
வச்சிரகபாட மாத்திரை 161
வசந்தகுசுமாகர மாத்திரை 91,107
வசம்பு 83,148,158,165,197
வசம்புச் சூரணம் 165
வசம்பு சுட்ட சாம்பல் 123,127,199
வட்டத்திருப்பி 168,189
வட்டத்திருப்பி வேர் 186
வத்திராஞ்சனப் புகை 102
வமனம் 159
வயல் மீன் 24
வயிற்றிரைச்சல் 165
வயிற்றுக் கடுப்பு 161
வயிற்று நோய் 128
வயிற்றுப்புண் 118
வயிற்றுப்புழு 116,153
வயிற்றுப் பொருமல் 162,192
வயிற்றுப் போக்கு 185
வயிற்றுவலி 125,181
வயிற்றெரிவு 197
வயிறு 114
வயிறு ஊதல் 174
வயிறு கழிதல் 53,
வயிறு கழியும் மருந்து 76
வரப்பு நண்டுச் சாறு 111
வரள்முள்ளி 88
வருத்தச்சுரம் 65
வருத்தம் 75
வல்லாரை 122,310
வல்லாரைச் சாறு 118
வல்லாரை நெய் 32
வல்லை 78
வல்லாரையிலை 107
வலப்பாட்டீரல் 135,
வலிப்பு நோய் 180
வழலை 121
வழிபறி 113
வழுதலை வேர் 90
வள்ளிக் கிழங்கு 310
வளி அடக்கி மருந்துகள் 75
வளிஐயக்காமாலை 132,135
வளிஐயச் சுரம் 51,82
வளிக்காமாலை 132,
வளிக்குற்றம் 79
வளிச்சுரம் 48,69,70,73,75,76,80,81
வளித் தாது 136
வளி நாடி 68,176
வளி நிணக்கழிச்சல் 173
வளிநோய் 78,128
வளிப் (வாதப்) பாண்டு 114,115
வளிப் பித்தம் 21
வளிப் பெருங்கழிச்சல் 154
வளிமுப்பிணி நோய் 84
வளியழல்சுரம் 50,51,82
வளியையக் காய்ச்சல் 83
வளையலுப்பு 29,31,182
வறட்காமாலை 141,
வறட்சுண்டி 168
வறட்சுரம் 70,71
வறட்டுக்காமாலை 132,
வறட்பூலா 168
வன்கழலைகள் 172
வன்னிப் பித்தம் 14
வஸ்திரகாயம் 34,37,147,165

வா

வாகைப் பட்டை 23
வாதக் குடைச்சல் 161
வாதச் சுரம் 49,80
வாதசூலை 156,
வாத நீர்வேட்கை 110
வாதநோய் 179
வாதப் பித்தம் 14
வாதராக்கதன் மாத்திரை 91
வாந்தி 9,30,37,39,49,73,75,103,116,136,155,159,173
வாந்திச்சுரம் 66
வாந்திப் பித்தம் 29

வாந்திபேதி, 111,161,194
வாந்தி மருந்து 76
வாந்தியாதல் 42,
வாய் உலர்தல் 51
வாய்க்கசப்பு 53,163
வாய்க்கால் சடைச்சி 199
வாய்க்கால் சடைச்சியிலை 198
வாய் குமட்டல் 42
வாய் குழறல் 55
வாய் கைத்தல் 9
வாய்நாற்றம் 115
வாய்நீர் 81,176
வாய்நீர் ஊறல் 9,163,174
வாய்நீர் சுரப்பு 81
வாய்ப்புண் 102,118
வாய் பிதற்றல் 56
வாய்விடங்கச் சூரணம் 127
வாய்விடங்கம் 128,151,166,190
வாயிலைப்பு 159
வாயு 128
வாயுக் கழிச்சல் 178
வாயுக்கள் 121,164
வாயுக்கிராணி 160,182
வால்மிளகு 141,163,164,195
வாலுகை 185
வாலுளுவை 181
வாழைக்கச்சல் 128
வாழைக்கிழங்குச்சாறு 164
வாழைப்பழச்சாறு 185
வாழைப்பிஞ்சு 170,200
வாழைப்பூ 168
வாழைப்பூச்சாறு 179
வாழை வடகம் 159
வான் மெழுகு 122,141,185

வி

விக்கல் 9,30,39,51,75,115,155,116,156,174
விக்கல் பித்தம் 20,29
விகாரப் பித்தம் 15,32
விசிறி 79
விட்டுணு கிரந்தி 89, 143
விட்டுவரும் சுரம் 59
விட்ணு சக்கர மாத்திரை 91
விடங்கம் 181
விடத்தேரிலை 169
விடப் பித்தம் 17
விடபேதி சங்காரணி 194
விடாக் காய்ச்சல் 77
விடாச்சுரம் 51,70,197
விந்துச்சுரம் 62
விப்புருதி 71
வியர்வை 2,5,51,79,102,156
வியர்வை பிடித்தல் 76,
வியர்வைச்சுரம் 67
விரணப் பித்தம் 15
விரலிமஞ்சள் 139
விரலிமஞ்சள்தூள் 138
விரேசன பூபதி 137
விரை 62
வில்வ இலை 88
வில்வக்காய் 23
வில்வக்குடுக்கை 166
வில்வப்பழ ஓடு 23
வில்வப்பழச்சதை 179,
வில்வப்பழத்தோடு 178
வில்வப்பழம் 157,194
வில்வயிளங்காய் 168
வில்வவேர் 24,29,30,31,35,37,39,84,86
வில்வவோடு 81,86,87
வில்வாதி லேகியம் 33,119
விலாம்பழ ஈர்க்கு 186
விலாமிச்சம் 80
விலாமிச்சம் வேர் 25,29,30,31,39,81,82,85
விலாமிச்சு 82,87
விலாமிச்சு வேர் 163
விழாலரிசி 29
விளக்கெண்ணெய் 145
விளா ஓடு 178
விளாங்காய் அளவு 24
விளாங்காய்ச் சதை 158
விளாம்பழ ஓடு 23
விளாம்பழம் 24
விளாம்பிசின் 183
விளாயிலை 210
விளாவேர் 158
விஷ்ணு கிரந்தி சமூலம் 26

வீ

வீக்கம் 101,156
வீமியக்கரம் 104
வீரச் செந்தூரம் 94
வீரம் 5,197

வெ

வெங்காயச் சாறு 101
வெங்காயம் 23,107,139,199
வெங்காரம் 30
வெங்காரமது 107

வெஞ்சுரம் 59,70
வெட்டிவேர் 25,34,81,84,150,169
வெட்டிவேர்த் தைலம் 144
வெட்டிவேர் விசிறி 79
வெட்டை 119
வெட்டை தாதுநட்டம் 180
வெட்பாலை 158
வெட்பாலை அரிசி 29,85,86,89,158,166,187
வெட்பாலைப் பட்டை 169,187
வெட்பாலைவித்து 168
வெடி அன்னபேதிச் செந்தூரம் 122
வெடிப்பு 101
வெடியுப்பு 78
வெடியுப்புச் சுண்ணம் 138
வெண்கடுகு 123
வெண்காக்கட்டான் மாத்திரை 76
வெண்காரப் பற்பம் 125
வெண்காரம் 197
வெண்குங்கிலியம் 170
வெண்ணெய் 24,31,92,93,101,121,152,162,180
வெண்ணெய்ப் பற்பம் 91,93,94
வெண்பூசனி இலேகியம் 122
வெண்மை நோய் 113
வெந்தயக் கீரை 178
வெந்தயம் 39
வெந்நீர் 159,181
வெப்பு நோய் 42,69
வெம்மை 42
வெருகடி 149,158,187
வெல்லநீர் 153
வெல்லம் 2,121,151,167
வெள்வங்கம் 32
வெள்வேம்பட்டை 27
வெள்ளரி 310
வெள்ளறுகுச் சாறு 118
வெள்ளறுகுவித்து 169
வெள்ளாட்டு ஈரல் 129
வெள்ளாட்டுக்கறி 128
வெள்ளாட்டுத்தயிர் 170
வெள்ளாட்டுப்பால் 27,93,107,138,140,138
வெள்ளாட்டு மூத்திரம் 148
வெள்ளாட்டு மோர் 128,150
வெள்ளாவி 103
வெள்ளி 119
வெள்ளி செந்தூரம் 92,93,94
வெள்ளி பற்பம் 92,93,122
வெள்ளிலோத்திரம் 169
வெள்ளீயப் பற்பம் 93
வெள்ளுள்ளி, 78,80,178
வெள்ளை 180
வெள்ளைச் சிவதை 150
வெள்ளைச்சீனி 165
வெள்ளைப்பாடாண பற்பம் 81
வெள்ளைப் பாடாணம் 132
வெள்ளைப் பூசனிக் கொழுந்து 150
வெள்ளைப்பூண்டு 89,182
வெள்ளைப்பூண்டு கலிக்கம் 167
வெள்ளைப்பூண்டு கற்கம் 196
வெள்ளைப் பூண்டு தைலம் 94
வெள்ளை வெங்காயம் 105,149
வெள்ளோக்காளம் 103,163
வெளிச்சுரம் 59
வெளுப்பு நோய் 115,117,120,153,176
வெற்றிலை 23,39
வெற்றிலைக் காம்பு 23
வெறிச்சுரம் 72

வே

வேகச் சுரம் 68
வேகாப் பொருள் 9
வேங்கையின் பட்டை 169
வேப்பம் ஈர்க்கு 83,150,158
வேப்பம்பட்டை 101,138,150
வேப்பம்பட்டைக் குடிநீர் 150
வேப்பம்பிசின், 81,101
வேப்பம்பூ 105,136
வேப்பலகு 124
வேப்பிலை 123
வேப்பீர்க்கு 30,31,39,178
வேப்பெண்ணெய் 78
வேம்பின் ஈர்க்கு 23,82
வேம்பின் பட்டை 86
வேம்பீர்க்கு 85
வேம்பு 84,177
வேலம் பட்டை 84
வேலிப்பருத்தி 78,81
வேனில் சுரம் 70

ஸ்

ஸ்தூலம் 6

க்ஷ

க்ஷயப் பித்தம் 20,25,29
க்ஷயமிருமல் 162

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

தமிழ் மொழியின் வளர்ச்சி ஒன்றையே குறிக்கோளாகக் கொண்டு 1946 ஆம் ஆண்டு அந்நாள் கல்வியமைச்சர் திரு. தி.சு. அவினாசிலிங்கம் அவர்களால் தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் நிறுவப்பட்டது. தொடக்க காலம் முதல் 1982 ஆம் ஆண்டு வரை அவர் அதன் தலைவராக இருந்து சிறப்பாகத் தொண்டாற்றி வந்தார். பின்னர் 1982 ஆம் ஆண்டு முன்னாள் மாநில, மைய அமைச்சரான திரு. சி. சுப்பிரமணியம் அவர்கள் கழகத்தின் தலைமைப் பொறுப்பேற்றுச் சீரிய முறையில் தமிழ் வளர்ச்சிக்கு வழிகாட்டி வந்தார். 1990-ஆம் ஆண்டு முதல் முனைவர் வா.செ. குழந்தைசாமி அவர்கள் தலைமைப் பொறுப்பை ஏற்றுச் சீரிய பணியாற்றி வருகிறார்.

1947-ஆம் ஆண்டு முதல் தி.ரு. ம.ப. பெரியசாமித்தூரன் அவர்களைத் தலைமைப் பதிப்பு ஆசிரியராகக் கொண்டு, 'கலைக் களஞ்சியம்' 10 தொகுதிகள் வெளியிடப் பட்டன. இதுவே இந்திய மொழிகளில் முதல் முயற்சியாகத் திகழ்கிறது. பின்னர், அவரையே ஆசிரியராகக் கொண்டு 'குழந்தைகள் கலைக்களஞ்சியம்' 10 தொகுதிகள் 1976 ஆம் ஆண்டில் வெளியிடப்பட்டன. இதன் இரண்டாவது திருத்திய பதிப்பும் (10 தொகுதிகள்) 1988-இல் முடிவுற்றது. அதன் பின்னர், தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் அறிவியல் தொடர்பான நூல்களை வெளியிடும் பணியில் ஈடுபட்டு, நான்கு நூல்களை வெளியிட்டது.

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் மருத்துவ அறிவியலைக் கருத்தில் கொண்டு, 'மருத்துவக் களஞ்சியம்' எனும் தலைப்பில் 12 தொகுதிகளை வெளியிடும் பணியை மேற்கொண்டுள்ளது. இதில் 'உடல் நலம்' எனும் தலைப்பில் முதல் தொகுதியும், 'தாய் சேய் நலம்' எனும் தலைப்பில் இரண்டாவது தொகுதியும், 'புலனுறுப்புகள்' எனும் தலைப்பில் இரு நூல்களாக மூன்றாவது நான்காவது தொகுதிகளும், 'நரம்பு மண்டலம், மனநோய், நாளமில் சுரப்பிகள்' ஆகியவை அடங்கிய ஐந்தாவது தொகுதியும், 'செரிமான மண்டலமும் மூச்சு மண்டலமும்' இடம்பெற்ற ஆறாவது தொகுதியும், 'தொற்று நோய்களும் பால்வினை நோய்களும்' எனும் தலைப்பில் ஏழாவது தொகுதியும், 'புற்றுநோய், முதியோர் நலம்' அடங்கிய எட்டாவது தொகுதியும், 'இதய இரத்தநாள மண்டலம்' எனும் தலைப்பிலான ஒன்பதாம் தொகுதியும், 'சிறுநீரகம் மற்றும் இனவள உறுப்பு மண்டலம்' என்னும் பொருள் பற்றிய பத்தாம் தொகுதியும், 'எலும்பியல், மாற்றுறுப்பியல், ஒட்டறுவை மருத்துவம்' ஆகிய மூன்று பகுதிகளைக் கொண்ட பதினொன்றாம் தொகுதியும், 'மரபியல், விபத்து மருத்துவம், நோய் எதிர்ப்பாற்றல் மண்டலத்தின் அடிப்படைகள்' எனும் பகுதிகள் அடங்கிய பனிரண்டாம் தொகுதியும் வெளியிடப்பட்டு இப்பணி நிறைவு பெற்றது.

அலோபதி மருத்துவமுறை நூல் வெளியீட்டுத் திட்டத்தைத் தொடர்ந்து, தமிழகம் தரணிக்கு அளித்த மருத்துவ முறையாம் சித்த மருத்துவம் பற்றிய நூல் வெளியீட்டுத் திட்டத்தில் ஆறு தொகுதிகளை வெளியிடும் பணியைக் கழகம் மேற்கொண்டுள்ளது. இதில் 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-1: வரலாறு' என்னும் முதல் தொகுதியும், 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-3: சிறப்பியல்' எனும் தொகுதியும் ஏற்கனவே வெளியிடப்பட்டன. இப்போது 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-5 : பித்தம் தொடர்பான நோய்கள்' என்னும் நூல் வெளிவந்துள்ளது. ஏனைய தொகுதிகளுக்கான தயாரிப்புப் பணிகள் நடைபெற்று வருகின்றன.

சித்த மருத்துவம்

தொகுதி-6 : கபம் தொடர்பான நோய்கள்

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் சென்னை-600 005.

சித்த மருத்துவம்

தொகுதி-6 : கபம் தொடர்பான நோய்கள்

மரு. வீ. சுப்பிரமணியன்

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்
சென்னைப் பல்கலைக்கழக வளாகம்
சென்னை - 600 005

2005

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

சென்னைப் பல்கலைக்கழக வளாகம்
சேப்பாக்கம், சென்னை - 600 005.

நிறுவனர்
திரு தி.சு. அவினாசிலிங்கம்

தலைவர்
டாக்டர் வா.செ. குழந்தைசாமி

துணைத் தலைவர்கள்
டாக்டர் நா. மகாலிங்கம்
டாக்டர் பெ. இராமசாமி

செயலாளர்
கொடுமுடி சண்முகன்

தொகுப்பாசிரியர்
திரு மா. மதியழகன்

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழக வெளியீடு

முதற் பதிப்பு 2005
இரண்டாம் பதிப்பு 2007

பதிப்புரிமை உடையது

விலை ரூ. **225/-**

அச்சிட்டோர் : பாவை பிரிண்டர்ஸ் (பி) லிமிடெட்
சென்னை - 600 014.

Bibliographical Data

Name of the Book	:	Siddha Maruttuvam Vol.6: Kabam Totarpana Noikal
Author/Editor	:	Dr. V. Subramanian
Edition	:	First - 2005 Second - 2007
Copy Right	:	Tamil Valarchi Kazhagam
Language	:	Tamil
Subject	:	Siddha Medical System
Pages	:	xvi + 421
Price	:	Rs. 225/-
Paper	:	Maplitho
Size	:	Double Crown
Binding	:	Deluxe
Point	:	10 Pt
Wrapper Design	:	Sivagami Printographics
Published by	:	Tamil Valarchi Kazhagam University Building Chepauk, Chennai- 600 005. Ph: 25365440
Printed by	:	Pavai Printers Pvt. Ltd. J.J. Khan Road, Royapettah. Chennai-600 014. Ph. 28482441, 28482973

உள்ளடக்கம்

முகவுரை		vii
முன்னுரை		ix
Introduction		xiii
1.	கபம்: வடிவத் தன்மையும் வாழும் இடமும்	1
2.	கப நோய்கள்	9
3.	இளைப்பு நோய்	17
4.	இருமல்	35
5.	இரைப்பு நோய்	45
6.	விக்கல் நோய்	55
7.	உளைமாந்தை	63
8	கப நோய்களின் பொது மருத்துவம்	83
சொல்லடைவு		389

முகவுரை

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் வெளியிட்டு வரும் சித்த மருத்துவ நூல் வரிசையில் இந்நூல் கபம் (ஐயம்) தொடர்பான நோய்களைப் பற்றிய ஆறாம் தொகுதியாகும்.

கபம் (ஐயம்) வாழும் இடம், இயற்கைப் பண்பு, கபத்தின் வகைகள், கபத் தாது கேடு அடைவதால் தோன்றும் நேரடியான நோய்கள், கபத் தாதுவுடன் வாதம் (வளி), பித்தம் (அழல்) என்னும் பிற தாதுக்களும் சேர்ந்து குற்றமுறுதலால் தோன்றும் இளைப்பு, இருமல், இரைப்பு, விக்கல், உளைமாந்தை முதலிய நோய்கள், அவற்றுக்கான மருத்துவ முறைகள் ஆகியவை பற்றிய செய்திகள் இத்தொகுப்பில் விவரித்துக் கூறப்பட்டுள்ளன.

மருத்துவர் வீ. சுப்பிரமணியன் அவர்களை ஒருங்கிணைப்பாளராகக் கொண்டு, பல சித்த மருத்துவ ஆசிரியப் பெருமக்கள் அடங்கிய குழுவினரிடம் இத்தொகுதியை எழுதும் பணி ஒப்படைக்கப்பட்டது. ஆனால் குழுவைச் சேர்ந்த பிற ஆசிரியர்களின் பங்களிப்பைப் பெறமுடியாமல், மரு. வீ. சுப்பிரமணியன் அவர்களின் தனிப்பட்ட முயற்சியாலேயே இந்நூல் நிறைவாக எழுதி முடிக்கப்பட்டுள்ளது.

மரு. வீ. சுப்பிரமணியன் அவர்கள் சித்த மருத்துவப் பயிற்சியிலும் மருத்துவ ஆசிரியர் பணியிலும் நீண்ட கால அனுபவம் பெற்றவர். மருத்துவக் கல்லூரியின் முதல்வராகவும், இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஹோமியோபதித் துறையின் இணை இயக்குநராகவும் பணியாற்றி, சித்த மருத்துவ உலகில் தனக்கென ஒரு இடத்தைப் பெற்றவர். அவர் ஈடுபாட்டுடன் முயன்று இத்தொகுதியை எழுதி முடித்துள்ளது ஒரு சாதனையேயாகும். கழகம் அவருக்கு என்றென்றும் நன்றிக் கடன் பட்டுள்ளது.

இந்நூலை எழுதுவதில் ஆசிரியருக்கு உறுதுணையாக இருந்தவர் அவரது மனைவியார் மரு.க. இராஜேஸ்வரி அவர்கள். இவர் கழகம் வெளியிட்டு வரும் சித்த மருத்துவ நூல் வரிசையில், 3-ஆம் தொகுதியானப் "பித்தம் தொடர்பான நோய்கள்" என்னும் நூலின் ஆசிரியராவார். இவருக்கும் கழகம் நன்றிக் கடன் பட்டுள்ளது. இந்நூலில் திருத்தங்கள் செய்து உதவிய மரு.செ.நெ. தெய்வநாயகம் அவர்களுக்கும் நன்றி பாராட்டிக் கொள்கிறோம்.

கணினியில் நூலை வடிவாக்கம் செய்த திரு க. செல்லதுரை, அச்சிட்ட பாவை அச்சகத்தார் ஆகியோரும் நன்றிக்குரியவராவர்.

கழகம் வெளியிட்டு வரும் ஏனைய மருத்துவ நூல்கள் மக்களிடையே பெற்ற வரவேற்பை, இத் தொகுதியும் பெறும் என்று எதிர்பார்க்கின்றோம்.

வா.செ. குழந்தைசாமி
தலைவர்
தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

முன்னுரை

வளி முதலாக எண்ணப்பட்ட மூன்று உயிர்த்தாதுக்களும் உடல் முற்றும் பரவி வாழ்பவை. எல்லா உடல் தாதுக்களிலும் இவை வெவ்வேறு விகிதங்களில் கலந்துள்ளன. ஐம்பெரும் பூதங்களின் சேர்க்கையாகவும் இவ்வுயிர்த் தாதுக்கள் உணரப்படுகின்றன. வாயு, விண் ஆகிய இரு பூதங்களின் சேர்க்கையால் வளி அல்லது வாதம் என்ற உயிர்த்தாதுவும், தீ என்னும் பூதத்தால் அழல் அல்லது பித்தம் என்னும் உயிர்த்தாதுவும், மண், நீர் என்ற இரு பூதக்கலப்பால் ஐயம் அல்லது கபம் என்ற உயிர்த்தாதுவும் உண்டாகின்றன. எனவே ஐம்பெரும் பூதங்களினால் தோற்றுவிக்கப்பட்ட இவ்வுடம்பில் அவற்றின் மாறுபட்ட கூட்டுறவினால் வளி, அழல், ஐயம் ஆகிய உயிர்த்தாதுக்கள் தோன்றியுள்ளன. இம் மூன்றும் அணுத்துவம் கொண்டவை. அவைகளின் குணங்கள் மற்றும் செயல்களின் தன்மையால் உடலில் அவற்றின் இருப்பு உணரப்படுகின்றது. இவ்வுயிர்த் தாதுக்களின் கூடுதல் குறைவின் காரணமாகவே நோய்கள் தோன்றுகின்றன. அதனையே திருவள்ளுவர்

மிகினும் குறையினும் நோய் செய்யும் நூலோர்
வளிமுதலா எண்ணிய மூன்று

என்று கூறுகிறார்.

வளி முதலாக எண்ணப்பட்ட மூன்று உயிர்த் தாதுக்களும் ஐம்பூதக் கூறுபாட்டை உடையனவாதலால், அண்டத்திலும் பிண்டத்திலும் (உடலிலும்) ஏற்படும் ஐம்பூத ஏற்றத் தாழ்வுகளினால், மூன்று உயிர்த்தாதுக்களின் நிலைகளில் மாறுபாடுகள் தோன்றுகின்றன. இம்மாறுபாடுகளே நோயாகவோ அல்லது நோய்க் குறிகுணங்களாகவோ உணரப்படுகின்றன. இவ்வாறு தோன்றும் நோயின் குறிகுணங்களின் தன்மைகளைக் கொண்டும் நாடி, தொடு உணர்வு (பரிசம்), நாக்கு, உடல் நிறம், மொழி (பேச்சின் தன்மை), விழி, மலம், மூத்திரம் ஆகிய எட்டு

விதத் தேர்வுகளின் மூலமாகவும் பாதிக்கப்பட்ட உயிர்த்தாதுவின் நிலை பற்றி உணரப்படுகிறது.

உயிர்த்தாதுக்கள் மூன்றும் எவ்வாறு ஐம்பூதச் சேர்க்கையின் வேறுபட்ட கூட்டுறவினால் தோன்றியனவோ, அவ்வாறாகவே உலகில் உள்ள அனைத்துத் தாது, தாவர, உயிரினப் பொருட்களும் ஐம்பூதச் சேர்க்கைகளின் கூட்டுறவால் தோன்றியுள்ளன. ஒவ்வொரு பொருளின் பூதச் சேர்க்கையை உணர்வதற்கு நமக்கு உறுதுணையாக இருப்பது அதன் சுவையாகும். சுவைகள் ஆறு வகை. ஆறுவகை சுவைகளின் பூதச் சேர்க்கை பின்வருமாறு:

இனிப்பு = மண்+ நீர்

புளிப்பு = மண்+தீ

உப்பு = நீர்+தீ

கைப்பு = வளி+விண்

கார்ப்பு = வளி+தீ

துவர்ப்பு = மண்+வளி

எனவே சுவைகளைக் கொண்டு பொருட்களின் பூதக் கலப்பினை உணர முடிவதால் எந்தெந்த பொருட்கள் எந்த அளவில் உடலுக்கு நன்மை புரியும் என்பதையும், முத்தாதுக்கள் பாதிக்கப்பட்ட நிலையில் எப்பொருட்களைக் கொண்ட மருந்துகளை வழங்குதல் நலம் என்பதையும் உணர முடியும்.

வேர்பாரு தழை பாரு
மிஞ்சினக்கால் பற்ப செந்தூரம் பாரு

என்ற கூற்றுக்கிணங்க நோய்க்கு மருத்துவம் செய்யுங்கால் முதலில் மூலிகை சார்ந்த பொருட்களைப் பயன்படுத்த வேண்டும். அதில் நோய் தீராமல், மேலும் மீறி நிற்குமாயின் உலோக, உபரச, பாடாணப் பொருட்களைக் கொண்ட பற்பம், செந்தூரம் போன்ற மருந்துகளை வழங்குதல் வேண்டும்.

ஐம்பூதங்களின் மாறுபாடுகள் உடலின் உள்ளேயும் வெளியிலும் இயற்கை மற்றும் செயற்கைக் காரணங்களால் ஏற்படுகின்றன.

அண்டத்தில் உள்ளதே பிண்டம்
பிண்டத்தில் உள்ளதே அண்டம்

என்று கூறப்படுவதால் உடலுக்கு வெளியில் அண்டத்தில் ஏற்படும் மாறுபாடுகள், உடலின் உள்ளே உள்ள உறுப்புகளையும் பாதிப்படையச் செய்கின்றன. புயல், பனி, மழை, வெயில் போன்றனவும் காற்று, நீர் ஆகியவற்றின் தூய்மை இன்மையும்

அண்டத்தையும் பிண்டத்தையும் பாதிப்படையச் செய்கின்றன. மாறுபாடான உணவுப் பொருட்களும் உடலில் உள்ள உயிர்த்தாதுக்கள் மற்றும் உடல் தாதுக்களின் நிலையைப் பாதிக்கும்.

எனவேதான் கால நிலைகளுக்கு ஏற்பவும் சுற்றுச்சூழ்நிலைக்கு ஏற்பவும் உடலின் தன்மைக்கு ஏற்றவாறும் உணவுப் பொருட்களைப் பிரித்து உண்ணும் மாண்பினைச் சித்தர்கள் கூறியுள்ளனர். திருவள்ளுவரும்

மாறுபா டில்லாத உண்டி மறுத்துண்ணின்
ஊறுபா டில்லை உயிர்க்கு

என்று கூறியுள்ளார். எனவே ஒவ்வொரு உணவுப் பொருளின் பண்புகளையும் நன்கு அறிந்து, அவை உடலின் வளி, அழல், ஐயம் ஆகிய முத்தாதுக்களுக்கு ஊறு விளைவிக்காத அளவில், நீக்க வேண்டியவற்றை நீக்கியும், சேர்க்க வேண்டியவற்றைச் சேர்த்தும் உணவை அமைத்துக் கொண்டால் உயிர்த்தாதுக்களுக்குக் கேடு ஏற்படாது. நோயும் உண்டாகாது.

"உணவே மருந்து, மருந்தே உணவு" என்னும் இக் கூற்று உயிர்த் தாதுக்களின் நிலையை உணவின் தன்மையால் சரியான நிலையில் வைத்துக் கொள்ள இயலும் என்பதையே உணர்த்துகின்றது.

உயிர்த்தாதுக்களின் மாறுபாடுகளினால் நோய்கள் தோன்றுவதால் அதன் அடிப்படையில் நோய் வகைப்பாடும் செய்யப்பட்டுள்ளது. வளி நோய்கள் 80, அழல் நோய்கள் 40, ஐய நோய்கள் 21 எனப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளன.

ஐய நோய்கள் தொடர்பான செய்திகள் மட்டும் இந்நூலில் விளக்கப்பட்டுள்ளன. நோய்களைப் பற்றி அறிவதற்கு முன்னால் ஐயத்தாதுவைப் பற்றிய பொதுவான விளக்கங்கள் நூலின் ஆரம்பத்தில் கூறப்பட்டுள்ளன. அதன்பின் யூகி முனிவர் என்னும் சித்தரால் கூறப்பட்ட 21 வகை ஐயநோய்களின் தன்மைகள் விளக்கப்பட்டுள்ளன. அதன் பின் இளைப்பு நோய், இருமல், இரைப்பு நோய், விக்கல், உளைமாந்தை, முதலிய ஐயம் தொடர்பான நோய்களின் உட்பிரிவுகள் விளக்கப்பட்டு, அவைகளுக்குண்டான மருத்துவ முறைகளும் கூறப்பட்டுள்ளன.

சித்த மருத்துவ நூல்கள் பலவற்றில் கூறப்பட்டுள்ள ஐயம் தொடர்பான நோய்களுக்கான மருந்து வகைகள் அனைத்தும் தொகுக்கப்பட்டுக் குடிநீர் வகைகள், நெய் வகைகள், எண்ணெய் வகைகள், இலேகியம், தைலம், செந்தூரம், பற்பம், சூரணம், மெழுகு, கற்பம், மாத்திரை என்றவாறு வகைப்படுத்தப்பட்டு, சரக்கு, செய்முறை, பயன்பாடு, தீரும் நோய், பத்தியம் என்ற

உட்தலைப்புகளின் கீழ் தெளிவாகவும் எளிமையாகவும் கூறப்பட்டுள்ளன. இறுதியில் மருத்துவச் செய்திகளைத் தொகுக்கப் பயன்பட்ட ஆதார நூல் பட்டியலும் தரப்பட்டுள்ளது.

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் மேற்கொண்டுள்ள சித்த மருத்துவ நூல் வெளியீட்டு முயற்சியில் கபம் தொடர்பான நோய்களைப் பற்றிய இத் தொகுதியை எழுதும் வாய்ப்பு எனக்குக் கிட்டியதைப் பெரும்பேறாகவே கருதுகின்றேன். வாய்ப்பினை நல்கிய கழகத் தலைவர், முனைவர் வா. செ. குழந்தைசாமி அவர்களுக்கு நன்றி கூறப் பெரிதும் கடமைப்பட்டுள்ளேன். இந் நூலை எழுத எனக்கு உறுதுணையாக இருந்த என் மனைவி மரு.க. இராஜேஸ்வரி அவர்களுக்கும், திருத்தங்களைக் கூறி செம்மை படுத்திய மரு. செ.நெ. தெய்வநாயகம் அவர்களுக்கும் என மனமார்ந்த நன்றிகள். கழகத்தின் தொகுப்பாசிரியர் திரு மா. மதியழகன், கணினி ஆளர் திரு க. செல்லதுரை ஆகியோருக்கும் நன்றியை உரித்தாக்கிக் கொள்கிறேன்.

மரு. வீ. சுப்பிரமணியன்

Introduction

The three life factors Vatha, Pitha and Kaba persist through out the human body. They are the three fundamental principles and essential factors in the composition of human body. In all tissues of the body they exist in different ratio.

The three life factors Vatha, Pitha and Kaba represent the five basic elements or Bhuthas. Vatha consists of Vali and Vinn. (Air and ether). Pitha consists of Thee (Fire). Kaba consists of Man and Neer (Earth and water). They all persist in the body in subtle form. Their appearance in the body is felt by their special characteristic features and their functions in the body. When these three life factors get deranged due to extrinsic factors or intrinsic factors like diet and habit, they bring about diseases peculiar to their influence.

The diseases caused in such a way are diagnosed by eight types of investigation methods such as Pulse, touch, tongue, colour and appearance, voice and speech, eyes, faeces and urine. By these eight techniques, the extent of derangement of life factors will be assessed. Apart from these 8 methods, the study of aetiology, classification, signs and symptoms of diseases make it possible to diagnose the particular disease and its cause. Thus it solves the statement of Thirukural Noi Naadi and Noi Mudal Naadi (i.e) diagnosing the disease and finding out its cause.

As that of life factors Vatha, Pitha and Kaba, all the worldly substances like herbs, metals, minerals, salts and other organic products

are also made of the five basic elements in different combinations. The presence of these basic elements in a particular substance is decided by its taste. Tastes are of 6 Types. The combination of 5 elements in these 6 tastes are as follows:

Sweet (Inippu)	= Man	+ Neer(Earth and Water)
Sour (Pulippu)	= Man	+ Thee (Earth and Fire)
Salty (Uvarppu)	= Neer	+ Thee (Water and Fire)
Bitter (Kaippu)	= Vali	+ Vinn (Air and Ether)
Pungent(Kaarppu)	= Vali	+ Thee (Air and Fire)
Astringent (Thuvarppu)	= Vali	+ Man (Air and Earth)

Equating the five elements both in universal substances and the human body guides the physician in the choice of appropriate medicines suited to each case.

While choosing the drugs, it is advised to select drugs of herbal nature at first. If the disease is not cured by herbal medicines, then medicines prepared by metals and minerals should be prescribed.

The five basic elements form the connecting link between the microcosm man and the macrocosm or the world through Vatha, Pitha and Kaba. Hence, the Siddhar's statement "What all persists in the Universe persists in man and what all persists in man persists in the Universe".

Any change in the universe due to natural or unnatural causes will create changes in human systems. For example the natural disorders like cyclone, heavy rain, mist and scorching sun or man created impurities of air and water will create changes both in the atmosphere and in human body. Hence the change in the elementary conditions of external world has its corresponding change in the human organs.

Siddhars have explained the type of food to be consumed in each season or climate and in each period of a day. If it is adopted strictly, there will be no derangement in the life factor and hence no disease. If not, disease pertaining to defective food habits will occur due to the influence of excessive or diminished Bhuthas or life factors in the particular defective food substance. This aspect is well explained by Thiruvalluvar in his Thirukkural in such a way that there is no danger for life to one who consumes correct type of food avoiding the defective or varied food substances.

Hence the nature of each food substance is to be analysed as per siddha principle of life factors and Pancha Bhuthas and the food combinations to be made as per season and climate should also be understood. If the diet regimen is followed in such a way that it will not produce any harm to the harmonious functions of the three life factors, no disease will occur. Here the right food habit helps the body to keep the life factors in good condition. Hence diet becomes medicine in the preventive aspect.

Since the diseases occur due to the derangement of three life factors Siddhars have classified the diseases accordingly. They classified as Vatha diseases 80, Pitha diseases 40 and Kaba diseases 21.

In this book only Kaba and its related diseases are explained. Before going into the details of the disease and its treatment, the physiologic and pathologic conditions of the Kaba factor are explained in general. Afterwards the 21 Kaba diseases as explained by Yoogi Muni in his Vaidhya Chinthamani are narrated. Then the individual Kaba related diseases viz Ilaippu Noi, Erumal Noi, Vikkal, and Ulaimanthai Noi are explained in detail as given in Siddha texts. The treatment for individual Kaba diseases is given both in their headings and in general aspects also.

Valuable preparations in different forms are selected from different Siddha literatures and given here in a collective form. Medicines from simple herbal preparation to complicated mineral preparation are listed

out for the benefit of all types of patients. Medicines are classified according to their form of preparations and given in headings of Kudineer, Nei, Ennai, Leghyam, Thylam, Chenduram, Parpam, Chooranam, Mezhugu, Kalpam, Mathirai, Vatakam, Urundai, Manappagu, Adai, Pittu, Nasyam, Patru and Pugai.

In each preparation of medicine, the actual ingredients with their quantities, the method of preparation, the dosage, the usage, and the diet restrictions if any are given in separate headings.

The list of books which are used for collecting the informations is given in the last.

I am very much grateful to Dr. V.C. Kulandaiswamy, Ex-Vice Chancellor of different Universities and head of Tamil Valarchi Kazhagam for giving me the valuable opportunity to write this book on Kaba related diseases which forms the Vol. VI of Siddha Maruthuvam Editions of Tamil Valarchi Kazhagam.

I wish to thank my wife Dr. K. Rajeswari M.D.(S) Retd. Professor of Siddha Medicine who helped me a lot in preparing the work.

I thank Dr. S.N. Deivanayakam for his valuable corrections and suggestions in brining out this book in a good form.

I wish to thank Mr. M. Mathialagan, Editor and Mr. K. Selladurai, computer Asst. for their immense help in brining out this valuable work in a beautiful form.

Dr. V. Subramanian

1

கபம்: வடிவத் தன்மையும் வாழும் இடமும்

முன்னுரை

உடல் இயக்கத்திற்கு அடிப்படையாய் அமைந்த உயிர்த் தாதுக்கள் மூன்றனுள் ஒன்றாகக் கபம் என்னும் தாதுவும் அமைகின்றது. இது ஐம்பூதங்களுள் மண், நீர் ஆகிய பூதங்களின் சேர்க்கையால் ஏற்படுகின்றது. ஐயம், சீதம் சிலேத்துமம், சிலேட்டுமம், சேத்துமம் எனப் பலவாறு அழைக்கப்படுகின்றது. கபம், சிலேத்துமம் போன்ற வடமொழிச் சொற்களே சித்த மருத்துவ மூல நூல்களிலும் நடைமுறையிலும் பயன்படுத்தப்பட்டு வருகின்றன. ஐயம் என்பது இவற்றுக்கு இணையானத் தமிழ்ச் சொல். தமிழ்ச் சொல்லைப் பயன்படுத்த வேண்டும் என்ற நோக்கத்தில் இந்நூலில் பெரும்பாலும் ஐயம் என்ற சொல்லே பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளது.

வடிவத் தன்மை

சித்த மருத்துவக் கோட்பாட்டின் படி வளி (வாதம்), அழல் (பித்தம்) என்ற உயிர்த் தாதுக்களைப் போன்றே, ஐயத் (கபத்) தாதுவின் இயற்கை வடிவம் அணுத்துவம் வாய்ந்ததாகும். மேலும் தண்மை (குளிர்ச்சி), நெய்ப்பு, மந்தம், வழுவழுப்பு, மென்மை, திண்மை என்பனவற்றையும் இதன் வடிவத் தன்மைகளாகச் சித்தர் நூல்கள் அறிவிக்கின்றன.

வாழும் இடம்

ஐயமானது சமான வாயுவைச் சார்ந்து, சுழு முனையைப் பற்றி, விந்தை இருப்பிடமாகக் கொண்டு, உச்சி வரை ஓடி, தலையில் ஆக்கினையுடன் கூடி வாழும் என்பது சித்தர்களின் கொள்கை. சித்தர்கள் இன்னும் நுட்பமாக ஆய்ந்து உள்நாக்கு, கொழுப்பு, மஜ்ஜை, குருதி, மூக்கு, நரம்பு, மார்பு, எலும்பு, மூளை,

பெருங்குடல், கண், தொண்டை, கீல்கள் (பூட்டுகள்), இரைப்பை, நாக்கு, கணையம், இரசத்தாது முதலியவற்றையும் இருப்பிடமாகக் கொள்ளும் என்று கூறியுள்ளனர்.

இயற்கைப் பண்பு

- ❖ தன் இயற்கை நிலையில் நிலைத்தல்
- ❖ கீல்களின் இடையேயான இணைப்புத் தன்மை
- ❖ பொறையுடைமை, அதாவது பசி, நீர்வேட்கை, துயரம், கலக்கம், வெப்பம், ஆகியவைகளைப் பொறுத்துக் கொள்ளுதல்

ஆகியன ஐயத்தின் இயற்கைப் பண்புகளாகும்.

தொழில்

- ❖ உடலுக்குக் குளிர்ச்சியையும், நெய்ப்புத் தன்மையையும் வலிமையையும் அளித்தல்
- ❖ தினவை ஏற்படுத்துதல்
- ❖ உடலைப் பருக்கச் செய்தல்
- ❖ எலும்பில் ஏதோ பூசப்பட்டது போன்ற உணர்ச்சியை ஏற்படுத்துதல்
- ❖ கீல்களின் தொழிலைப் பாதிப்படையச் செய்தல்
- ❖ உடலை வெளுக்கச் செய்தல்
- ❖ உணவை எளிதில் செரிக்கத் தடையாக இருத்தல்
- ❖ மிகுதியான உறக்கத்தை ஏற்படுத்துதல்
- ❖ நாவிற்கு இனிப்புச் சுவையை அளித்தல்
- ❖ தோல், கண், மலம், சிறுநீர் ஆகியவற்றை வெளிரப் பண்ணுதல்
- ❖ தொழில் புரிவதில் மந்தத்தை உண்டாக்கல்

என்பன ஐயத்தின் தொழில்களாகக் காணப்படுகின்றன.

வகைகள்

இடம், தொழில் ஆகியவற்றின் வேற்றுமையால் ஐயம் ஐந்து வகைப்பட்டதாகக் கணக்கிடப்பட்டுள்ளது. அவை வருமாறு :

1. அவலம்பகம் (அளியையம்): இது காற்று உறுப்பாகிய நுரையீரலில் இருந்து கொண்டு, தன் இயற்கை வன்மையால் திரிகஸ்தானத்திற்கும் தமரகத்திற்கும் அடிப்படையாய் அமைகின்றது. தன் இயற்கை நெகிழ்ச்சித் தன்மையைக் கொண்டு மற்ற நான்கு வகை ஐயங்கட்கும் பற்றுக் கோடாய் இருப்பதால் இது அவலம்பகம் (அளி ஐயம்) எனப்படுகிறது.
2. கிலேதம் (நீர்ப்பியையம்): இது இரைப்பையில் இருந்து கொண்டு, உண்ணப்பட்ட உணவுப் பொருள், நீர் முதலியவைகளை ஈரப்படுத்தி, மெத்தெனச் செய்யும் தொழிலைப் புரிகிறது.
3. போதகம் (சுவைகாணையம்): இது சுவைப் பொறியாகிய நாவில் இருந்து, உண்ணுகிற சுவைகளை அறிவிக்கும் தொழிலைச் செய்து வருகின்றது.
4. தற்பகம் (நிறைவையம்): இது தலையில் இருந்து கொண்டு, இரு கண்கட்கும் குளிர்ச்சியைத் தருகின்றது.
5. சந்திகம் (ஒன்றியையம்): இது பூட்டுகளில் (கீல்கள்) தங்கி, இயற்கையாய் எல்லாக் கீல்களையும் ஒன்றோடொன்று பொருத்தித் தளரச் செய்து கொண்டிருக்கின்றது. இதற்குச் சிலேதகம் என்ற பெயரும் உண்டு.

ஐயம் தன்னிடத்தும் பிறவிடங்களிலும் சீற்றமுறலும் அமைதியுறலும்

ஐயத்தின் குணங்களுடன் நெய்ப்பசையோடு கூடிய குளிர்ச்சி தரும் பொருட்கள் சேர்ந்தால் ஐயத்தின் இடங்களில் நோய் காணும். ஐயத்தின் குணத்துடன் அழலின் தன்மையுள்ள பொருட்கள் சேர்வதால் ஐயத்தின் இடங்கள் அன்றியும் வேற்றிடங்களிலும் ஐயம் சீற்றம் கொண்டு நோய் விளைவிக்கும். ஐயப் பண்புடன் வறட்சியும் வெப்பமும் சேர்ந்தால் ஐயம் தன்னிலையை அடைவதோடு, ஐயக் குற்றத்தால் தோன்றிய பிற பிணிகளும் குணமடையும் என்பது சித்தர்களின் ஆய்வு முடிபு.

ஐய உடலின் இயல்பு

குளிர்ச்சி என்னும் இயல்பைப் பெற்ற ஐயமானது (கபம்) சந்திரனின் (நிலா) இயற்கைத் தன்மையை உடையதாகக் கருதப்படுகின்றது. பிரமன், உருத்திரன்,

இந்திரன், வருணன் முதலிய தெய்வங்களும்; சிங்கம், யானை, குதிரை, பசு, எருது முதலிய விலங்குகளும்; கருடன், அன்னம் முதலிய பறவைகளும் ஐய உடலைக் கொண்டவைகளாகக் கண்டறியப்பட்டுள்ளன. சித்த மருத்துவ நூல்களில் ஐய உடலினர்தம் இயல்புகள் விரிவாகக் கூறப்பட்டுள்ளன. அவற்றைத் தொகுத்துக் காணலாம்:

- ❖ பொதுவாக ஐய உடலினருக்கு வாதம், பித்தம், கபம் என்னும் முத்தாதுக்களுள் கபத் (ஐயம்) தாதுவே மிகுந்திருக்கும்.
- ❖ நரம்பு, எலும்பு, கீல் ஆகிய இடங்களில் எல்லாம் சதைப் பிடிப்பு மிகுந்து, மென்மையும் அழகும் பொருந்திய உடல் வாகு அமையும்.
- ❖ பரந்த நெற்றியும், அகன்று உயர்ந்த மார்பும், முழங்கால் வரை நீண்ட கைகளும், குறைவற்ற உறுப்புகளும் உடையவராய் இருப்பர்.
- ❖ கண்கள் அகன்றும் நீண்டும், கடை சிவந்தும் ஒளி பொருந்தியும், கறுவிழியாகவோ வெள்விழியாகவோ அமையும். தூரப் பார்வை நன்றாக இருக்கும். கறுத்து, அடர்ந்து வளர்ந்த முடியுடன் அழகியதாகப் புருவங்கள் தோன்றும்.
- ❖ மஞ்சள் சோளம், அறுகு முனை, பாணத்து ஒளி, கத்தி ஒளி, கோரோசனை, தாமரைப்பூ, பொன் போன்றவற்றை ஒத்த உடல் வனப்பு ஏற்படும்.
- ❖ தலைமுடியானது பசையுடன் கறுத்து அடர்ந்து முளைக்கும்.
- ❖ கொழுத்த யானையினது போன்ற நடை.
- ❖ மேகம், கடல், சிங்கம், முழவு ஆகியவைகளின் ஓசையைப் போன்று குரல் ஒலி அமையும்.
- ❖ கசப்பு, துவர்ப்பு, காரம், இனிப்பு ஆகிய சுவைகளில் நாட்டம் மிகும்.
- ❖ வெப்பத்தில் விருப்பம் ஏற்படும்.
- ❖ மிகுதியான உணவு தேவைப்படாது.
- ❖ பசி, நீர்வேட்கை, துயரம், அச்சம், சூடு ஆகியவற்றைத் தாங்கிக் கொள்ளும் ஆற்றல் மிகும்.
- ❖ குழந்தைப் பருவத்திலும் கூட அழுகை, கோபம், கடுஞ்சொல், கலக்கம், நீர்வேட்கை ஆகிய இயல்புகள் மிகுந்து தோன்றாது.
- ❖ சத்துவ குணம் உடையவராய், நினைவாற்றல், அறிவுக்கூர்மை, முன்

எச்சரிக்கை, பெரியோர்களிடம் அன்பு, பணிவு, நட்புணர்வு, நம்பிக்கை, உண்மை, உள்ள உறுதி, நாணம், பொறுமை, ஒழுக்கம், அறநெறியில் ஈடுபாடு, நன்றி மறவாமை, ஈகை குணம், சொன்ன சொல் தவறாமை, புலமை ஆகிய உயர்ந்த பண்புகள் மிக்கிருக்கும்.

❖ தூக்கத்தில் நாட்டம் மிகும்.
❖ தூய்மையாக இருப்பதில் விருப்பம் மிகும்.
❖ மணப் பொருட்களிலும் அணிமணிகளிலும் நாட்டம் அதிகரிக்கும்.
❖ இந்திரியம் (விந்து) குறைந்து, பிள்ளைப் பேற்றிலும் குறைவு ஏற்படும்.
❖ பேரும், புகழும், செல்வ வளமும் பெருகி, பிறருடைய நன் மதிப்புக்குரியராய் இருப்பர்.
❖ இசையில் நாட்டம் மிகுந்திருக்கும்.
❖ வெயிலைப் பொறுத்துக் கொள்ள முடியாது.
❖ வியர்வை மிகுந்து, உடலில் நாற்றம் காணும்.
❖ பறவைகள் நிறைந்த தாமரைக் குளம், குளிர்ந்த மேகம் ஆகியவை அடிக்கடி கனவில் தோன்றும்.

ஐயம் இயல்பு நிலை கெட்டு மிகுமானால்:

❖ அக்கினி மந்தப்படும்.
❖ வாய் நீர் ஊறும்.
❖ ஊக்கம் குறையும்.
❖ உடல் கனமாகத் தோன்றுவதுடன் வெண்ணிறத்தையும் குளிர்ச்சியையும் அடையும்.
❖ உடல் முற்றும் உள்ள கட்டுகள் தளரும்.
❖ இரைப்பு, உப்புசம், இருமல், மிக்க தூக்கம் உண்டாகும்.

ஐயம் இயல்பு நிலை கெட்டுக் குறையுமானால்:

❖ தலை சுற்றும்.
❖ கீல்களில் பசை முற்றும் நீங்கி, அவை தளர்ச்சி அடைந்து, அதனால் கீல்கள் நன்றாக வெளியில் தோன்றும்.

- ❖ ஐயம் வாழ் இடங்களில் ஐயம் குறைந்தும், நுரையீரலைப் பற்றிய ஐயம் கரைந்தும், நுரையீரல் இல்லாதது போல தோன்றியும், மயிர்க் கால்களினின்றும் வியர்வை பெருகியும் காணும்.
- ❖ தமரகத்தில் (இதயத்தில்) படபடத்த ஒலி ஏற்படும்.

ஐயம் தோன்றும் இடமும் காலமும்

'அண்டத்தில் உள்ளதே பிண்டத்தில்' என்பது சித்தர்களின் அடிப்படையான கோட்பாடு. எனவே மனிதருக்கு உயிர்த் தாதுக்களான முத்தாதுக்களும் அவர்கள் வாழும் நிலத்தின் இயல்பிற்கும், பருவ காலங்களுக்கும் ஏற்பவே மிகுதலும் குறைதலுமாகிய நிலையை அடைகின்றன. குறிஞ்சி, முல்லை, மருதம், நெய்தல், பாலை என்னும் ஐவகை நிலங்களில், குளிர்ச்சி மிக்க மலைசார்ந்த குறிஞ்சி நிலத்தில் ஐயம் தன்னிலை கெட்டு, அது தொடர்பான நோய்கள் தோன்றுகின்றன. பாலை நிலத்தில் முத்தாதுக்களும் பாதிக்கப்பட்டு பல வகையான நோய்களும் தோன்றுவதாகக் கூறப்படுகிறது.

இனிப்பு, புளிப்பு, உவர்ப்புச் சுவைகள் ஐயத் தாதுவைப் பாதிக்கின்றன. காரம், துவர்ப்பு, கசப்புச் சுவைகள் ஐயத்தைச் சமநிலையில் வைத்திருக்கும்.

ஒரு மனிதனுக்கு அதிகபட்சமாக ஆயுட்காலத்தை நூறு ஆண்டுகள் என வைத்துக் கொண்டால்: முதல் 33 ஆண்டுகள் வளியும், அடுத்த 32 ஆண்டுகள் அழலும், கடைசி 35 ஆண்டுகள் ஐயமும் வளருவதாகச் சித்தர்களால் கணக்கிடப்பட்டுள்ளது.

ஒவ்வொரு நாளிலும் ஒரு குறிப்பிட்ட நேரம் வரை, ஒரு குறிப்பிட்ட தாது சிறப்புற்றுத் தோன்றும் எனக் கூறப்பட்டுள்ளது. காலை சூரிய உதயம் முதல் பத்து நாழிகை வளியும், அடுத்த பத்து நாழிகை அழலும், மாலை பத்து நாழிகை ஐயமும் சிறப்புறும். அதே போல் சூரியன் மறைவுக்குப் பின் பத்து நாழிகை வளியும், நடு இரவில் பத்து நாழிகை அழலும், பின் இரவு பத்து நாழிகை ஐயமும் மிகுந்து தோன்றும் காலங்களாகக் கண்டறியப்பட்டுள்ளன.

மிகுந்த ஐயத்தைத் தன்னிலை படுத்தும் முறை

பின்பனிக் காலத்திலும் வசந்த காலம் என்னும் இளவேனில் காலத்திலும் ஐயம் தன்னிலையில் மிகும். இக் காலத்தில் நெய்ப்புப் பசை உள்ளதும் உடலை வளர்க்கக் கூடியதுமான உணவை உட்கொள்வது உகந்தது. மலம், சிறுநீர் கழிக்கும் காலத்தில் இளவெந்நீரைக் கையாள்வதும், துயிலும்போது குளிரைத்

தாங்கக் கூடியக் கம்பளம், பட்டு, துப்பட்டா இவற்றுள் ஏதாவதொன்றைப் போர்த்துக் கொள்ளுதலும் மிகவும் நலமாகும். மாலை வெயிலில் இருத்தலும், வியர்வை கசியும்படி ஏதேனுமொரு காரியத்தைச் செய்தலும் நன்மையைத் தரும். எப்போதும் செருப்பு இன்றி இருத்தலாகாது. சுருங்கக் கூறின் எவ்வகையிலேனும் உடலில் சூடு நிலைத்திருக்கும்படிச் செய்து கொள்ளலே மிக்க நலமாகும். மிகுதியான ஐயத்தை இயற்கையான முறையில் குறைத்திட, மூக்கில் உறிஞ்சும் நசியப் பொருட்களையும் கண்ணிலிடும் அஞ்சனப் பொருட்களையும் பயன்படுத்தலாம்.

2

கப நோய்கள்

முன்னுரை

உயிர்த் தாதுக்கள் தம்மளவில் மிகினும் குறையினும் நோய் செய்யும் என்பது சித்த மருத்துவத்தின் அடிப்படைத் தத்துவம். எனவே உடலில் ஐயம் அல்லது சிலேத்துமம் என்றழைக்கப்படும் கபத் தாது தன்னிலையில் இருந்து கெடும் பொழுது மூக்கில் நீர்ப் பாய்தல், தொண்டையில் கோழை கட்டல், குரல் கம்மல், இருமல், வயிறு கடுகடுத்து இரைதல், வெண்மையாகவும் சீதம் கலந்தும் பேதியாதல் என்னும் இயல்புகளுடன் பல வகையான நோய்களும் தோன்றும்.

நோய் வரும் வழி

- குளிர் காற்றில் நீண்ட நேரம் இருத்தல்
- குளிர்ச்சி மிகுந்த நீரையும் பிற பொருட்களையும் மிகுதியாக உண்ணல்
- இனிப்பையும் புளிப்பையும் அதிக அளவில் சேர்த்தல்
- கிழங்கு வகைகளை அளவுக்கு அதிகமாகப் புசித்தல்
- பழைய சோற்றை உண்ணல்
- பனிக் காலம்

ஆகிய சூழ்நிலைகளில் ஐயம் தன்னிலையில் கெட்டு நோய்களை உண்டுபண்ணுகின்றது.

நோய் வகை

சித்த மருத்துவ மரபில் நோய்ப் பகுப்பு பற்றிய கோட்பாட்டில் யூகி முனிவரது அணுகுமுறையே பெரிதும் பயில்வில் இருந்து வருகின்றது. அவருடைய

பகுப்பின்படி ஐயம் (கபம்) தன்னிலை கெடுவதால் தோன்றும் நோய்களாக 21 பிணிகள் கூறப்பட்டுள்ளன. அவை:

1. இருமல் ஐயம்
2. காச ஐயம்
3. சுவாச ஐயம்
4. தீபன ஐயம்
5. மந்த ஐயம்
6. வளி ஐயம்
7. அழல் ஐயம்
8. இருதாது கலப்பு ஐயம்
9. முத்தாது (சன்னி) ஐயம்
10. சுர ஐயம்
11. பெருங்கழிச்சல் ஐயம்
12. நீர் ஐயம்
13. நெருப்பு ஐயம்
14. பூத ஐயம்
15. முயலக ஐயம்
16. வெறி ஐயம்
17. விகார ஐயம்
18. சுரோணித ஐயம்
19. விரண ஐயம்
20. துர்க்கந்த ஐயம்
21. நித்திய ஐயம்

என்பனவாகும். இனி இவற்றின் குறிகுணங்களைக் காணலாம்:

1. இருமல் ஐயம்

இந் நோயில் உடலில் குளிர் உண்டாகி, முகத்தில் நீரேற்றம் கொண்டு, ஊதித் தளதளவென்று காணும். மார்பில் சளிகட்டி, இளகலாயும் இனிப்பாயும்

வெளிப்படும். உடம்பு முழுமையும் வெளுக்கும். அடிக்கடி சீதத்தோடு வெளுத்துக் கழிச்சல் உண்டாகும். சிறுநீரானது மஞ்சளித்துச் சிறுகச் சிறுக இறங்கும். உட் சுரம் காய்ந்து, உடல் மிக்க வெப்பம் பெறுதலாகிய குறிகுணங்கள் தோன்றும்.

2. கார ஐயம்

உடலில் மிகவும் குளிர்ச்சி உண்டாகும். உடல் கனத்துப் பாரமாகும். நாடிகள் தளர்ந்து வன்மையற்றுக் காணும். வாய் வறண்டு மிக்க சூடு உண்டாகும். அடிமூக்குத் தண்டு வீங்கும். ஓயாத இருமலொடு, தினவும் காணும்.

3. சுவாச ஐயம்

இந்நோயில் நெஞ்சில் கோழை கட்டி, இருமல் உண்டாகும். மூக்கடைத்துக் குறட்டை விடுவது போன்று மேல்மூச்சு வாங்கும். குளிருடன் சுரம் உண்டாகும். மயக்கம் உண்டாகும். மார்பும், நெஞ்சும் அடைக்கும். வாய் வறண்டு போகும். மூக்கில் நீர்ப் பாய்தல், நீர்வேட்கை மிகுதல் ஆகிய குணங்கள் காணும்.

4. தீபன ஐயம்

இந்நோயில் மிகுதியாகப் பசி உண்டாகும். உடல் முழுமையும் எரிச்சல் காணும். நெஞ்சடைத்துத் தாங்க முடியாத வலி உண்டாகித் துன்பம் செய்யும். உடல் முழுமையும் வலி உண்டாகி அழல் உண்டாகும். கையும், காலும் குளிர்ச்சி அடையும். உடல் கனத்துப் பருத்துக் காணும். உள் நாக்கில் பிசுபிசுப்புக் காணுதல் என்னும் குறிகுணங்களையும் உண்டாக்கும்.

5. மந்த ஐயம்

இந்நோயில் வயிற்றுள் மந்தம் உண்டாகும். சிறுநீரும் மலமும் கட்டுப்படும். ஐயம் மிகும். உடம்பு முழுமையும் வியர்வை உண்டாகும். வாய் குமட்டி ஓக்காளித்தல், பெருமூச்சு வாங்குதல், அடிவயிறு கனத்துக் கல் போலாதல், நெஞ்சு வறண்டு மிக்க இருமல் உண்டாதல், வாய் கைப்பு, துவர்ப்புச் சுவைகளைப் பெறுதல் ஆகிய குறிகளைக் காட்டும்.

6. வளி ஐயம்

இந்நோயில் வயிறு பொருமிக் கொண்டு, அடி வயிறு வலித்து நீர் இறங்கும். நீர்த்துளையில் கடுப்பு உண்டாகும். உடல் வீங்கிக் காணும். அதனை

அழுத்தினால் குழி விழும். உதடும் பற்களும் கறுக்கும். உடல் முழுமையும் வலிக்கும். மேக நோயாளரைப் போன்று சிறுநீரில் வெள்ளை கலந்து இறங்கும். பல் வலி உண்டாகும்.

7. அழல் ஐயம்

இந்நோய் கண்களை மயக்கி, தலையைக் கிறுகிறுக்கச் செய்யும். பத்தியத்தின் கடுமை மிகுந்து, அதனால் உடற்கு அசதி உண்டாகும். உணவு கொள்ளாமை, வாய்நீர் மிகுதியும் ஊறல், தொண்டையில் கோழை கட்டல், இருமலோடு பெருமூச்சு வாங்குதல், உடல் மஞ்சளித்தல் ஆகிய குறிகளைக் காட்டும்.

8. இரு தாது கலப்பு ஐயம்

இந்நோயில் ஐயத்தாதுவுடன் வளி அல்லது அழல் தாது சேர்ந்து பாதிப்படைந்து நோயை உண்டு பண்ணும். உடம்பு முழுமையும் வெப்பமாகி, விக்கல், இருமல், பெருமூச்சு, மிகுந்த சுரம் முதலியன உண்டாகும். மேலும் உடல் வன்மையற்றுப் போதல், உடல் எங்கும் எரிதல், உணவு செல்லாமை, இருமல் உண்டாகிக் கோழை வெளியாதல், உடல் குளிர்ந்து மயிர்க்கூச்செறிதல் என்னும் குறிகளையும் காட்டும். இது எளிதில் தீராதாம்.

9. முத்தாது (சன்னி) ஐயம்

ஐயத் தாதுவுடன் மற்ற இரு உயிர்த் தாதுக்களும் சேர்ந்து பாதிப்படைந்து இந்நோயைத் தோற்றுவிக்கும்.

இந்நோயில் நா மிகவும் வறண்டு கறுத்துக் காணும். உடல் குளிர்ந்து சுரமும் எரிச்சலும் உண்டாகும். உடம்பெங்கும் கடுமையான இசிவு காணும். உடல் வன்மையற்று ஞாபகமறதி ஏற்படும். தாடை, கன்னம், காது, புருவம், மூக்கு, உச்சி ஆகியவைகள் துடித்துப் படபடக்கும்.

10. சுர ஐயம்

பல முறை விட்டு விட்டு சுரம் காயும். உடலெங்கும் கனத்து வலிக்கும். அடிக்கடி சுரம் உண்டாகும். சுரம் விடும் போதெல்லாம் உடல் வியர்க்கும். உணவு உண்ட உடனே வாந்தி எழச்செய்யும். வயிறு நொந்து உப்பும். மேல்மூச்சும் இருமலும் உண்டாதல், நா கறுத்து வறண்டு நீர் வேட்கை மிகுதல் ஆகிய குறிகளை இந்நோய் உண்டாக்கும்.

11. பெருங்கழிச்சல் ஐயம்

இந்நோய் உற்றோர்க்கு வயிற்றுள் குத்தல் உண்டாதல், சூலை நோயைப் போன்று வயிறு சுழன்று வீங்குதல், விலாப் பக்கங்களில் இரைச்சல் உண்டாதல், சிவந்த நிறத்தோடு மிகுதியும் கழிதல், அதனால் உடல் சோர்வு அடைதல், மார்பும் நெஞ்சும் நோதல், வாய் வறண்டு இருமலோடு மூச்சு வாங்குதல், மிகுந்த நீர் வேட்கையோடு உடல் எரிதல் ஆகிய இவ்வகையான கொடிய துன்பங்கள் உண்டாகும்.

12. நீர் ஐயம்

இந்நோயில் நீர் வேட்கை மிகுந்து, நீரை அடிக்கடி பருகச் செய்யும். நீரைக் குடிக்கும்போதெல்லாம் தொண்டையில் தடைபட்டு உள்ளிறங்கும். அடிக்கடி சிறுநீர் வெளியாகும். இவைகளோடு குரல் கம்மல், இருமிக் கோழை கக்கல், பற்கள் குடைதல் ஆகிய குணங்களும் ஏற்படும்.

13. நெருப்பு ஐயம்

இந்நோயில் மிகுந்தெழுந்த ஐயத்தோடு வெப்பம் கூடி, அதனால் இருமலுடன் கோழையும் மிகும். உடல் நெருப்புப் போன்று மிகுதியாகக் காயும். கால், கைகள், மூக்கு ஆகியவைகளில் எரிச்சல் உண்டாகும். நீர்வேட்கை மிகும். சில போது கையும் காலும் சில்லிடும். வயிறு நிறைய உண்ணினும் உடனே பசி எடுப்பது போல் தோன்றும்.

14. பூத ஐயம்

வெறி கொண்டவரைப் போல் கண்களை உருட்டி விழித்துப் பார்த்தல், ஊமையைப் போன்று பேசாதிருத்தல், திடீரென்று உரத்துப் பேசுதல், குறட்டையோடு மூச்சு வாங்குதல், இருமலோடு கொடி கொடியாகச் சளி வெளியாதல், உடலெங்கும் மிகுதியாக வியர்த்தல், பல்லை மிகக் கடித்தல், இனிமையாக மகிழ்வுடன் பேசிக் கொண்டிருக்கும்போதே சண்டையிடத் தொடங்குதல் முதலியன இந்நோயின் குறிகளாம்.

15. முயலக ஐயம்

இந்நோயில் உடம்பெங்கும் வலிப்பு உண்டாகி, உணர்ச்சியற்றுத் தளரும். கண் சிவந்து காணும். கண்ணில் அதிக நீர் வடியும். உடல் கன்றிக் கறுத்துக்

காணும். தன்னை அறியாமலே சிறுநீரும் மலமும் வெளியாகும். இருமலோடு பெருமூச்சு வாங்கும்.

16. வெறி ஐயம்

இந்நோயில் வெறி நோயில் காணும் குறிகளாகியக் கண்களை விழித்துப் பார்த்தலும், மீசையை முறுக்குதலும், எழுந்து பிறர்மேல் பாய்தலும், பல்லைக் காட்டிப் பலமுறையும் பாடுதலுமான இயற்கைக்கு மாறான செயல்களைத் தோற்றுவிக்கும். அன்றியும் கண் சிவத்தல், உடல் கறுத்தல், உறுமுதல், உதடு காய்ந்து போதல் ஆகிய குறிகளும் காணும்.

17. விகார ஐயம்

உடலின் எல்லாப் பாகங்களிலும் ஏதோ ஓடுவது போன்று தோன்றல், மனம் போனபடி பலவகைப் பட்ட பாடல்களை மிடுக்குடன் பாடல், பெண்களின் மேல் கொண்ட இச்சையால் வேறொன்றிலும் மனம் செல்லாதிருத்தல், மனம் வருந்திப் பலவாறாகப் பேசல், உணவின் மேல் நினைவு செல்லாமை, மயக்கம், முகம் வேறுபாடாதல் ஆகிய குறிகளை இந்நோய் காட்டும்.

18. சுரோணித ஐயம்

இதில் முழங்கால் குடைதல், முதுகும் விலாப் பக்கமும் உளைந்து நோதல், முழங்கால் முழங்கைகளின் பூட்டுகள் வீங்கிக் குடைச்சல் உண்டாதல், இருமிக் கோழை கக்கல், பெருமூச்சுண்டாதல், தொண்டையில் சளி கட்டல், நா வறண்டு நீர்வேட்கை மிகுதல், நா இனித்தல் என்னும் குறிகள் தோன்றும்.

19. விரண ஐயம்

தொண்டையில் புண்ணாகிச் சளியும் சீழும் கலந்து வெளிப்படும். புறங்கழுத்து, கன்னம் ஆகியவைகள் வீங்கிச் சுரம் உண்டாகும். அத்துடன் குளிர் எடுத்தல், உடம்பு எரிதல், கொக்கென்ற இருமல் கூவல் உண்டாதல், தொண்டையும் நாவும் புண்ணாதல் ஆகிய துன்பங்கள் இந்நோயில் உண்டாகும்.

20. துர்க்கந்த ஐயம்

நாற்ற ஐய நோயில் ஐய மிகுதியால் புண் உண்டாகி, அப்புண்களில் சீழும் குருதியும் தோன்றி, இருமலும் பெருகி, மீன் கழுவிய நீர் போன்று ஒழுகி நாற்றம்

உண்டாகும். அன்றியும் சோற்றை விழுங்க முடியாமல் போகும். அடிவயிறும் கால், கைகளும் வீங்கும். நீர்வேட்கை, உடல் வற்றிப் போதல், வியர்த்தல் என்னும் குறிகளைக் காட்டும். இந்நோய் மருந்துக்கு அடங்காத ஒரு தீரா நோயாம்.

21. நித்திய ஐயம்

இந்நோய் தும்மலையும் இருமலையும் உண்டாக்கி உடலைக் கறுக வற்றச் செய்து, உடல் முழுதும் எரிச்சலை உண்டாக்கும். குருதியைக் கெடுத்து, உடலை வெளுக்கச் செய்யும். அத்துடன் வாந்தி செய்தல், தலை கிறுகிறுத்துக் கீழே விழுதல், குரல் கம்மல், பேச முடியாமை ஆகிய குறிகள் உண்டாகும். இந்நோய் படுக்கையில் நீண்ட நாட்களாகக் கிடந்தோர்க்கும் வயது முதிர்ந்தோர்க்கும் வரும் நோயாதலால் தீராதாம்.

கப நோய்களுக்கான மருந்துகள் இந்நூலின் "கப நோய்களின் பொது மருத்துவம்" என்னும் அத்தியாத்தில் விரிவாகக் கூறப்பட்டுள்ளன.

3

இளைப்பு நோய்

முன்னுரை

ஐயத் தாது குற்றமுறுதலால் வரும் பெரிய நோய்களுள் இளைப்பு நோயும் ஒன்று. இதற்கு ஈளைக் கபநோய், அரச நோய், சயம் (க்ஷயம்), ராஜயக்ஷ்மா, யக்ஷ்மா குசாகைக்ஷ என்ற பெயர்களும் உண்டு. பற்றியவரின் உடலை இளைக்கச் செய்யும் காரணத்தால் இதற்கு 'இளைப்பு நோய்' என்ற பெயர் சூட்டப்பட்டுள்ளது.

நோய் வரும் வழி

- அடிக்கடி பட்டினி இருத்தல்
- இரவில் விழித்திருத்தல்
- வன்மைக்கு மிகுந்த உழைப்பை மேற்கொள்ளல்
- மற்றைய நோய்களில் பன்னாட்கள் துன்பப்படல்
- வறுமையின் கொடுமை
- சிறை வாசத்தால் ஏற்படும் மன அழுத்தம்
- உடலுக்கு ஊட்டம் இல்லாத உணவையே புசித்தல்
- காற்றோட்டம் இல்லாத வீட்டில் வசித்தல்
- கஞ்சாப் பழக்கம்
- உப்பு, காரம் வகைகளை அதிகம் புசித்தல்
- மிகுந்த மயக்கம்
- மருந்தீடு
- சுனை நீரைப் பருகுதல்
- சுவை இல்லாத பதார்த்தங்களை உண்ணல்
- சுக்கான் தண்ணீர் அருந்துதல்

- மிகுந்த வெயிலில் திரிதல்
- மிகுந்த அக்கினியின் அருகில் இருத்தல்
- மிகுந்த வருத்தம்
- கற்பழித்தல்
- பொய் சொல்லல்
- களவாடல்
- சொந்த பந்தங்களை வஞ்சித்துப் பேசல்
- பிறரை இகழல்
- காதால் கேட்கக் கூடாத சொற்களைச் சொல்லல்

ஆகிய காரணங்களினால் இளைப்பு நோய் வரும் என்று சித்த மருத்துவ நூல்களில் தெரிவிக்கப் பட்டுள்ளது. பொதுவாக உடல் வன்மை குறைதல், உளச் சிக்கல் என்ற இரண்டுமே இந்நோய் வருவதற்கான அடிப்படைக் காரணங்களாக அமைகின்றன. இது மதுமேகம் முதலிய பிற நோய்களுக்குத் துணை நோயாகவும் வரும் எனத் தெரிகிறது.

குறிகுணம்

- மாலையில் சுரம் காய்தல்
- குரல் கம்மல்
- மூக்கில் நீர்ப் பாய்தல்
- கண் பஞ்சடைதல்
- இருமல்
- கோழை கட்டல்
- பக்கசூலை
- காது கேளாமை
- வாந்தி
- மிகு கழிச்சல்
- இரவில் மிகுதியாக வியர்த்தல்
- உண்ணும் பொருள் எவற்றிலும் விருப்பம் இன்மை
- ஏக்கம்
- பசியின்மை
- மந்தமாகவே இருத்தல்

- ❖ உணவில் மண், கல், தூசி, எறும்பு முதலியன கலந்துள்ளது போன்ற ஓர் பிரமை
- ❖ பல நாள் நோய்க்குப் பின் ஏற்படக்கூடிய உடல் வெளுத்தல், கால் வீக்கம், உடல் துரும்பு போல் இளைத்தல் ஆகியவற்றில் தாக்கப்பட்டிருப்பது போல நினைத்து நடுங்கல்
- ❖ தன்னுடலைத் தானே மீண்டும் மீண்டும் பார்த்து வருந்தல்
- ❖ ஊர்கள் தீப்பற்றி எரிவது போலும், குளம், குட்டை, ஆறு ஆகியவைகள் வற்றிக் கிடப்பது போலும், கொடிய பறவைகளும் பாம்பு முதலியனவும் தன்னைத் துன்புறுத்துவது போலும், சிகரங்கள், மலைகள், காடுகள் முதலியன அழிந்து வீழ்வது போலவும் பிரமை ஏற்படல்
- ❖ நகம், மயிர் முதலியவைகள் மிகவும் வளர்தல்

என்னும் குறிகளைக் காட்டி உடற்கட்டு ஏழும் (சாரம், செந்நீர், ஊன், கொழுப்பு, எலும்பு, மூளை, விந்து) வன்மையில் குறைந்து கொண்டே வரும்.

நோய் வகை

இளைப்பு நோயானது உடல் வன்மையைக் குறையச் செய்து உடற்கட்டுகளைக் கேடு அடையச் செய்யும் இயல்பைக் கொண்டது. ஆகவே உயிர்த்தாதுக் குற்றங்களே அல்லாமல் அபானன், உதானன் முதலிய வாயுக்கள் கேடு அடைவதன் விளைவாகவும் இந்நோயின் வகைகள் பிரித்தறியப்படுகின்றன. கேடு அடைந்த தாதுக்கள் மற்றும் வாயுக்களின் குற்றத்தின் அளவாகவும் அவை பற்றும் இடங்களுக்குத் (உறுப்புகள்) தக்கவாறும் நோயின் குறிகுணங்களில் வேறுபாடுகள் காணப்படும். இந்த வேறுபாடுகளின் அடிப்படையில் யூகி முனிவர் இளைப்பு நோயைப் பனிரண்டு வகைப்பட்டதாக வகுத்துள்ளார். சித்த மருத்துவ மரபில் யூகி முனிவரது வகைப்பாட்டு முறையே பெருமளவில் பின்பற்றப் படுகின்றது. அவை பின்வருமாறு:

1. பிரம்ம இளைப்பு
2. இராச இளைப்பு
3. வைசிய இளைப்பு
4. சூத்திர இளைப்பு
5. வளி இளைப்பு (வாத சயம்)
6. அழல் இளைப்பு (பித்த சயம்)
7. ஐய இளைப்பு (கப சயம்)

8. வளி அழல் இளைப்பு (வாதப் பித்த சயம்)
9. வளி ஐய இளைப்பு (வாதக் கப சயம்)
10. அழல் ஐய இளைப்பு (பித்தக் கப சயம்)
11. விகார இளைப்பு
12. தொந்த இளைப்பு

என்பனவாகும். இவற்றின் குறிகுணங்களைத் தனித்தனியே காணலாம்:

1. பிரம்ம இளைப்பு

- உடல் இளைத்தல்
- இருமல்
- புண்ணிலிருந்து வடிகின்ற நீர் சளியுடன் காணல்
- கோழையோடு இரத்தம் காணல்
- உடல் காங்கை குறைதல்
- கண்ணிலிருந்து உதிரம் கொட்டல்
- காய்ச்சல்
- எந்நேரமும் மனக் கலக்கம்
- சுவையின்மை
- வாந்தி

முதலிய குறிகுணங்கள் தோன்றும்.

2. இராச இளைப்பு

- தலை நோதல்
- மார்பில் நோவு
- மஞ்சள் நிறத்தில் கோழை வெளியாகுதல்
- மூச்சுக் குழலில் வலி உண்டாகுதல்
- குரல் மாறிக் காணல்
- தேகம் மிக வலித்தல்
- உடலெங்கும் அனலாய்க் காணல்
- இருமலைத் தொடர்ந்து வாந்தியாதல்

முதலியன தோன்றும்.

3. வைசிய இளைப்பு

- ❖ கை, கால்களில் சோர்வு
- ❖ வெயிலைத் தாங்க முடியாமை
- ❖ வியர்வை மிகுந்து சுரம் காணல்
- ❖ இருமலைத் தொடர்ந்து கோழை வெளிப்படல்
- ❖ வெளுப்பு நோய்
- ❖ மலச்சிக்கல்
- ❖ பசியின்மை
- ❖ வேதனை
- ❖ கொட்டாவி
- ❖ உடல் நடுக்கம்

போன்றவை காணப்படும்.

4. சூத்திர இளைப்பு

- ❖ கண்ணில் அழற்சி
- ❖ கண்ணில் நீர்ப் பாய்தல்
- ❖ இருமல்
- ❖ சுவாசக் குழல் புண்ணாகுதல்
- ❖ அதிகாலை நேரங்களில் குளிர் எடுத்தல்
- ❖ மயிர்க்கூச்செறிதல்
- ❖ மயக்கம்
- ❖ வலி உண்டாதல்
- ❖ உடல் வேர்த்தல்
- ❖ வாந்தியுடன் கோழை வெளிப்படல்
- ❖ கோழை கண்டத்தில் அடைத்தல்
- ❖ குத்தல், எரிச்சல்
- ❖ கொட்டாவி
- ❖ மலச்சிக்கல்

முதலிய குறிகுணங்கள் காணப்படும்.

5. வளி இளைப்பு

- ❖ உடல் இளைத்தல்
- ❖ தலைவலி
- ❖ விக்கல்
- ❖ விலாவில் நோதல்
- ❖ நடுமுதுகில் நோதல்
- ❖ வாந்தியாதல்
- ❖ சுரம் தோன்றல்
- ❖ தாகம் எடுத்தல்
- ❖ தோள்பட்டை, கை, கால், கழுத்து நோதல்
- ❖ அதிசாரம் (மிகு கழிச்சல்)
- ❖ இருமல்
- ❖ உறக்கமின்மை
- ❖ நாவு கசத்தல்
- ❖ மார்பு குத்தல்

முதலிய குறிகுணங்கள் தோன்றும்.

6. அழல் இளைப்பு

- ❖ இரைப்பு
- ❖ விலாப் பக்கமும், கழுத்துப் பக்கமும் சுருங்குதல்
- ❖ இருமலைத் தொடர்ந்து கோழை உண்டாதல்
- ❖ இரத்த வாந்தி
- ❖ குரல் கம்மல்
- ❖ மூர்ச்சை
- ❖ உணவு செரியாமை
- ❖ வெளுப்பு நோய்
- ❖ மஞ்சள் நோய்
- ❖ மூத்திரம் மஞ்சள் நிறத்தில் வெளியாதல்
- ❖ சுரம்
- ❖ குளிர்

- வியர்வை
- மிகு சீதளம்
- தசையில் வலி
- வேதனை

முதலிய குறிகுணங்கள் தோன்றும்.

7. ஐய இளைப்பு

- இருமலைத் தொடர்ந்து வாந்தியாதல்
- வாந்தியில் கோழை காணல்
- ஏப்பம்
- சுவையின்மை
- அதிசாரம் (மிகு கழிச்சல்)
- குரல் கம்மல்
- உடல் வெளுத்தல்
- அசதி
- மூக்கு நீர்ப் பாய்தல்
- வயிறு கல்லைப் போலிருத்தல், பொருமல்
- எரிச்சல்
- செரியாமை
- வேதனை

என்பன இதன் குறிகுணங்களாம்.

8. வளி அழல் இளைப்பு

- தேகமெங்கும் கடுத்தல்
- குத்தல்
- சுரம்
- தாகம்
- கோழை கக்கல்
- சுவையின்மை
- இருமல்
- அதிக வாயு

- ❖ உடம்பெரிச்சல்
- ❖ மயக்கம்
- ❖ வாய் நீர் ஊறல்
- ❖ நீரருக்கல்
- ❖ உடல் மிக கறுத்தல்
- ❖ மிகு குளிர்ச்சி
- ❖ இரைப்பு
- ❖ தும்மல்
- ❖ வயிறு குத்தல்
- ❖ கண்ணில் நீர் வடிதல்
- ❖ புளித்தல்
- ❖ நெஞ்சு உலர்தல்

முதலியன காணப்படும்.

9. வளி ஐய இளைப்பு

- ❖ குரல் கம்மல்
- ❖ தொண்டை கம்மல்
- ❖ சுரம்
- ❖ இருமல்
- ❖ உடம்பெங்கும் கடுப்பு
- ❖ கோழை கக்கல்
- ❖ பலவீனம்
- ❖ அக்கினி மந்தம்
- ❖ அரோசகம்
- ❖ உடல் வெளுத்தல்
- ❖ கால், கை வற்றல்
- ❖ நாடி படபடத்தல்
- ❖ மிகு வெப்பு
- ❖ தண்டின் அடியில் தினவு

என்னும் குறிகுணங்கள் தோன்றும்.

10. அழல் ஐய இளைப்பு

- அதி நித்திரை
- அதி சோம்பல்
- சுரம்
- வாந்தி
- வாந்தியில் கோழை
- பேதியாதல்
- இருமலோடு கோழையில் இரத்தம் வெளியாதல்
- கோழை வெகு நாற்றத்துடன் காணல்
- தலைசுற்றல்
- பிரமை
- தாகம்
- மூக்கடைப்பு
- குளிர்
- நெஞ்சில் கபம்
- மூக்கு வறளல்

முதலிய குறிகுணங்கள் காணப்படும்.

11. விகார இளைப்பு

- காதில் ஒலி
- கண்ணிரண்டும் வெளுத்தல்
- உடல் வன்மை இழத்தல்
- உடல் இளைத்தல்
- விரணம் (புண்) தோன்றல்
- பிரமேகம்
- மூர்ச்சை உண்டாதல்
- விலாப் பக்கம் வலி உண்டாதல்
- வாந்தியில் மிக இரத்தம் காணல்
- மூச்சோடு சேர்ந்து வாய் நாற்றம் காணல்
- தீபனம் (பசி)

- எரிச்சல்
- நோவு
- கை, கால் குளிரல்
- மிகு குளிர்ச்சி
- உள் நாக்கில் பசபசப்பு, தினவு

முதலியன காணப்படும்.

12. தொந்த இளைப்பு

- குரல் மாறுதல்
- சுரம்
- இருமலைத் தொடர்ந்து கோழையில் இரத்தம் காணல்
- வாய் நாற்றம்
- நடுக்கல்
- பேதி
- மயக்கம்
- நடு நாக்கு கறுப்பாதல்
- உடம்பெங்கும் கற்றாழை நாற்றம்
- அதிகப் பேச்சு
- மலம், சிறுநீர் கட்டுப்படல்
- கக்கல்
- மேல் மூச்சு
- காறல்
- இருமல்
- வாய் கசத்தல்

என்பன இதில் தோன்றும் குறிகுணங்களாகும்.

சாத்தியம்

கழலை, விக்கல், மூச்சிரைப்பு, சுரம், எரிச்சல், தாகம், சஞ்சலம், வலி, மிகு குளிர், மயிர் சிலிர்ப்பு முதலிய குறிகுணங்கள் காணப்பட்டால் அது எளிதில் குணமாகக் கூடிய நோயாகும்.

அசாத்தியம்

வளி இளைப்பு, வளி ஐய இளைப்பு, அழல் ஐய இளைப்பு, வளி அழல் இளைப்பு முதலிய வகைகள் எளிதில் குணமாகாதவைகளாகக் கருதப்படுகின்றன.

மேற்கூறிய முறையானது இளைப்பு நோய் பற்றிய பொதுப்படையான பகுப்பு முறையாகும். இதனோடு கேடு அடைந்த தாதுக்களும் வாயுக்களும் பற்றும் இடங்களை (உறுப்புகளை) வைத்து, இளைப்பு நோயை அடையாளம் காணும் முறையும் சித்த மருத்துவ நூல்களில் கூறப்பட்டுள்ளது. அதனைக் காணலாம்:

மூக்கில் தோன்றும் இளைப்பு நோய்

அடிக்கடி மூக்கு அடைத்துத் தும்மல், இருமல் எனும் குணங்களைக் காட்டி, மூக்கு நீர்ப் பாயும். மூக்கில் உண்டான இக்கேடு எளிதில் தீராமல் நெடுநாட்கள் வரை மூக்கில் நீர்ப் பாய்ந்து கொண்டே வந்து, பின் மூக்கு நீர்க் கடினப்பட்டுச் சளி போல் விழும். அச்சளி சில வேளை கடினப்பட்டுச் சக்கைத்துண்டு போல விழும். மூக்குத் தண்டின் இரு பக்கத்திலேனும் அல்லது ஒரு பக்கத்திலேனும் புண்பட்டு உலராமல் சற்று வீங்கித் தடித்து, மற்றைய புண் போல் சிவந்திராமல் வெளுத்திருக்கும். புண்ணைச் சுற்றிக் குழகுழப்பான சீழ் அமைந்திருக்கும். அன்றியும் இளைப்பு நோயில் காணும் பொது குறி குணங்கள் பலவும் ஒன்றன்பின் ஒன்றாக இதில் தொடரும். இந்நோய் மிகுதியும் காணப்படுவதில்லை.

தொண்டையில் தோன்றும் இளைப்பு நோய்

குரல்வளையில் ஐயம் மிகுவதால் குரல் கம்மி, குரல் ஒலியைக் குறைத்து எளிதில் தீராமல் நாளுக்கு நாள் உடலை மெலியச் செய்து, இளைப்பு நோய்க்குரிய மற்ற குறிகுணங்களும் தொடரும். அன்றியும் குரல்வளையின் இரு பக்கத்திலும் கழலையைப் போன்ற வீக்கத்தை உண்டாக்கி, வெளுத்து நிரம்பியது போலக் காணும். அக்கழலையில் புண்பட்டுப் பள்ளம், மேடாகத் தோன்றும். புண்கள் போல் சிவந்திராமல் வெளுத்துக் காணும். குரல் கம்மல் நாட்பட்டு நிலைத்திருந்து எம் மருந்திலும் தீராமை என்னும் குறிகளையும் பெறும்.

கழுத்தில் தோன்றும் இளைப்பு நோய்

கழுத்தைச் சுற்றிலும் கண்டமாலை வருவது போல் சிறு கழலைகள் கண்டு, வீங்கி நொந்து, நாளுக்கு நாள் பெருத்துக் கொண்டே வரும். இக்கழலைகள்

முதலில் நோவுடன் பிறந்து பின் ஒன்றோடொன்று இணைந்து, மாலை தொடுத்தாற் போல அணி அணியாகத் தோன்றும். இந்நோய் பெரும்பான்மையும் சிறு வயதில் வருவதொன்றாகும்.

கழுத்தில் பிறந்த இக்கழலைகள் நாளுக்கு நாள் அளவில் பெருத்துத் திரண்டு கடினப்பட்டு உருண்டை உருண்டையாகக் காணும். சில வேளை அவைகள் பருத்து, பழுத்து, உடையும். உடைந்த பின்பு பிசுபிசுத்த சீழ் எளிதில் உலராது கொடுமைகள் பல செய்யும். எலும்பும் தோலுமாக ஆக்கும். சுரம், இருமல், பேதி முதலியன தொடர்ந்து, இறுதியில் கொல்லும்.

மார்பில் தோன்றும் இளைப்பு நோய்

இந்நோய் நுரையீரலைப் பற்றி மெல்ல மெல்லப் பரவும். நோயினர் அறியாவண்ணம் உடலை மெலிவடையச் செய்யும். உணவில் வெறுப்பை உண்டாக்கும். மூக்கு நீர்ப் பாய்தல், சிறு அளவில் இருமுதல், அதில் கொஞ்சம் சளியும், சில வேளை குருதியும் கலந்து வெளியாதல், குரல் கம்மல், ஐயக் (கப) காலமாகிய மாலைப் பொழுதில் சுரம் வருதல், மூச்சும் தடைப்படல் என்னும் குறிகளைக் காட்டி, பக்கசூலை, மிகுசுரம் என்னும் பல நோய்களையும் துணைகொள்ளும். சில வேளைகளில் தீவிரமான சுரம் காய்ந்து இருமல், இளைப்பு என்னும் குணங்களோடு, சுரம் காய்வதும் இறங்குவதுமாக நெடுநாள் வரை இருந்து, இடைவிடாத இருமலை உண்டாக்கி, மிகுந்த அளவில் கோழையைக் கக்கச் செய்யும். இவ்வாறு தீவிரமாகக் காயும் சுரம், பகல் எல்லாம் காய்ந்து இரவில் விட்டு மிகவும் வியர்க்கும். காலை வேளையில் சுரம் இராது. சிலருக்கு மேற்கூறிய குறிகுணங்கள் ஒன்றையுமே காட்டாமல் உடல் மட்டும் மெலிவடைந்து, நாளுக்கு நாள் வன்மை குறைந்து, சிறிதளவில் இருமலைக் காட்டிப் பின் தீவிரப்படுத்துவதும் உண்டு.

மற்றும் சிலருக்கு ஐயச்சுரம் ஏற்பட்டுத் தணிந்து பின், சிறு சுரம் தொடர்ந்து உடலை மெலியச் செய்து, இளைப்பு நோயை உண்டாக்கிப் பின் மற்றைய குறிகுணங்களையும் காட்டும்.

அக்குளில் தோன்றும் இளைப்பு நோய்

அக்குள்களில் தோன்றும் நோயானது பத்துப் பதினைந்து வயதுக்கு மேல் காணும். மேற்கூறிய குறிகுணங்கள் யாவும் கண்டு, சிறு கழலைகள் உண்டாகும்.

உந்திக்குக் கீழ் தோன்றும் இளைப்பு நோய்

உந்திக்குக் கீழ் வரும் இளைப்பு நோய் குடலைப் பற்றியும், குடலைச் சார்ந்த உறுப்புகளைப் பற்றியும் உண்டாகும். இதில் மார்பைப் பற்றிய இளைப்பு நோயின் குறிகுணங்களோடு அடிக்கடி கழியச் செய்யும். உடல் மிகவும் இளைக்கும். அடிவயிறும் சிறிது பெருத்துக் காணும். இந்நோய் சிறு வயதினர்க்கு உண்டாயின் வயிறு பெருத்து, கைகால் சூம்பி, முகம் சுருங்கி, உடல் அடிக்கடி சுரத்தை வருவிக்கும். வயிற்றுத் தோலின் கீழ் சிறு கழலைகள் போலத் திரளும். நாளுக்கு நாள் வயிறு பெருத்துக் கொண்டே வருவதுடன் கழிச்சலையும் உண்டாக்கும். வயிறு நோதல், பெருவயிறு போல் வயிற்றுள் நீர் கோர்த்தல் என்னும் குறி குணங்களையும் காட்டும்.

மார்புக்குக் கீழ் தோன்றும் இளைப்பு நோய்

இது இடப்பாட்டீரல், நீர்க் குண்டிக் காய் ஆகியவைகளைப் பற்றி வரும் நோயாகும். இடப்பாட்டீரல் நாளுக்கு நாள் பெருத்துக் கொண்டே வரும் அவ்வாறே நீர்க்குண்டிக்காய் வீங்கி, அடிக்கடி நீரிழிதல், அதில் சிறிது சீழ் கலந்தேனும் குருதி கலந்தேனும் காணுதல், நீரிழியும் போதெல்லாம் நீர்ப்புழை எரிதல், நீரை அடக்க முடியாமல் இழிதல் முதலிய குறிகுணங்களைக் காட்டும். இவற்றோடு இளைப்பு நோயில் உடல் இளைத்தல் போலவே, இதிலும் உடல் இளைத்துக் கொண்ட வரும். இடுப்பின் பின் பக்கத்தில் தாங்க முடியாத வலியை உண்டாக்கும்.

தோலைப் பற்றி வரும் இளைப்பு நோய்

பெரும்பான்மையும் சிறு வயது அல்லது நடு வயதில் வரும் நோயாகும். இந்நோய் மூக்கு, தாடை, கால் விரல், கை, முதலியவைகளில் ஒரு படை போல் தோன்றி, சிறிதும் பெரிதுமான கழலைகளைப் போல வளர்ந்து புண்ணாகும். இவ்வாறாகப் புண்ணாவதும் பக்குக் கட்டிக் கொள்வதுமாகவே ஆறாமல் நிலைத்து விடுவதுண்டு.

பக்கசூலை நோயில் காணும் குறிகுணங்களாகிய மூச்சு விட முடியாமை, மூச்சு விடும்போதெல்லாம் விலா எலும்பு வலித்தல், குத்தல், சிறுசுரம் காய்தல், படுக்கையில் இருக்க முடியாமை, சிறு இருமல், இருமிக் கோழையைத் துப்ப முடியாமை முதலியவற்றைப் பிறப்பித்து, நாட்செல்லச் செல்ல மார்பின் சவ்வுகளினிடையே நீர் கோர்த்து, விலா எலும்புகள் தெரியாமற்படி வீங்கிக் காணும். அத்துடன் இந்நோய் இளைப்பு நோயில் காணும் குறிகள் யாவற்றை பெற்றிருக்கும்.

இது பக்கசூலை நோய்க்குத் துணையாகவும் வருவதுண்டு. இளைப்பு நோய் முதலில் வருங்கால் திடீரெனப் பக்கத்தில் தாங்க முடியாத வலியைத் தந்து அங்கு ஏதோ கிழிந்து விட்டது போல் தோன்றி, மூச்சுவிட முடியாமல் பரிதவிக்கச் செய்யும். அத்துடன் மனம் திடுக்கிடுதல், முகம் வெளுத்து நீலமாதல், கை கால் சில்லிட்டுப் பிசுபிசுத்த வியர்வை விடல், மார்பு துடித்தல், நாடி நடை மெலிதல், பேச முடியாமை போன்ற குறிகளையும் காட்டும்.

கீல்களில் வரும் இளைப்பு நோய்

இது பெரும்பான்மையும் சிறுவர்கட்கு முழங்கால், முழங்கைகளில் வரும். நரித்தலை வாதத்தைப் போல முட்டிகளில் ஒன்றேனும் பலவேனும் வீங்கி, நோயுற்றுச் சிறுகச் சிறுக வீங்கிக் கொண்டே வரும். வீங்கிய வீக்கத்திற்கு ஏற்ப அங்கு நீர்க் கோர்த்துக் கொள்ளும். இதனோடு சிறு சுரம், உடல் இளைத்துப் போதல் முதலிய நோய்க்கான மற்ற குறிகுணங்களையும் காட்டும்.

இவற்றுள் இடுப்பின் கீழே உள்ள இரு பட்டை எலும்பும், கால் மேல் எலும்பும் கூடும் கிண்ணிப் பந்து சந்தில் உண்டாகும் நோயில், பெரும்பான்மையும் மேற்காலின் எலும்பு முட்டி பாதிக்கப்படும். பின் அக்கீல் தாபிதப்பட்டு, அது வெகு சீக்கிரத்தில் பரவி எலும்பை அழுகச் செய்து, காலின் அளவைக் குறுகச் செய்யும். அதனால் நோயுற்ற கால், மற்ற காலை விடக் குறுகிக் காணுவதோடு, காலை நீட்டவும் மடக்கவும் முடியாத படிச் செய்து, நாளுக்கு நாள் உடலை இளைக்கச் செய்து, மற்ற இளைப்பு நோயின் குறிகுணங்களையும் காட்டும்.

எலும்பைப் பற்றி வரும் இளைப்பு நோய்

தலையில் இருந்து கீழ் வரையும் உள்ள முதுகுத்தண்டு எலும்புகளுள் எவ்வெலும்பையாவது பற்றி நோய் உண்டாகும். பற்றிய எலும்பிற்கேற்பக் குறிகுணங்களும் வேறுபட்டு அமையும்.

முதுகுத்தண்டின் கீழ் பாகத்தைப் பற்றி வரும் நோயில் முதுகுத் தண்டின் உறுப்புகள் எப்பக்கத்தேனும் சிதைந்து, சிதைந்த எலும்பின் எடை குறைவதால், முதுகுத் தண்டு வளைந்து காணும். இவ்விடத்தில் மிக்க வலி இல்லாமல் இருப்பினும் தலையில் தட்டல், அடித்தல் முதலியவைகளின் அதிர்ச்சியால் நோயுள்ள எலும்பில் தாங்கமுடியாத வலி ஏற்படும். அன்றியும் முதுகுத் தண்டு வளையும் போதும் வலிக்கும். மேலும் அரையின் பக்கமுள்ள தண்டெலும்புகளின் நோயில் கால் குறைதலும், அதற்கு மேல் உள்ள இடத்தில் உள்ள போது அடிவயிறு, பிட்டம் முதலிய இடங்களில் நோதலும், மார்பின் பின்புறம்

உள்ளபோது, மேல் வயிறு வலித்தலும் உண்டாகும். இன்னும் முதுகுத் தண்டைக் குனியவும் நிமிரவும் ஒட்டாமற்படி செய்யும். நோய் முதிர, முதுகு எலும்புகள் இணைந்து பின் பக்கமாக வளைந்து கூன் அடையும். அல்லது முன் பக்கமேனும் இட அல்லது வலப் பக்கமேனும் வளைந்து காணும். இது கழுத்தின் இடமாக இருப்பின் தலை நிமிர்ந்து, அதற்குத் துணையாகத் தோள் பட்டைகளை அணையச் செய்து, தலையைத் திரும்பிப் பார்க்க முடியாமல் உடலோடு அசையச் செய்யும்.

இந்நோயில் எலும்புகள் அழுகிச் சீழ் உண்டாகி, அச்சீழ் எலும்புகளைப் பற்றி மெல்லிய சவ்வுகளின் இடையே நுழைந்து, நோயுற்ற இடத்திற்குத் தகுந்தது போல வாயின் கீழ்ப்புறம், விலாப்புறம், மார்பின் பக்கம் அல்லது துடையின் இடுக்கு ஆகியவைகளில் பாய்ந்து, கட்டி போல் தோன்றி உடைந்து வடிவதுண்டு.

அழுகி நொந்த எலும்பினிடையே அகப்பட்டு நரம்புகள் சிதையுமாயின், அந் நரம்புகளின் இயக்கம் கெட்டு, அங்குள்ள உறுப்புகள் செயலற்றுப் போதல், குடைதல், குத்தல், மரத்துப் போதல், பக்கவாத நோயைப் போன்று கால் நடக்க முடியாமை, சிறுநீரைக் கழிக்க முடியாமை முதலிய குறிகுணங்களைக் காட்டும். கழுத்தினிடத்துள்ள எலும்பைப் பற்றி வரும் நோய் திடீரெனக் கொல்வதும் உண்டு.

இளைப்பு நோய் மருத்துவம்

இந்நோய் ஐயப் பெருக்கால் பிறந்து, ஏழு உடற்கட்டுகளின் வன்மையையும் குறையச் செய்து, வாயுக்களைத் தூண்டும். தூண்டப்பட்ட வாயுக்கள், வாழும் இடத்தில் நோயினை விளைவிக்கும். ஆதலால் தன்னளவில் மிகுந்த உயிர்த்தாதுவையும் அதற்குத் துணையாயுள்ள மற்ற தாதுக்களையும் தன்னிலைப்படுத்தி, மெலிவடைந்த உடற்கட்டுகளை வன்மைப்படுத்தி, உடலுக்கு உரம் உண்டாக்குவதற்கும், வாயுக்களைத் தன்னிலைப் படுத்துவதற்குமான மருத்துவ முறையை மேற்கொள்ள வேண்டும். மற்ற நோய்களைக் காட்டிலும் இது பசித்தீயைக் கெடுத்து, உடல் வன்மையைக் குறைத்து, உடலை இளைக்கச் செய்யும் நோய் ஆதலால் பசித்தீயைத் தூண்டக் கூடியதும், உடலுக்கு உரம் தரக் கூடியதுமான மருந்துகளையும் உணவு வகைகளையும் கொடுத்தல் வேண்டும்.

ஐயப் பெருக்கைப் போக்குதற்காக வாந்தி, கழிச்சல் ஆகியவற்றை உண்டாக்கி வறட்சியைத் தணிக்க வேண்டும். பால், நெய் முதலியவைகளோடு மருக்காரை நெய், மருக்காரைக் குடிநீர் முதலியவைகளைக் கொடுக்கில், வாந்தியொடு கோழை வெளியாகும்.

அவ்வாறே நிலாவாரை நெய்யினைக் கொண்டு கழிச்சலை உண்டாக்கவும். பின்பு பசித்தீயைப் பெருக்கி, உண்ட உணவைச் செரிப்பித்து, உடலுக்கு ஊட்டம் தரக்கூடியதான மருந்துகளையும் உணவுகளையும் அளித்து, உயிர்த்தாதுக்களைத் தன்னிலைப்படுத்தவும். தொடர்ந்து நோயினை நீக்குவதற்காகப் பெரு மருந்துகளாகிய இரசப்பாடாணம், தங்கம் முதலிய உலோகங்களால் ஆக்கிய பற்பம், செந்தூரம் முதலியவைகளையும் கொடுத்தல் நல்லது.

வாந்தி, கழிச்சலுக்கு மருந்து

- இலைக்கள்ளிச் சாறு அரை ஆழாக்கு; மருக்காரைப் பழம் இரண்டு பலம்; அதிமதுரம் பலம் ஒன்று; மிளகு, திப்பிலி, சுக்கு, வகைக்கு அரை பலம்; நெய் அரைப்படி. இவற்றைக் கூட்டி நெய் காய்த்து வடித்ததில் ஒரு கரண்டி அளவு கொடுக்க, வாந்தியுடன் கோழையும் வெளியாகி ஐயம் தணியும்.
- கோரோசனைக் கருப்பு ஒரு சிட்டிகையைக் கொத்துமல்லிக் குடிநீரில் கலந்து, சர்க்கரையும் நெய்யும் கூட்டிக் கொடுக்க, வாந்தியோடு கழிச்சலும் உண்டாகும்.
- நிலாவாரை, சிவதை, மருக்காரைவேர், சுக்கு, ஏலம், சிற்றரத்தை, கொம்புக்கள்ளிவேர் ஆகியவற்றில் வகைக்கு ஒரு பலம் எடுத்து, இரண்டு படி நீர் விட்டு அரைப்படியாகக் காய்த்து வடித்ததில் நெய் அரைப் படி கூட்டிப் பதமாகக் காய்த்து, அதில் அரை முதல் ஒரு உச்சிக் கரண்டி அளவு கொடுக்க வாந்தியும் கழிச்சலும் உண்டாவதோடு பசியும் ஏற்படும்.
- உத்தாமணி எண்ணெய், கழற்சி எண்ணெய் போன்றவைகளுள் ஒன்றை நோய் வன்மைக்கும் நோயினர் வன்மைக்கும் ஏற்ப அளவிட்டுக் கொடுக்கலாம்.

பசித்தீயைத் தூண்டுவதற்கு மருந்து

நண்டுத் தீநீர்

வரப்பு நண்டு முந்நூறு கொண்டு கழிக்க வேண்டியவைகளைக் கழித்து அலம்பி, ஒன்றிரண்டாக இடித்து அதில் பதினைந்து பலம் நீர் விட்டுச் சீரகம், இஞ்சி, இலவங்கம், இலவங்கப் பட்டை, சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, ஓமம், ஆகியவற்றில் வகைக்கு ஒரு பலம் எடுத்து இடித்துப்போட்டுத் தீநீர் வடித்ததில் அரைக்கால் முதல் கால் ஆழாக்கு வரை கொடுக்கில், அது பசித்தீயைத் தூண்டி. உண்ட உணவைச் செரிப்பித்து, உடலுக்கு ஊட்டத்தைத் தரும். இது கைகண்ட மருந்தாகும்.

நத்தை நெய்

நத்தைச் சதை வீசை ஒன்று, ஆட்டுப் பால் படி நான்கு, நெய் படி இரண்டு. இவற்றைச் சேர்த்துக் காய்த்து நெய் வடித்து வைத்துக் கொள்ளவும். இலவங்கம், சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, சித்திரமூலம், அமுக்கராக் கிழங்கு, தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு, திப்பிலி, மிளகு, சுக்கு, வகைக்கு ஒரு பலமாகக் கலந்து, நீர் நான்கு படி கூட்டி, நாலிலொன்றாகக் காய்த்து வடித்துக் கொள்ளவும். இதை மேற்படி நெய்யில் கூட்டி, மீண்டும் நீர்வற்றக் காய்த்து மெழுகு பதத்தில் வடித்துக் கொண்டு, அந்நெய்யில் ஒரு கரண்டி அளவில் கொள்ளவும். இவ்வாறே உடும்பு நெய், முயல் நெய் முதலியவற்றையும் பயன்படுத்தலாம்.

மாத்திரை

சயகுலாந்தகம், பூரணசந்திரோதயம், மகாவசந்தகுசுமாகரம் போன்ற பெருமருந்துகளில் ஒன்றைத் துணை மருந்தோடு கொடுத்தல் வேண்டும்.

பற்பம்

தாளகப்பற்பம், வெள்ளைக்கல்பற்பம், தங்கப்பற்பம், வெள்ளிப் பற்பம் அயநாகப் பற்பம் போன்றவைகளையும் வழங்கலாம்.

உணவு

இந்நோய் படிப்படியாக ஒவ்வோர் உடற்கட்டையும் மெலியச் செய்து கொண்டு வருமாதலின் உடலின் ஊட்டம் குறையா வண்ணம் பால், நெய் முதலிய நெய்ப்புப் பொருள்களையும், ஊன் பொருளையும், பழ வகைகளையும் செரிப்புத் தன்மைக்குத் தகுந்தவாறு கொடுத்தல் வேண்டும். செரிப்புக் குறைந்துள்ளபோது, செரிப்பை உண்டாக்கக்கூடிய காய்கறிகளைக் கொள்வது மிக நன்று. நண்டு, முயல் ஆகியவைகளை வழங்கலாம். பத்தியமாக உப்பு, புளியை நீக்க வேண்டும்.

4

இருமல்

முன்னுரை

ஐயத் தாது குற்றமுறுவதால் தோன்றும் நோய்களுள் இருமலும் குறிப்பிடத்தக்க ஒன்றாக அமைகின்றது. இது காசம், ஈளை என்றும் அழைக்கப்படுகின்றது. கபக் கேட்டினால் மார்பிலும் தொண்டையிலும் சேர்ந்த கோழையானது வெளியேற்றப்படுகின்றது. அவ்வாறு கோழை வெளியேற்றப்படும் தொழிலானது ஓசையுடன் கூடியதாக அமைகின்றது. அதுவே இருமல் என்னும் பிணியாக அடையாளப்படுத்தப்படுகின்றது.

நோய் வரும் வழி

- குளிர் காற்றில் ஈடுபடல்
- மிகுதியாக வெயிலில் அலைதல்
- மிகுந்த குளிர்ச்சி அல்லது சூட்டைத் தரக்கூடிய பொருட்களை உண்ணல்
- உரத்துக் கத்துதல் அல்லது பாடல்
- புழுதி, சுண்ணம், பூநீறு, புகை, மிகுந்த காரம், நறுமணம், துர்நாற்றம் ஆகிய பொருட்களை முகர்தல்
- குளிர்காலம்
- இளைப்பு, இரைப்பு, நுரையீரல் புற்று, இதயம் சார்ந்த நோய்கள் ஆகியவற்றின் காரணமாக
- புகை பிடித்தல், கஞ்சா, மது ஆகிய பழக்கம்
- நாக்குப் பூச்சி முதலிய கிருமித் தொற்று

ஆகியவைகளின் வழியாகவும் தொழில் சார்ந்தும் இருமல் வரும் என்று கூறப்படுகிறது.

பொதுக் குறிகுணங்கள்

சித்த மருத்துவ நூல்கள் பின் வருவனவற்றை இருமலின் பொதுவான குறிகுணங்களாகக் குறிப்பிடுகின்றன:

- ❖ மூக்கு, தொண்டை, மூச்சுக் குழல் ஆகியவைகளில் வெப்பம் உண்டாகும்.
- ❖ மூக்கில் நீர் வடியும்.
- ❖ கண் சிவக்கும்.
- ❖ சுரம் காயும்.
- ❖ தொண்டை கட்டும்.
- ❖ தலை கனக்கும்
- ❖ மார்பு நோகும்.
- ❖ நொந்து இருமல் விளைவிக்கும்.
- ❖ வாய் ஓயாமல் இருமச் செய்யும்.
- ❖ கோழை, சளி வெளியாகும்.
- ❖ கோழை கடினப்பட்டு நுரையுடன் வெளியாகும்.
- ❖ மூச்சு த் தடுமாறும்.
- ❖ உடல்வன்மை குறையும்.
- ❖ முகம் கறுத்து, உதடு நீலநிறமாகும்.
- ❖ நோய் முதிர முதிர சளியானது சீழ் போல நாற்றத்துடன் வெளிப்படும்.
- ❖ மார்பு நடு பருத்து, அடியும் நுனியும் குறுகித் திணறும்.
- ❖ மூச்சுத் திணறும்.
- ❖ நாள் செல்லச் செல்ல ஐயத் தாது குறைந்து, உடல்வன்மை குன்றி, இருமலும் சளியும் ஆயாசமும் அதிகமாகும்.

நோய் வகை

சித்த மருத்துவ நூல்களில், சிறப்பாகத் தோன்றும் குறிகுணங்களின் அடிப்படையில் இருமல் நோயானது பின்வருமாறு வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது:

1. வளி இருமல்

- ❖ வளிக் குற்றம் மிகுந்து, தொண்டையில் புண்பட்டது போல் சிவத்தல்
- ❖ காது நோய்

- காதடைப்பு
- மார்பு நோய்
- மூச்சு வாங்கவும் விடவும் முடியாமை
- தொண்டையை அடைத்தது போல் நோதல்
- பெருமூச்சு விடல்
- விலாப் பக்கம் வலி
- வாந்தி வருவது போன்ற உணர்ச்சி
- வாய் ஓயாதபடி இருமலை உண்டாக்கி, நுரையுடன் கறுநிறத்தில் கோழையை உமிழச் செய்யும்.

2. அழல் இருமல்

- அழல் தாது மிகுந்த நிலையில் குளிர்ச்சியான பொருள்களை உண்பதால் இருமல் உண்டாகி, இனிப்பு அல்லது உப்புச் சுவையுள்ள வாந்தி
- தலைவலி
- உடல்வலி
- சுரம்
- தாகம்
- இருமி இரத்தம் கக்கல்
- உடல் வறண்டு இளைத்தல்
- உணவில் வெறுப்பு
- மயக்கம்
- புளியேப்பம்
- மனம் தடுமாறல்

ஆகியன தோன்றும்.

3. ஐய இருமல்

- ஐயம் மிகவும் கேடடைந்து முகம் ஊதல்
- மூக்கு நீர் வடிதல்
- தொண்டை புண்ணாதல்
- மார்பு நொந்து இருமலை உண்டாக்கல்
- வாய் ஓயாது இருமுதல்

- கோழை வெளுத்துச் சீழ் போல் முடை நாற்றத்துடன் வெளியாதல்.
- பெருமூச்சு
- அடிவயிறு நோதல்
- வயிற்றில் காற்று நிரம்பல்
- சுரம்
- மனக் கலக்கம்
- உடல் இளைத்தல்
- வாந்தி
- உடல்வலி

முதலிய குறிகுணங்கள் உண்டாகும்.

4. வளி அழல் இருமல்

- தொண்டை உலர்ந்து புண்பட்டு வாய் ஓயாது இருமி இரத்தம் வெளியாதல்
- காதடைப்பு
- காதிரைச்சல்
- செரியாமை
- பேதியாதல்
- வயிறுப்பல்
- மார்பு எலும்பும் முதுகின் தண்டும் நோதல்
- மார்பு நோய்
- மூச்சு படபடத்து, சாதலைப் போல் வெளிப்படல்

ஆகியவற்றுடன் சுவாசகாச நோயில் உண்டாகும் இரைப்பு முதலிய குறி குணங்களையும் இதில் காணலாம்.

5. பக்க மந்தார இருமல்

இந்நோய் முன் நிலவிலும் பின் நிலவிலும் வரும் நோயாதலால் பக்க மந்தார இருமல் என வழங்கலாயிற்று. இடுப்பு வலி, வயிறு பொருமல், மூக்கில் நீர்ப் பாய்தல், தொண்டை கம்மல் ஆகிய குறிகுணங்களைக் காட்டி சில நாட்கள் கழித்து குணமடையும்.

6. சுடர் இருமல்

இது பிள்ளை பெற்ற பின் தாய்க்கு வரும் நோயாகும். பிள்ளை பெற்று உடல் தளர்ந்திருக்கும் காலத்தில் ஐயத் தாது தன்னிலை மாறித் தொண்டை, மார்பு, மூக்கு ஆகியவற்றில் தங்கி குத்தல், மூக்கு நீர்ப் பாய்தல் தலை நோதல், மார்பு வலி, நீர்வேட்கை, சுரம், இடைவிடாத இருமல், இழுப்பு, பெருமூச்செறிதல், கண்கள் சிவந்து முட்டுதல் என்னும் குறிகுணங்களைப் பிறப்பிக்கும்.

7. இழுப்பு இருமல்

- ❖ மூக்கிலிருந்து வெளியாகும் காற்றில் அனல் வீசும்.
- ❖ தொண்டை கட்டி, மூச்சு எலி கூச்சலிடுவது போல் ஒலிக்கும்.
- ❖ மார்பில் கோழை கட்டி இருமல் எழும்.
- ❖ நோய் முதிர்ந்த நிலையில் வெளியாகும் மூச்சு நல்ல பாம்பு சீறுவது போல் ஒலிக்கும்.
- ❖ வயிறுப்பும்.
- ❖ உணவு செரியாது.

இதனை இசிவு இருமல் எனவும் கூறுவர்.

8. இரத்த இருமல்

- ❖ கண்டத்தில் வேதனை
- ❖ குரல் கம்மல்
- ❖ வாந்தியில் கபமும் செந்நீரும் கலந்து மஞ்சள் நிறத்துடனேனும் அல்லது இரத்தமேனும் உண்டாதல்
- ❖ வயிறு நோதல்
- ❖ கை கால் ஓய்ச்சல்
- ❖ மார்பிலும் பக்கங்களிலும் ஊசியால் குத்துவது போல் நோதல்
- ❖ தாகம்
- ❖ குரல் மாறல்
- ❖ பெருமூச்செறிதல்
- ❖ கோழை இரத்த நிறமாகவும் எரிச்சலுடனும் இருத்தல்
- ❖ நெஞ்சில் குறு குறு என்று சப்தம் உண்டாதல்

என்பன இதன் குறிகுணங்களாகும்.

9. பீனிச இருமல்

- ❖ கோழை இறைச்சி நாற்றத்துடன் விழல்
- ❖ ஆயாசம்
- ❖ இரைப்பு
- ❖ உடல் இளைத்தல்
- ❖ மலமும் நிறுநீரும் கறுநிறம் அடைதல்
- ❖ உணவு செல்லாமை
- ❖ வயிறு பொருமலுடன் நோதல்
- ❖ உடல் குளிர்ந்திருத்தல்
- ❖ மூக்கு நீர்ப்பாய்தல்

முதலானவை தோன்றும்.

10. மருந்தீடு இருமல்

இடு மருந்து என்பது ஒருவர் மற்றொருவரைத் தன் வழிக்குக் கொணரும் பொருட்டுக் கொடுக்கும் வசியம் போன்ற மருந்தாகும். இம்மருந்து நாள் செல்லச் செல்ல உடல் வன்மையைக் குறைத்து, இருமலை உண்டாக்கும். இதனால்:

- ❖ உடல் மெலியும்
- ❖ தொண்டை புண்ணாகும்
- ❖ வாய் ஓயாத இருமல் உண்டாகும்
- ❖ வாய் நாற்றம்
- ❖ தலை கிறுகிறுப்பு
- ❖ மயக்கம்
- ❖ மிகுபசி

இவற்றோடு குன்ம நோயில் தோன்றும் குறிகுணங்களைக் காட்டி, உடலையும் மனத்தையும் கெடுத்து, உயிரையும் மாய்ப்பதுண்டு.

11. கஞ்சா இருமல்

- ❖ கஞ்சா, புகையிலை, அபின், முதலியவற்றின் புகையைப் பிடிப்பவர்கட்குத் தொண்டை, மூச்சுக் குழல், நுரையீரல் ஆகியவைகள் வெதும்பி இருமல் உண்டாகும்.
- ❖ இதில் உடல் மெலிந்து, இருமல் தீராமல் நாட்பட நிலைத்திருக்கும்.

நாட்கள் செல்லின் இருமலும் கோழையும் அதிகமாகி, கோழையானது கறுத்துக் கெட்டிப்பட்டு வெளியாகும்.

12. மது இருமல்

கள், சாராயம் ஆகியவைகளை அளவு கடந்து அருந்தலால் உடல் வன்மை குறைந்து தொண்டை, அகடு, ஈரல் முதலியன வெதும்பி இருமலை உண்டாக்கும். இடைவிடாது இருமி மேல்மூச்சு, ஆயாசம், இளைப்பு முதலியனவும் தோன்றும்.

13. சுர இருமல்

வெகுநாட்கள் தனிப்பட்ட சுர நோயால் உடல் மெலிந்த நிலையில் வரும் இருமல் சுர இருமல் எனப்படும்.

தீருபவை

வளி இருமல், ஐய இருமல், வளி அழல் இருமல், அழல் இருமல், மருந்தீடு இருமல், மது இருமல், சுர இருமல் ஆகியன எளிதில் குணமாகும் தன்மை உடையன.

தீராதவை

கஞ்சா இருமல், இரத்த இருமல், பீனிச இருமல், பக்க மந்தார இருமல், இழுப்பு இருமல் முதலியன எளிதில் தீராதவையாகும்.

இருமல் மருத்துவம்

கப மிகுதியைத் தன்னிலைப் படுத்தவும், தன்னளவில் மிகுந்த மேல்நோக்குக் காலைத் தன்னிலைப் படுத்தவும், கோழையை வெளிப்படுத்தவும் மருத்துவம் செய்தல் வேண்டும். சித்த மருத்துவ முறைப்படி பெரும்பாலான நோய்களுக்குக் கழிச்சல், வாந்தி ஆகியவற்றை ஏற்படுத்தி, உயிர்த் தாதுக்களைத் தன்னிலைப் படுத்திய பிறகே உரிய மருத்துவம் செய்யப்படுகிறது.

கழிச்சலுக்கு

மாந்த எண்ணெய்	—	5 மிலி. காலையில்
சஞ்சீவி மாத்திரை	—	காலையில் வெந்நீரில்
கோரோசனை	—	100 மிலி. காலையில்

ஆகியவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றைக் கொடுத்துக் கழிச்சலை ஏற்படுத்தலாம்.

மூக்கில் நீர் பாய்தல், தும்மல், தொண்டை கட்டல் ஆகியவை இருப்பின்: தும்பைப் பேறு 1 கி. மிளகு $^1/_2$ கி. தேன் விட்டு அரைத்து 4 பங்காக்கி, 2 வேளை, 4-5 நாள் தரலாம்.

தும்மல் இருப்பின்

தும்பைப்பூ சாற்றைத் துணியில் தடவித் துவட்டி மூக்கிடவும்.

மூக்கில் நீர்ப் பாய்தல் அதிகப்படின்

நீர்க் கோவை மாத்திரையை வெந்நீரில் உரைத்து நெற்றியில் பற்றிடலாம்.

கோழை நாற்றத்துடன் வெளிப்படின்

சிவனார் அமிர்தம்	- 100 மி.கி.
கஸ்தூரி கருப்பு	- 60 -120 மி.கி.
முத்துச்சிப்பிப் பற்பம்	- 100 மி.கி.
தாளகக் கருப்பு	- 60- 120 மி.கி.

இவற்றைத் தாளிசாதி சூரணத்துடன் சேர்த்துத் தேனில் உண்ணலாம். அல்லது தங்கப் பற்பம், முத்துப் பற்பம் ஆகியவற்றைத் தனித்தனியே எடுத்து, தும்பைச் சாற்றையும் தேனையும் கலந்து 2 வேளை தரலாம்.

நாட்பட்ட இருமலுடன் இரைப்பு காணின்

செம்புப் பற்பம் அல்லது கஸ்தூரி கருப்பில் 60 மி.கி. எடுத்து இருவேளை உத்தாமணிச் சாற்றில் தரவும்.

புகை இருமலுக்கு

திரிகடுகு சூரணத்தை மை போல் அரைத்துச் சம எடை வெள்ளை சர்க்கரை சேர்த்து, 300 மி.கி. காலையில் பசு நெய்யில் குழைத்துத் தரலாம். அல்லது திப்பிலியை மை போல் அரைத்து இருவேளை தேனில் தரலாம்.

ஓயாத இருமலுக்கு

தாளிசாதி வடகத்தை வாயில் அடக்கிக் கொள்ளலாம். அல்லது 10 மிளகை நெய்யில் வறுத்து அத்துடன் கறிமஞ்சள் 15 கி. சேர்த்துப் பொடித்து, 70 கி. சர்க்கரை எடுத்துப் பாகு செய்து, இத்தூளைப் போட்டுக் கிண்டி கழற்சிக்காய் அளவு உருண்டை செய்து வாயில் அடக்கிக் கொள்ள, மார்பில் அடங்கி இருக்கும் சளி கரைந்து, இருமல் தணியும்.

இரத்த இருமலுக்கு

இம்பூறல் குடிநீர்

இம்பூறல் அடை

நத்தை பற்பம்

முத்துச்சிப்பிப் பற்பம்

பவழப் பற்பம்

முத்துப் பற்பம்

ஆகியவை இதற்குச் சிறந்த மருந்துகளாகும்.

கோழை இருமலுக்கு

ஆடாதோடைக் குடிநீர் அல்லது அரத்தைக் குடிநீரை வேளைக்கு 30-60 மி.கி. வரை பருகலாம்.

உடல் வன்மை பெற

மகாவசந்தகுசுமாகரம்

தாளிசாதி வடகம்

பூரணசந்திரோதயம்

ஆகியன சிறந்த மருந்தாகும்.

குழந்தைகளுக்கு

குழந்தைகளுக்கச் சளி கட்டி, இருமல், சுரம், மலச்சிக்கல், மூக்கில் நீர்ப் பாய்தல் ஆகியன இருப்பின்:

கோரோசனை மாத்திரை

சாந்த சந்திரோதய மாத்திரை

கஸ்தூரி மாத்திரை

மகாவசந்தகுசுமாகர மாத்திரை

ஆகியவற்றில் ஏதேனுமொன்றைத் தேன் அல்லது தாய்ப்பாலில் தரலாம். மடக்கு கரிசாலைத் தைலமும் காசத்திற்குச் சிறந்த மருந்தாகும்.

தலைக்குத் தைலம்

சுக்குத் தைலம், அரக்குத் தைலம் ஆகியன பீனிச இருமல் கண்டவர்கள் தலை முழுக உகந்த தைலங்களாகும்.

உணவு

குளிர்ச்சி தரும் பொருட்களை நீக்கி, சூடான பொருட்களை உண்ணவும்.

வரும் முன் காத்தல்

புகைப்பிடித்தலைக் கண்டிப்பாகத் தவிர்க்க வேண்டும். சுற்றப்புறச் சூழல் மாசு அற்றதாக இருக்க வேண்டும். தூய்மையான உணவுப் பழக்கம், மாசு படிந்த காற்றைச் சுவாசிப்பதைத் தவிர்த்தல், யோகாசனம், பிராணாயாமம் போன்ற பயிற்சிகளை முறையாகச் செய்தல் ஆகியனவும் காசம் என்னும் இருமல் நோயை வரும் முன் காக்கும் வழிகளாம்.

5

இரைப்பு நோய்

முன்னுரை

ஐயத் தாது தன்னிலையில் திரிந்து, நுரையீரலில் ஏற்படுத்தும் பாதிப்பால் இந்நோய் தோன்றுகிறது. இழுப்பு நோய், சுவாசகாசம், மந்தாரகாசம், பக்கமந்தார காசம் என்பன இதன் வேறு பெயர்கள். இது ஒவ்வாத உணவு, செயல் முதலியவைகளால் மார்பை வலித்து இறுக்கிக் கட்டியது போன்ற வேதனையைத் தந்து, மூச்சுத் திணறலை உண்டாக்கும். வெளியாகும் மூச்சு மிகுந்த சிரமத்தோடு வெளியாவதுடன் குழல், யாழ், வீணை முதலிய வாத்தியங்களின் ஒலியைப் போல் ஒலிக்கும். மார்பிலுள்ள கோழையை வெளியேற்றுவதற்கு முயற்சித்தாலும் அது வெளியாதல் இல்லை. இந்நோயின் குறிகுணங்கள் நுரையீரல் தவிர இதயம் மற்றும் சிறுநீரக பாதிப்பாலும் ஏற்படும்.

நோய் வரும் வழி

இந்நோய் வருவதற்கு முக்கிய காரணமாக இருப்பது ஒவ்வாமை ஆகும். இந்த ஒவ்வாமையை இரண்டு விதமாகப் பிரிக்கலாம். அவை:

1. புறக்காரணங்களால் ஏற்படும் ஒவ்வாமை
2. அகக்காரணங்களால் ஏற்படும் ஒவ்வாமை

என்பனவாகும்.

1. புறக்காரணம்

புறக்காரணங்களால் ஒவ்வாமையை ஏற்படுத்துவதில் முக்கிய பங்கு வகிப்பது பூக்களின் மகரந்தம் ஆகும். காற்றின் மூலம் மகரந்தம் பறந்து சென்று மற்ற பூக்களை அடையும். சூரியன் உதிப்பதற்கு முன்பே சிலவகை பூக்கள் விரிந்து மகரந்தத் துகள்கள் காற்றில் கலந்துவிடும். எனவே மகரந்தத் துகள்களினால் நோயாளிகள் அதிகாலையில் மிகுதியாகப் பாதிக்கப்படுவார்கள்.

அடுத்ததாகப் பூஞ்சைக்காளான்கள், பயன்படுத்தாத தோல் காலணிகள், பழைய ரொட்டிகள், உணவுப் பொருட்கள், மரச்சாமான்கள் ஆகியவைகளில் மிகுதியாக மழைக் காலங்களில் படிந்திருப்பதைக் காணலாம். இவையும் சிலருக்கு ஒவ்வாமையை உண்டாக்குகின்றன.

ஒட்டடை, தானியங்களின் சுணைகள், வீட்டிலுள்ள தூசிகள் ஆகியவையும் ஒவ்வாமையை உண்டாக்குகின்றன. முக்கியமாக நாம் அணியும் ஆடைகளின் தூசிகள், படுக்கை விரிப்பு, நடை விரிப்பு, தலையணை, கம்பளத்தால் ஆன பொருட்கள் முதலியவற்றில் ஒருவகை கிருமிகள் உண்டாகி, அவை அந்தத் தூசிகளை உண்டு பெருகி ஒவ்வாமையை உண்டாக்குகின்றன.

இவை தவிர வீட்டில் வளர்க்கப்படும் கால்நடைகள், பூனை, நாய் போன்ற செல்லப்பிராணிகளின் மயிர், பறவைகளின் இறகுகள் கூட ஒவ்வாமையை உண்டாக்கும். சிலவகை வண்டுகள், தேனி, குளவி, தேள் ஆகியவைகள் கொட்டுவதாலும் கடிப்பதாலும் கூட இந்நோய் உண்டாகலாம்.

சிலருக்குச் சிலவகை உணவுப்பொருட்கள் ஒவ்வாமையை உண்டாக்குகின்றன. இவர்களுக்கு இந்த ஒவ்வாத பொருட்களை உட்கொண்டவுடன் உதட்டில் அரிப்பு ஏற்பட்டு, வாயில் புண், வாந்தி, வயிறு ஊதல் ஆகியவற்றை உண்டாக்கி ஒவ்வாமையை ஏற்படுத்தும். இந்த வகை ஒவ்வாமை சிறுவயதினருக்கே அதிகமாக உண்டாகிறது. சிலருக்குச் சிலவகை மருந்துப் பொருட்கள் ஒவ்வாமையை உண்டாக்கும்.

சிலருக்குத் தொழில் காரணமாக ஒவ்வாமை உண்டாகும். உதாரணமாக மாவு அரைக்கும் தொழில் செய்பவர், தச்சு வேலை செய்பவர், முடி திருத்துபவர்கள், அழகுக் கலை நிபுணர்கள், சிலவகை இரசாயனப் பொருட்களைப் பயன்படுத்தும் தொழிற்சாலையில் வேலை பார்ப்பவர்கள் ஆகியோர் புறக்காரண ஒவ்வாமையால் பெரிதும் பாதிக்கப்படுகின்றனர்.

மிகவும் இளவயதினருக்கு இந்நோய் வந்தால் பரம்பரை காரணமாகிறது. சிலருக்குக் காலநிலை மாறுபாடு ஏற்படும் பொழுதிலும், சிலருக்கு இடமாற்றம் ஏற்படும் நிலையிலும், திடீரென்று உணர்ச்சி வசப்படுவதாலும் இந்நோயின் குறிகுணங்கள் மிகுதியாகின்றன.

2. அகக்காரணம்

நுரையீரலிலோ, மேல் சுவாச உறுப்புகளிலோ ஏற்படும் நுண்கிருமித் தாக்கம் இந்நோயைத் தோற்றுவிக்கும் ஒவ்வாமைக்கான அகக்காரணமாக அமைகின்றது.

நோயின் முற்குறிகள்

மேற்கூறிய ஒவ்வாத பொருட்கள் நோயாளிகளின் சுவாசப் பாதையைச் சென்று அடைந்தவுடன், அந்தப் பொருளை வெளியேற்ற மூச்சுக் கிளைக் குழல்களில் ஒருவகை பிசு பிசுப்பான திரவம் சுரக்கிறது. அதனால் அங்குள்ள சளிக்கவசம் வீக்கம் அடைகிறது. அத்துடன் மூச்சுக் கிளைக் குழல் சுவர்கள் விரிந்து சுருங்குகின்றன. இந்தக் காரணங்களால் மூச்சுக் குழலின் விட்டம் இயற்கையாய் இருப்பதைவிட அளவில் சுருங்கிவிடுவதால் உள்ளே சென்ற காற்று வெளிவருவதற்கு மிகுந்த சிரமம் ஏற்படுகிறது. இருமலும் மூச்சுத்திணறலுக்கு முக்கிய காரணமாகிறது. சுருங்கிய மூச்சுக் கிளைக் குழலின் வழியாகச் செல்லும் காற்று, காற்று நுண் அறைகளை அடையாத நிலையில், வாயுப் பரிமாற்றம் தடைபடுகிறது. அதைச் சீர் செய்வதற்குச் சுவாசத்தின் எண்ணிக்கை கூடுவதாலும் மூச்சுத் திணறல் அதிகமாகிறது.

பொதுவாக இந்நோயில் பல நாட்கள் துன்பப்பட்டவர்கள், நோய் வருமுன் இதன் குறியை அறிவார்கள். வரவிருக்கும் நோயின் வன்மையையும் அளவிடுவார்கள். அக்குறிகள்: தங்களுக்கு ஆகா உணவும், ஆகாக் காற்றின் மணமும் பட்டவுடன் மூக்கில் நீர்ப்பாய்தல், தும்மல் வருதல், மார்பு நோதல், மார்பை இறுக்கிக் கட்டியது போன்ற உணர்வு உண்டாதல், வேதனை, விலாப்பக்கம் வலித்து மூச்சுத் திணறல், வயிறு உப்பல், உடல் வியர்த்தல் முதலியனவாகும்.

நோய் வகை

சித்த மருத்துவ நூல்கள் இந்நோயைத் தனி வகையாகக் கூறவில்லையாயினும் இருமல் நோயின் பகுதியுள் சுவாசகாசம் எனவும், பித்த நோயின் பகுதியுள் சுவாசப் பித்தம் எனவும் கூறி, அவைகட்குரிய குறிகுணங்களும் இயம்பப்பட்டுள்ளன. அந்த வகையில் வகுத்தபடி இந்நோய் ஐந்து வகைப்படும். அவை குற்ற அளவாய் நான்கும், வெளிப்படும் மூச்சின் அளவாய் ஒன்றும் ஆகும். இவ்வைந்தையும் தனித்தனியே காணலாம்:

1. வளி இரைப்பு நோய்

எளிதில் செரிக்க முடியாத உணவைக் கொள்ளுதல், கடும் வெயிலில் திரிதல், கிழங்கு முதலிய பொருட்களை உட்கொள்ளுதல் ஆகியவற்றால் வளிக்குற்றம் தன்னளவில் மிகுந்து, உடல் வன்மை குறைந்து, மூச்சு விடுவதற்கு

வேண்டிய உடல் வன்மை இல்லாது, விடும் மூச்சு தன் வலிவு குறைந்து எழும். நெஞ்சினுள் யாதும் இல்லாதது போன்ற ஓர் உணர்ச்சி தோன்றும். இக்குணங்களைப் பெறுமாயினும், இந்நோய் நோயாளிக்கு மிகுந்த துன்பங்களை விளைவிப்பதில்லை. அன்றியும் இது எளிதில் தீரக்கூடிய நோயேயாகும். இந்நோயைச் 'சூத்திர சுவாசம்' என்றும் அழைப்பர்.

2. ஐய இரைப்பு நோய்

இது ஐயத்தைப் பெருக்கக்கூடிய உணவு வகைகளாலும், மழை, குளிர்ந்த காற்று ஆகியவைகளாலும், உடலில் ஐயம் மிகுந்து தலைக்கேறி மூக்கு அடைப்பு, மூக்கில் நீர்ப்பாய்தல் என்னும் குறிகளைக் காட்டி, சற்று நேரத்திற்குள் நீங்கி விடும். மார்பை அடைப்பது போல் தோன்றி, மூச்சை வெளிவிட முடியாமல் மிக்க வேதனையை பிறப்பித்து வாட்டும். சில வேளை மூச்சை வெளிவிடாதபடி மார்பை இழுத்துப்பிடித்துச் சீவனே வெளியேறி விடுமோ எனச் சிந்திக்கக் கூடிய நிலைக்கு வந்து விடுவதுண்டு. இந்நிலையில் சற்று இருமிக் கோழை அகலின், ஒருவாறாக விடுதலை ஏற்படும். இழுப்புள்ள வேளையில் சிறிது இருமல் வாராமலும், சளி வெளியாகாமலும் இருப்பின், நோயாளியை மூச்சு வெளிவிடமுடியாமல் தவிக்கச் செய்து, படுக்கவும் இருக்கவும் செய்யாது. அவரைத் திணறித் திணறிப் படுக்கையை விட்டு எழுந்து நிற்கச் செய்யும். நெற்றியில் வியர்த்தல், முகம் கறுத்தல், கைகால் சில்லிடுதல், மூச்சுத் திணறலால் கண்முட்டி வீங்கியது போல் தோன்றல், நா வறளல், உடல் நடுங்கல், பெருமூச்செறிதல், படுக்கையில் பொருந்தாமை முதலிய குறிகுணங்கள் தோன்றும். இந் நோயைத் 'தமக்க சுவாசம்' எனவும் வழங்குவர்.

3. ஐயவளி இரைப்பு நோய்

இந்நோயில் ஐயமும் வளித் தாதும் ஒன்றுபடக் கேடு அடைந்தமையால் கொடுமையான குறிகுணங்களைக் காட்டும். முற்கூறிய ஐய இரைப்பு நோய்க்குச் சொல்லிய குறிகுணங்களோடு, வளித் தாது கேடு அடைந்து மேல் நோக்குக் காலைத் (உதானவாயுவைத்) தனக்குத் துணைகொண்டு வரும் நோயாதலால், மூச்சைச் சரிவர உள் வாங்குவதற்கும் வெளிவிடுவதற்கும் இயலாமல் விட்டுவிட்டு மூச்செறியும். மலமும் சிறுநீரும் கட்டி, வயிறு உப்பிப் பொருமல் உண்டாகி உடலை வாட்டும். இவை அல்லாமலும் நா வறளல், கண் சிவந்து வலித்தல், மர்ம இடங்களில் நோதல், வியர்வை விடுதல், வாய் பிதற்றல், மனம் கலங்குதல் தன்

நிலையறியாமை, மயக்கம், உடல் அழற்சி என்னும் பல கொடிய குறிகுணங்களையும் காட்டும். இதனை 'விச்சின்ன சுவாசம்' என்றும் கூறுவர்.

4. முத்தாது இரைப்பு நோய்

முக்குற்றங்களும் ஒருங்கே கூடிவரும். அவைகளின் வழியே மேல் நோக்குக்கால், கீழ்நோக்குக்கால், பரவுகால், நடுக்கால் ஆகிய இந்நான்கும் ஒன்றன்பின் ஒன்றாய்க் கேடு அடைவதன்றி, ஏழு உடற்கட்டுகளும் மெலிவடையும். இவைகள் மெலிவடைந்த நிலையில் உண்டாகும் இரைப்பு நோய் மிகக் கொடிதாம். நோய் துவங்கும் முன்னே மூச்சுவிட முடியாது திகைத்தல், உடல் நடுங்கல், மனம் கலங்குதல் ஆகிய குறிகளைக் காட்டிப் பின்பு இரைப்பை உண்டாகும். விடும் மூச்சு பெரிய மாடு விடும் மூச்சை ஒத்திருக்கும். மார்பை இறுக்கிக் கட்டியது போல நோதல், அடிக்கடி மயக்கம் உண்டாதல், மலமும் மூத்திரமும் கட்டி வயிறு உப்புதல், வாய் குழறித் தடுமாறுதல், ஐம்புலனும் மங்குதல், உடல் முழுமையும் வலி உண்டாதல், நெற்றியில் மிகுதியும் வியர்த்தல் ஆகிய குறிகுணங்களைக் காட்டும். இதனை 'மகா சுவாசம்' எனவும் கூறுவர்.

5. மேல் நோக்கு இரைப்பு நோய்

முற்கூறிய இரைப்பு நோய்களில் எவையேனும் மருத்துவத்திற்குக் கட்டுப்படாமல் நீண்ட நாள் தொடர்ந்து, மேல் நோக்குக்கால் (உதான வாயு) வன்மை இழந்து மூச்சை வெளியாக்க இயலாத போது பிணியாளர் மூச்சுத் திணறி, கண் வெளியே முட்டி, வாய் உலர்ந்து பேச முடியாது திகைத்துப் படுக்கை நிலையாமல் எழுந்து, வாய் திறந்தது போல் மேல் நோக்கிச் சற்று காற்றை வெளியாக்கி உள்ளிழுக்க அலைவர். அச்சமயத்தில் உடனே தகுந்த மருத்துவம் செய்யின் குணமடைந்து பிழைப்பர். இன்றேல் திறந்தவாய் திறந்தபடியே இருக்க, முகம் கறுத்து மயக்கமுற்று மரணத்தை அடைவர்.

முத்தாது வேறுபாடுகள்

உணவு வகைகளில் மிகுதியும் ஐயத்தை உண்டாக்கக்கூடிய பொருட்களை உண்பதாலும், குளிர் காற்றில் இருத்தல், மலையில் வாழ்தல், பனியில் நடத்தல், ஆகிய செயல்களாலும், ஐயத் தாது தன்னிலை மாறி, வளி அல்லது அழல் தாதுவையேனும் அல்லது அவ்விரு தாதுக்களையும் தனக்குத் துணைகொண்டு, தொண்டை, மூக்கு, அண்ணாக்கு, நுரையீரல் ஆகியவைகளில்

மிகுந்த தாதுவின் அளவாகத் தாபத்தை எழுப்பி, கோழையை உண்டாக்கிச் சுரம் முதலிய குறிகுணங்களைப் பிறப்பிக்கும்.

உடல் நிலைகளில் (ஆதாரங்களில்) மார்பிடமான அநாகதத்தில் எழும் மேல் நோக்குக்கால் (உதானன்) தன் அளவில் மிகுந்து நிற்கும். இந்நோய் வருவதற்கு வளித் தாது காரணம் என்று சிலர் கூறுவர். அவர் கூற்றும் பொருத்தமுடையதே. எங்ஙனம் எனில் மூச்சு உறுப்புகளின் வழியே காற்றானது இயற்கையாகச் செல்ல ஒட்டாமல் தடை செய்தலால் என அறியலாம்.

இந்நோய் வருவதற்கு ஐயத் (கபத்) தாதுதான் காரணம் என்பவர்களின் கொள்கையின் படி, ஐயமானது மூச்சு உறுப்புகளின் உள்ளிடங்களில் அடைத்துக் கொண்டு, காற்றை இயற்கையாகச் செல்லவொட்டாமல் தடுத்து, இரைப்பை ஏற்படுத்துகின்றது என்ற கருத்தும் சரியானதேயாகும்.

எச்சில், கோழை, சளி ஆகியன நுரைத்து, அளவில் மிகுந்து, பளுவற்றுக் காணின் வளிக் (வாதக்) குற்றத்தால் வந்ததாகும்.

கறுத்து, கடினப்பட்டு, புலால் மணத்துடன் காணின் ஐயத் (கபம்) தாதுவைக் குறிக்கும்.

வெளுத்துச் சீழ் கலந்தது போலும் மஞ்சள் நிறத்தோடும் காணின் அழல் (பித்தம்) தாதுவைக் காட்டும்.

மருத்துவம்

தன்னிலை மிகுந்த ஐயம் முதலிய தாதுக்களைத் தன்னிலைப்படுத்துவதற்கும், மேல் நோக்குக்காலின் (உதானன்) மிகுதியான வன்மையைக் குறைப்பதற்கும் பேதி மருந்துகளைக் கொடுத்துக் கழிச்சலான பிறகு நோய்க்கான மருந்துகளையும், உணவுகளையும் தருதல் நல்லது.

கழிச்சலுக்கு

- ❖ மூக்கிரட்டை வேர், காக்கட்டான் வேர், சிவதை வேர், நிலவாகையிலை இவை வகைக்கு 10 கிராம். தண்ணீர் ஒரு படி விட்டு எட்டொன்றாய் வற்றக் காய்ச்சி வடிகட்டி, 50 மிலி. வீதம் காலையில் மட்டும் கொடுக்கக் கழிச்சல் உண்டாகும்.
- ❖ உத்தாமணித் தைலம் (மாந்த எண்ணெய்) 5 மிலி. அளவு சிறிது பாலில் காலையில் மட்டும் கொடுக்கக் கழிச்சலாகும். இரைப்பும் தணியும். தேவை இருப்பின் மூன்று நாட்கள் காலையில் மட்டும் தக்க அளவில் கொடுக்கலாம்.

- ❖ குழந்தைகளாயின் சஞ்சீவி மாத்திரையும், பெரியோராயின் அட்டபைரவம், இலவங்காதி, மேக நாதக் குளிகை, வச்சிர கண்ட மாத்திரை, சிவரத்தினக் குளிகை, சுகவிரேசனக் குளிகை ஆகியவற்றில் ஏதேனும் ஒருவகை மாத்திரையைத் தக்க அளவில் காலையில் மட்டும் வெந்நீருடன் கொடுக்கக் கழிச்சலாகும்.
- ❖ சஞ்சீவி மாத்திரையை (1முதல் 2 வரை) உத்தாமணிச்சாறு 4,5 துளிகளில் அனுபானித்துக் கொடுக்கலாம் எனவும் மருத்துவ நூல்கள் கூறுகின்றன.

நோய்க்கான மருந்துகள்

பவளம், முத்து, சிருங்கி, வெள்ளி, முத்துச்சிப்பி, தாளகச் செம்பு, தங்கம் இவற்றின் பற்பம், செந்தூரம், சுண்ணம் முதலியனவும், காளமேக நாராயணச் செந்தூரம், தாளகக் கருப்பு, கஸ்தூரி மெழுகு, கஸ்தூரிக் கருப்பு, சுவாச குடோரி, மகாவசந்தகுசுமாகரம், பூரண சந்திரோதயம், சாம்பிராணிப்பூ மாத்திரை, தாளிசாதி வடகம் ஆகிய இவற்றைத் தக்க அளவில், தக்க அனுபானங்களுடன் காலை, மாலை இரு வேளையும் கொடுக்கலாம். அன்றியும் க்ஷய குலாந்தகன், சொர்ண, பவள, முத்துப் பற்பங்களும் உபயோகமாகும். இவற்றிற்குத் துணை மருந்துகளாக ஐய மிகுதியைக் குறைக்கக்கூடிய குடிநீர், பிட்டவியல், சுரசம் (சாறு), இலேகியம், பொடி (சூரணம்) முதலியனவற்றை உபயோகிக்கலாம்.

ஆடாதோடைக் குடிநீர், தாளிசப்பத்திரிக் குடிநீர், ஆடாதோடையிலை, கண்டங்கத்தரி இலை, துளசியிலை, தூதுவளை, கஞ்சாங்கோரை, முசுமுசுக்கை, திப்பிலிக் கொடி ஆகியவற்றை முறைப்படி பிட்டவியல் செய்து பயன்படுத்தலாம். ஈளை, இருமல் இலேகியம், தாளிசாதிச் சூரணம், திப்பிலி இலேகியம், அரத்தைச் சூரணம் போன்றவற்றையும் உபயோகிக்கலாம்.

கடைச் சரக்குகள்

சிற்றரத்தை, தாளிசப்பத்திரி, திப்பிலி, அதிமதுரம், கோஷ்டம், இலவங்கம், அக்கிராகாரம், கண்டுபாரங்கி, மூங்கிலுப்பு, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி மூலம் முதலியன உபயோகமாகும்.

பச்சிலைகள்

துளசி, கண்டங்கத்தரி, ஆடாதோடை, கஞ்சாங்கோரை, தூதுவளை, முசுமுசுக்கை, திப்பிலிக் கொடி, கரிசாலை, பொன்னாங்காணி, உத்தாமணி,

தும்பைப்பூ, இம்பூறல், மணித்தக்காளி ஆகிய இவற்றின் சாறு முதலியன உபயோகமாகும்.

இதன்றியும் தேரன் மருந்து பாரதத்தில் கூறியபடி செம்புப்பற்பத்துடன் புனுகு, கஸ்தூரி சேர்த்து உத்தாமணிச் சாற்றோடு கொடுத்துவர இந்நோய் நீங்குமென்று அறியலாம்.

சிற்றண்டப் பற்பம்

பொரித்த கோழி முட்டையின் ஓடுகளை உவர்மண் கூட்டி, நீர் விட்டுக் கொதிக்க வைத்துக் கழுவி எடுத்ததைக் கல்வத்தில் இட்டு, நீர்முள்ளிச்சாறு விட்டு அரைத்து வில்லை தட்டி அகலில் இட்டுச் சீலை செய்து முறைப்படி புடமிட்டு எடுக்கவும், மீண்டும் இவ்வாறு மூன்று புடமிடப் பற்பமாகும். ஒரே புடத்திலும் நயமான பற்பமாவது உண்டு. இதில் துவரை அளவு பற்பத்தைக் கடுகுரோகணித் தூளும், மிளகரணை வேர்ப்பட்டையும் கூட்டிக் குடிநீராக்கி அதில் அனுபானித்துக் காலை, மாலை கொடுக்க இரைப்பு நோய் நீங்கும் எனவும் கூறப்பட்டுள்ளது.

பவள வீரச்சுண்ணம்

இம் மருந்து இருமல், இரைப்பு, இளைப்பு, மஞ்சள் காமாலை, பித்தப்பையிலுள்ள கல்லடைப்பு முதலிய நோய்களுக்கு நல்ல பலனளிக்கும். ஒன்று முதல் இரண்டு சிட்டிகை அளவு தக்க அனுபானங்களில் காலை, மாலை கொடுத்து வரலாம்.

இரைப்பு நோய்ப் பொடி

தாளகக் கருப்பு, கஸ்தூரிக் கருப்பு அல்லது செந்தூரம், பவள வீரச் சுண்ணம், காளமேக நாராயணச் செந்தூரம், முத்துப் பற்பம், சிருங்கிப் பற்பம், முத்துச் சிப்பிப் பற்பம், தங்கச் செந்தூரம் ஆகியவற்றில் வகைக்கு ஒரு அரிசி எடையும், தாளிசாதிச் சூரணம், அரத்தைச் சூரணம், அக்கிராகாரச் சூரணம், திப்பிலி இலேகியம், திரிகடுகுச் சூரணம் ஆகிய இவற்றில் ஏதேனுமொன்றில் 4 சிட்டிகையும் சேர்த்துத் தேனில் குழப்பிக் காலை, மாலை கொடுத்துவர விரைவில் இரைப்பு நோய் குணமாகும்.

ஒற்றடம்

குக்கில் தைலம், சடாமாஞ்சில் தைலம், கற்பூராதித் தைலம், கரிசாலைத் தைலம், நீர்க் குண்டித் தைலம், அரக்குத் தைலம், சுக்குத் தைலம், மிளகுத்

தைலம், சந்தனாதித் தைலம் ஆகியவைகளில் ஒன்றை மார்பைச் சுற்றிலும் தடவிப் பிடித்தலும் ஒற்றடமும் செய்யலாம். வியர்வையின்றி உடல் வெப்பத்துடன் வறட்சியும் காணுமாகில் மேற்கண்ட தைலங்களில் ஒன்றைத் தடவி ஒற்றடமிடலாம். வியர்வையுடன் இருப்பின் தவிடு போன்றவற்றை வறுத்து முறைப்படி ஒற்றடமிடலாம். இங்ஙனம் செய்வதனால் மார்புச்சளி இளகிச் சுலபமாக வெளியாகும். மார்பை இறுக்கிப் பிடித்தது போலிருந்தால் குறைந்துவிடும்.

வாந்தி

அவ்விதம் இளகிய மார்புச் சளியை வெளியேற்ற இலகுவாய் வாந்தி செய்விக்கலாம்.

சங்கங்குப்பிச் சாறு, கரிசாலைச் சாறு, தேற்றான் துளிர் ஆகிய ஏதேனும் ஒன்றின் பச்சிலைச் சாறு செய்து கொடுக்கலாம். சளி வாந்தியாகும். ஆடாதோடையிலை, முசுமுசுக்கை, தூதுவளை, கண்டங்கத்தரி, தாளிசம், சிற்றரத்தை போன்ற கபம் அகற்றி மருந்துகளைக் கொடுத்தும் சளியை வெளியாக்கலாம்.

பேதி

ஐய மிகுதியால் தடைபட்டு அடிவயிற்றில் சேர்ந்த வாயுவைப் பேதியாக்குவதன் மூலம் அகற்றலாம். அட்டபைரவம், சஞ்சீவி மாத்திரை, கோடா சூரிக் குளிகை, வச்சிரகண்ட மாத்திரை, சிவரத்தினக் குளிகை, சுகவிரோசனக் குளிகை, அகத்தியர் குழம்பு, இலவங்காதி, மேகநாதக் குளிகை ஆகியவைகளில் ஏதேனும் ஒன்றைத் தக்க அளவில் ஒரே வேளை கொடுக்கப் பேதியாகும். வாயுவும் நீங்கும்.

சுகதேகியாக இருந்தால் சிற்றாமணக்கெண்ணெய் 4 பங்கு, நயம் தேன் 1 பங்கு வீதம் கலந்து வைத்துக்கொண்டு இதில் ஒரு அவுன்சு வீதம் காலையில் கொடுக்கப் பேதியாகும். இரைப்பு நோயில் இது மிகவும் பயன்படும்.

ஆவி பிடித்தல்

ஆவி பிடித்தலும் இந்நோயில் நன்மையாக இருக்கும். ஊமத்தையிலை, எருக்கிலை, போஸ்தக்காய்த் தோல் ஆகியவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றைத் தண்ணீர் அல்லது பசுவின் பாலில் போட்டு வாய்மூடிக் கொதிக்க வைத்து அதனின்றும் வெளியாகும் ஆவியை முறைப்படி ஆவி பிடிக்கலாம்.

புகை பிடித்தல்

கறு ஊமத்தம்பூவைப் பொடியாகக் கத்தரித்து, சிறிது வெடியுப்பு சேர்த்தேனும் அல்லது சேர்க்காமலேனும் முருக்கயிலையில் (பலாசு) வைத்துச் சுருட்டி, சுருட்டாகப் புகை பிடிக்கலாம்.

ஊமத்தம் விதையையும் பொடித்துச் சுருட்டாக உபயோகிக்கலாம். இதற்கு மேல், மேலே கூறப்பட்ட இரைப்பு நோய்க்கான உள் மருந்துகளை கொடுத்துவர எளிதில் குணமாகும்

சர்வ சங்கார உப்பு பற்பம்

குப்பை மேனிச் சமூலம் கொண்டு வந்து நிழலில் உலர்த்திச் சுட்டுச் சாம்பல் எடுத்து அதனைச் சிறுநீர் விட்டுக் கரைத்துக் கலக்கித் தெளியவிட்டு, அந்தத் தெளிவை இறுத்து அடுப்பேற்றி வற்றக் காய்ச்சி வெயிலில் காயவைத்து உப்பெடுக்கவும், அந்த உப்பைக் கல்வத்தில் இட்டுப் பிரண்டைச்சாறு விட்டரைத்து, வில்லை தட்டி அகலிலிட்டு மூடி சீலைமண் செய்து குக்குடப் புடமிட்டெடுக்கப் பற்பமாகும்.

அளவு: அரிசி எடை பற்பத்துடன் சிறிது திரிகடுகுத்தூள், தேன் ஆகியவற்றைக் கலந்து காலை, மாலை கொடுக்க இரைப்பு, இருமல், ஈளை, கபம் முதலியன விரைவில் குணமாகும்.

உணவு: தனக்கு ஒவ்வாப் பொருட்களை அறிந்து ஒதுக்கவும். எளிதில் செரிக்கக் கூடியதும், உடலில் ஐயத்தைப் போக்கக்கூடியதுமான உணவு வகைகளைக் குறைந்த அளவில் உண்ண வேண்டும். இரவில் சிறிது ரொட்டி, பால் சாப்பிடலாம். மாலை 6 மணிக்கு இந்தவித உணவை அருந்துவது நல்லது. பகலில் கஞ்சி ஆகாரம் கொள்ளலாம். அதிக இரைப்பு இருக்கிற நாட்களில் கஞ்சி ஆகாரம் பொருத்தமானது. கடினமான உணவைக் கொள்ளக் கூடாது. மேலும் இருமல், இளைப்பு இவற்றில் கூறிய மருந்துகளையும் இந்நோயில் உபயோகிக்கலாம்.

6

விக்கல் நோய்

முன்னுரை

'விக்' எனும் ஒலியுடன் எழுதலால் விக்கல் என்றும், "இக்" எனும் ஒலியுடன் எழுதலால் இக்மா என்றும் அழைக்கப்படுகின்றது. இருமி எழும் ஒலியுடன் "இக்" எனும் ஒலியும் கூடுவதால் இதனை மேலை நாட்டார் "இக்கப்" (Hiccup) என்கின்றனர் போலும்

நோய்க் காரணம்

மிகுதியும் காரம், இனிப்பு, கைப்பு ஆகிய பொருட்களை உண்பதாலும், மாப்பண்டத்தை மிகுதியாகப் புசித்தலாலும் அவைகள் வயிற்றுள் புளித்துக் காற்றைப் பெருக்கும். அன்றியும் வாயுவைப் பெருக்கும் உணவுகளைக் கொள்வதாலும், மூச்சை அடக்கலாலும் உண்டான கேட்டால் அகட்டில் (வயிறு) ஐயம் மிகுந்து அது மேல்நோக்குக்காலைத் தூண்டச் செய்து விக்கல் நோயைப் பிறப்பிக்கும். ஈதன்றியும் நெடுநாள் நோயுடன் படுக்கையில் இருப்போர், முத்தாது நோயால் பாதிக்கப்பட்டோர், நீர்வேட்கையுற்றோர், பசியால் வாடினோர், நீரிழிவு நோயினர் ஆகிய இவர்களுக்கும் விக்கல் துணை நோயாக வருவதுண்டு.

நோய் வரும் வழி

சித்த மருத்துவ நூல்கள் தரும் தரவுகளைத் தொகுத்துப் பார்த்தால் வயிற்றறை, மார்பு, மூளை, நச்சு நிலை போன்றவைகள் விக்கல் நோய் தோன்றுவதற்கான வாயில்களாகத் தெரியவருகின்றன. அவற்றைத் தனித்தனியாகக் காணலாம்:

வயிற்றறை

அதிக அளவில் உணவு அல்லது நீர் வயிற்றில் அடைக்கப்பட்டு அதனால் இரைப்பை அதிகமாக விரிவடைந்த நிலையில் இருத்தல்

மது வகைகளால் இரைப்பை தூண்டப்படுதல்

பரியாந்திர தாபிதம்

விதான பரிபுப்பிச தாபிதம்

குடலில் அடைப்பு ஏற்படுதல்

வயிற்றில் செய்யப்பட்ட அறுவை சிகிச்சையின் பின் நிலை

இரைப்பை விரிவு

வயிற்றறைக் கட்டி அல்லது புற்று நேய்

போன்ற வயிற்றறை தொடர்பான காரணங்களால் விக்கல் ஏற்படலாம்.

மார்பு

- ❖ நெஞ்சுக் கூட்டில் ஏற்படும் தாபித நோய்கள்
- ❖ இதயம் பெரிதாக வளர்ச்சியடைந்த நிலை
- ❖ மத்தியஸ்தானக் கட்டிகள்
- ❖ பரிரீகத் தாபிதம், கண்டறையின் சுருக்கம், உணவுக் குழலில் ஏற்படும் கட்டிகள்

போன்ற மார்பு தொடர்பான காரணங்களால் விக்கல் ஏற்படலாம்.

மூளை

- ❖ மூளையின் மேல் சவ்வில் சய நோயால் ஏற்படும் தாபிதம்
- ❖ மூளைக் கட்டிகள்
- ❖ மூளை உறைத் தாபிதம்
- ❖ காக்கை வலிப்பு
- ❖ மூளைப் பாதிப்பு நோய்
- ❖ மூளைப் பகுதியின் இரத்தக் குழாய்களில் ஏற்படும் அடைப்பு

ஆகிய நோய்களில் விக்கல் தோன்றும்.

நச்சு நிலை

- ❖ நீரடைப்பு நோய்
- ❖ அமில ஆதிக்க நோய்
- ❖ உடல் உறுப்புகளில் தாக்கப்பட்டப் பலவிதத் தொற்று நோய்களின் தீவிர நிலை
- ❖ மூச்சடைப்பு
- ❖ அதிக மது அருந்துதல்

ஆகியவைகளால் ஏற்படும் நச்சு நிலையும் விக்கலைப் பிறப்பிக்கும். இவற்றுடன் அதிகமான சிரிப்பு, அவசரமாக விழுங்குதல் போன்றவைகளாலும் விக்கல் தோன்றும்.

முற்குறிகள்

தொண்டை வறண்டு போதல், நாவறளல், வயிற்றில் ஏதோ உலாவுவது போன்ற தோற்றம், வாய் கைத்தல், நீர்வேட்கை, கண் சிவத்தல் என்னும் குறிகளைக் காட்டி விக்கல் எழும்.

நோய் வகை

சித்த மருத்துவ நூல்களில் விக்கல் நோயானது:

1. வளி விக்கல்
2. அழல் விக்கல்
3. ஐய விக்கல்
4. முத்தாது விக்கல்
5. செரியா விக்கல்

என்று ஐந்து வகையாகக் கூறப்பட்டுள்ளது. சில நூல்களில்:

1. அன்ன விக்கல் - உணவால் வருவது
2. சூத்ர விக்கல் - செரியாமையால் வருவது
3. யமன் விக்கல் - உணவு செரிக்கும்போது வருவது
4. மகா விக்கல் - கொடுமையாக வருவது
5. கம்பீர விக்கல் - உந்தியில் இருந்து மிகுந்த ஒலியுடன் வருவது

என்ற பெயர்களில் ஆன வகைப்பாடும் கூறப்பட்டுள்ளது. விக்கலைத் தோற்றுவிக்கும் பொருள், சூழல், இடம் ஆகியவற்றைக் கொண்டு இவ்வகைப்பாடு செய்யப்பட்டுள்ளது போல் தெரிகிறது. விக்கல் தோன்றி வெளிப்படுதலாகிய செயல்பாட்டிற்கு வளி, அழல், ஐயம் முதலானவைகளே ஆதாரமாக அமைவதாலும் இரண்டாவதாகக் கூறப்பட்ட அன்ன விக்கல் முதலானவை வளி, அழல் முதலிய வகைக்குள்ளேயே அடங்கிவிடும் ஆதலாலும், முற்கூறிய வகைப்பாடே சித்த மருத்துவ மரபில் பெரு வழக்கினதாகக் கொள்ளப்படுகின்றது. இனி அவற்றின் குறிகுணங்களைத் தனித்தனியே காணலாம்:

1. வளி விக்கல்

வளித் தாதுவைப் பெருக்கக் கூடிய செயலாகியப் பெரு மகிழ்ச்சியை திடீரெனக் கொள்ளல், வெயிலில் திரிதல், வறண்டு திரிந்த பின் நீர்ப் பருகல், கடுமையாக ஓடல் முதலியவைகளால் கைகால் உளைச்சலாகி மேல் நோக்குக்கால் (உதானவாயு) மிகுந்து உண்டான இந்நோயில், விக்கல் அடுத்தடுத்து உண்டாகும். கண் படபட என அடித்துக் கொள்ளும். உணவில் மிகுதியும் காரமான பொருளைச் சேர்ப்பதாலும் வரும்.

2. அழல் விக்கல்

மிகு பசி, இளைப்பு, கவலை எனும் இவைகளாலும், அழல் தாதுவைப் பெருக்கக் கூடிய உணவு வகைகளாலும் உண்டாகும். இதில் நாடி படபடத்தல், உடல் கன்றிப்போதல், உடலில் அனல் வீசுவது போன்ற தோற்றம், கொட்டாவி, அடிக்கடி சினம் உண்டாதல், அறிவு மங்கல், விக்கல் ஒலி நெஞ்சக்குழியிலிருந்து எழுவது போலத் தோன்றல் முதலிய குறிகுணங்களைத் தோற்றுவிக்கும்.

3. ஐய விக்கல்

ஐயக் குற்றத்தைப் பெருகச் செய்யும் உணவுச் செயல்களால் வயிற்றில் செரியாமையை உண்டாக்கி, மார்பில் கோழையைக் கூட்டி விக்கலைப் பிறப்பிக்கும். இதனில் மூக்கும் கண்ணும் வெளுத்துப் போவதும் அல்லாமல், விக்கல் எழும்போதெல்லாம், கண் நொந்து தெறித்து வெளியே விழுந்து விடுவது போன்ற ஒரு தோற்றத்தைத் தரும். கண்ணீர் வடியும். கண் கலங்கிக் காணும். உணவில் வெறுப்பு, விழுங்க முடியாமை, நெஞ்சுலர்தல் ஆகிய குறிகுணங்களையும் பெறும்.

4. முத்தாது விக்கல்

நெடுநாட்களாய்ச் சுரம் முதலிய நோய்களால் உடல் வன்மை குறைந்து, மூன்று குற்றங்களும் ஒன்று கூடிய நிலையில் இவ்விக்கல் நோய் பிறக்கும். இதில் காணும் விக்கல் உந்தியிலிருந்து எழுவது போன்று உந்தியை அதிரச் செய்து, இடைவிடாமல் அடுக்கடுக்காய் ஒன்றன்பின் ஒன்றாய் ஒலி எழும். அத்துடன் மார்பு நோதல், மூச்சுத் திணறல், ஆயாசம், உடல் ஓய்ச்சல் என்னும் குறிகளையும் காட்டும்.

5. செரியா விக்கல்

காரப் பொருள், செரியாப் பொருள், வறண்ட பொருள் என்னும் இவைகளைப் புசிப்பதால் இவ்விக்கல் பிறக்கும். விக்கல் எழும் முன்பே தொண்டை வறண்டு, குரலோசை குறைந்து, இருமல் உண்டாய்ப் பின்பு விக்கல் எழும். இவ்விக்கல் உண்ட உணவு செரிக்கும் மட்டும் நில்லாது.

தீரும் தீராதவை

இவ்வைந்து விக்கல் நோய்களில் முன்னிரண்டும் எளிதில் தீரும். ஐய விக்கல் தகுந்த மருத்துவத்தில் சின்னாட்கள் சென்று தீரும். முத்தாது விக்கல் சாக்குறியைக் காட்ட வந்த நோய் ஆதலால், கொல்லுகின்ற தீராத நோய் என்று அறிக. அன்றியும் நீரினை அருக்கல், நீரினைப் பெருக்கல் என்னும் இவ்விரு வினை நோய்களிலும், நாள்பட்ட சுரநோய்களிலும், குன்மம் முதலிய வயிற்றில் பிறக்கும் நோய்களிலும் விக்கல் காணில் தீராவாம். மேலும் முப்பிணி (சன்னிநோய்) , ஊழி (வாந்திபேதி), மிகு கழிச்சல் (அதிசாரம்), நாட்பட்ட கழிச்சல் (கிராணி), இளைப்பு நோய் (க்ஷயம்) என்னும் இந்நோய்களில் விக்கல் பிறக்கின் கொல்லும்.

சில நோய்களில் விக்கலானது இளைப்பு, சுவாசம் ஆகிய குறிகுணங்களுடன் சேர்ந்து அசாத்தியக் குறிகுணங்களைக் காட்டும் எனச் சதக நாடி உணர்த்துகிறது. அவை: நீரிழிவு, மேகசூலை, சுரம், வீக்கம் சன்னி, வலிநோய், மாந்தம், கிராணி, அதிசாரம், வாதம், விடபாகம், வாயுத் திரட்சி, பாண்டு, சோபை, காமாலை, பெரும்பாடு, வாய்வு, இரத்தப்பித்தம் ஆகிய நோய்களாகும்.

விக்கல் நோயானது இளைப்பு, சுவாசம், வீக்கம், மயக்கம் ஆகிய குறிகுணங்களுடன், மேக நோயின் தோடக் குறிகுணங்களாகவும் தோன்றும் எனச் சதக நாடியும், கண்ணுசாமியம் என்னும் நூலும் உரைக்கின்றன.

மேக நோயில் நீரிழிவு ஆகாது. நீரிழிவு நோயில் வாதம் ஆகாது. வாதத்தில் வயிற்றுளைச்சல் ஆகாது. வயிற்றுளைச்சலில் வாய்வு கொழுத்தலாகாது. வாய்வில் விக்கல் ஆகாது. விக்கலில் இளைப்பும் சுவாசமும் வந்து மரணம் சம்பவிக்கும் எனக் கூறப்படுகிறது.

நீரிழிவு நோயில் பிளவையும், பிளவையில் தாகம், சுரம், மயக்கம், வியர்வை, கபம், விக்கல் ஆகிய நோய்கள் ஒன்றன்பின் ஒன்றாய் கிளைக்குமானாலும் நோயாளி சாவது உறுதி என அறியலாம்.

மாந்த நோயிலும் விக்கல் சாக்குறியைக் காட்டும். மாந்த நோயில் சுரமும், சுரத்தில் விடதோடம், வீக்கம், வயிறு பொருமல், கபம், இளைப்பு, சுவாசம், விக்கல் ஆகிய இவை ஒன்றன்பின் ஒன்றாய்த் தொடருமாகில் நோயாளி சாவார் என்பது திண்ணம்.

வாதக் குன்ம நோயில் விக்கலுடன் பேதி, வயிறு பொருமல், கபம், மயக்கம் ஆகியவை ஒன்றன்பின் ஒன்றாய்த் தோன்றின் மரணமாம்.

பித்தச் சோபையில் வாய்வும், வாய்வுடன் பாண்டு, வயிற்றுக் கடுப்பு, சீதம் விழல், கபம், மயக்கம், விக்கல், ஆகிய இவை ஒன்றாகத் தொடருமாயின் மரணம் நிச்சயம் என்பது சித்த மருத்துவர்களின் கணிப்பாகும்.

விக்கல் நோயில் தோன்றும் முத்தாது வேறுபாடுகள்

உணவு முதலிய செயல்களால் ஐயம் மிகுந்து, வாயுக்களைத் தூண்டி எழச்செய்து அகட்டை அணுகி, உண்ட உணவைச் சரிவர செரியாதபடிச் செய்து, அன்னக் குழம்பைப் பரவவொட்டாமல் தடுத்து, மேல்நோக்குக் காலைத் தூண்டி விக்கலைப் பிறப்பிக்கும்.

ஐயநாடி, ஐயவாதநாடி ஆகியன இந்நோயில் தோன்றும். "சேத்துமத்தின் கோதலாது விக்கலெடாது" என்ற தேரன் கூற்றுக்கிணங்க ஐயக்குற்றததின் தொடர்பே இந்நோய்க்குக் காரணம் என அறியலாம். இது தவிர மேல் நோக்குக் காலான உதானன், நாகன் என்னும் வாயுக்கள் இரண்டும் வளர்ச்சி அடையும்.

மருத்துவம்

இந்நோயில் தாதுக்களின் பாதிப்பால் நோய் ஏற்பட்டிருக்கும் நிலையில் பாதிக்கப்பட்ட தாதுக்களைத் தன்னிலைப்படுத்த வேண்டும். குற்றங்களைத் தன்னிலைப் படுத்த பேதி மருந்தான அகத்தியர் குழம்பை 1 முதல் 2 குன்றியளவு வழங்கலாம். நோய்க்கு நேர் மருத்துவமாகக் கீழ்க்கண்ட முறைகளைக் கையாளலாம்:

- ❖ குடிநீர் வகைகயில் மண்புழுக் கறுக்குக் குடிநீர் வழங்கலாம். மண்புழுவைச் சட்டியில் இட்டுக் கறுக்கி, அதில் 1/2 பலம் மிளகு கூட்டி வறுத்து, 1/2 படி நீர் விட்டு, 1/2 ஆழாக்காகக் காய்ச்சி வடித்துக் கொடுக்க நோய் போகும்.
- ❖ வரப்புகளில் உள்ள நண்டுவளை நீரைக் கொடுக்கலாம். அல்லது வரப்பு நண்டை இடித்துப் பிழிந்து சாறு 1 முதல் 2 உச்சிக்கரண்டி அளவில் எடுத்து ஒரு சிட்டிகை அளவு மிளகுப் பொடி கூட்டிக் கொடுக்கலாம்.
- ❖ தேங்காய்க் குடுமி, கம்பளம் ஆகிய இரண்டையும் கறுக்கி எடுத்த பொடி வகைக்கு பலம் 1, ஏலக்காய்த் தோல் , திப்பிலி வகைக்குப் பலம் 1/2 கூட்டிக் குடிநீராகக் கொடுக்க விக்கல் போம்.
- ❖ குளவியின் அரக்குக் கூட்டின் குடிநீர் கொடுக்கலாம்.
- ❖ கரும்பின் அடித்துண்டை இரண்டாகப் பிளந்து நடுவில் ஏலரிசியைப் பரப்பிக் கயிற்றால் கட்டிச் செம்மண் சீலை செய்து அடுப்பிலிட்டுச் சுட்டு நசுக்கிப் பிழிந்த சாற்றைக் கொடுக்கலாம்.
- ❖ சூரண வகைகளில் மயிலிறகாதி சூரணத்தைக் கொடுக்கலாம்.
- ❖ விளாம்பழ ஓட்டைச் சுட்டகரி, திப்பிலிச் சூரணம் இவற்றில் ஒன்றை 100 முதல் 200 மி. கிராம் தேனில் வழங்கலாம்.
- ❖ மூக்குத்தூள் மருந்தாகத் தும்பைச் சாற்றைத் துணியில் நனைத்து உலர்த்தி மூக்கிலிடலாம்.
- ❖ புளியைச் சுட்டு முகரலாம்.
- ❖ பற்ப வகைகளில் தங்கப் பற்பம் 1 முதல் 2 அரிசியெடை வழங்கலாம்.
- ❖ கஸ்தூரி கருப்பை 1 முதல் 2 குன்றி அளவு கருப்பஞ்சாற்றில் தரலாம்.
- ❖ சாதிசம்பீரக் குழம்பை நாக்கில் தடவினாலும், கண்டாவிழ்தம் உள்ளுக்குக் கொடுத்தாலும் கபம் நீங்கி விக்கல் நிற்கும்.
- ❖ பட்டுப்புழுவின் கூட்டைச் சுட்டு ஏலப்பொடி, சீரகப்பொடி, குங்கிலியப்பொடி, மயிலிறகுச் சாம்பல், தேங்காய் குடுமிக் கரி ஆகியவற்றில் சம எடை எடுத்து நீரில் தரலாம்.
- ❖ ஏலம், திப்பிலி இரண்டும் சம அளவு எடுத்துக் குடிநீர் செய்து தரலாம்.
- ❖ தாமரைக் கொட்டையைத் தேனில் இழைத்துச் சேர்ந்த மருந்தைத் தரலாம்.
- ❖ தூக்கம் கேடு அடையின் அபின், கஞ்சா சேர்ந்த மருந்து தரலாம்.

பிற நோய்களின் தொடர்பாக ஏற்படும் விக்கலுக்கு அம்முதல் நோய்க்கும் சேர்த்து மருத்துவம் செய்தல் அவசியம். சில தீவிர நோய்களில் விக்கல் சாக்குறியாகத் தோன்றும் நிலையில் நோயாளிக்குத் தேவையான தீவிர சிகிச்சை செய்தல் நலம் பயக்கும். அந்நிலைகளில் பாடாணங்களால் செய்யப்பட்ட கட்டு மாத்திரைகள், பைரவ மாத்திரைகள் முதலியன பலன் அளிக்கலாம்.

7

உளைமாந்தை

முன்னுரை

குடல் இளைப்பு நோய், குடற்சயம் என்பன இதன் வேறு பெயர்கள். இந்நோயின் பெயர் உள் +ஐ+ மாந்தை என்னும் மூன்று சொற்கள் சேர்ந்து உளைமாந்தை என அமைந்தது. உள்-வயிற்றுள், ஐ -ஐயக்குற்றத்தில் ஏற்படும், மாந்தை-மாந்தம் என்று வரும் இது, ஐயக் குற்றத்தில் ஏற்படும், மாந்தம் எனப் பொருள்படும். இது ஐயக் குற்றத்தால் வயிற்றுள் மாந்தத்தை உண்டாக்கிப் பசித்தீயைக் கெடுக்கும். உண்ட உணவைச் செரிப்பிக்காமற் செய்து வயிறூதல், கழிச்சல், உடல் இளைத்துப் போதல், இருமலொடு கோழை கக்கல், நாள் பட்டும் தீராதிருத்தல் ஆகிய தன்மைகளைப் பெற்றிருத்தலால் இப்பெயர் பெற்றது போலும்.

"உனக்கு உளைமாந்தை வர" என ஒருவர் சினந்து பிரிதொருவருக்குச் சாபம் இடும் வழக்கம் உண்மையில் இந்நோயின் கொடுமையை அறியலாம்.

இதை இளைப்பு (க்ஷய) நோயின் பகுதியென யூகிமுனிவர் கருதுகின்றார்.

நோய் வரும் வழி

- நன்கு பசி எடுக்கையில் பேசாமலிருந்து அக்கினி மந்தித்த பின் உணவை உட்கொள்ளல்
- பகலில் உறங்கி இரவில் கண் விழித்து வேலை செய்தல்
- மாமிசத்தையே அதிகமாக உண்ணல்
- புணர்ச்சிக்குப் பின் மயங்கி விழுதல்
- நன்கு இரைக்கும்படி அதிக ஓட்டம் ஓடுதல்
- தானியங்களை அளவில் குறைத்துக் கொடுத்தல்
- உயிர்வதை செய்தல்

- ❖ பத்தினிப் பெண்களைக் கற்பழித்தல்
- ❖ கொலை
- ❖ களவு
- ❖ கட்குடி முதலியவைகளைச் செய்தல்
- ❖ பூசைக்கு ஊறு விளைவித்தல்
- ❖ கணவனிடமிருந்து மனைவியைப் பிரித்தல்

ஆகிய காரணங்களால் இந்நோய் வரும் என்று சித்த மருத்துவ நூல்கள் கூறுகின்றன.

முற்குறிகள்

- ❖ தலைநோய்
- ❖ மூக்கில் நீர்ப்பாய்தல்
- ❖ தொண்டை கட்டல்
- ❖ சிணுக்கிருமல்

முதலிய முற்குறிகளைக் காட்டி இடைவிடாது இருமச் செய்யும். இவ்விருமல் எளிதில் தீராமல் நாட்பட்டு நிலைத்து விடுவதும் உண்டு. நிலைத்த நாட்களுக்கு ஏற்ப கோழை மிகுதியாக இழிதலும், அது கடினப்பட்டுத் தாங்கமுடியாத முடை நாற்றத்துடனும் சீழை ஒத்த நிறத்தோடும் வெளிப்படும்.

நோய் வகை

உளைமாந்தை நோயானது உயிர்த் தாதுக்களின் அடிப்படையில் வளி உளைமாந்தை, அழல் உளைமாந்தை, ஐய உளைமாந்தை, முத்தாது உளைமாந்தை என நான்கு வகையாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. அவற்றின் குறிகுணங்களைத் தனித்தனியே காணலாம்:

1. வளி உளைமாந்தை

இந்நோய் மார்பிலும், இரு விலாப் பக்கங்களிலும் நோயை உண்டாக்கி நினைவுமாறல், இருமல், வெளிக்குத் தோன்றாமல் சுரம் காய்தல், வயிற்றுள் கட்டி போல் திரண்டு காணல், கழிச்சலில் சீழ் கலந்திருத்தல் என்னும் குறிகுணங்களைக் காட்டும். உடலை நாளுக்கு நாள் மெலிவடையச் செய்யும். அழல், ஐயக் குற்றங்கள் இரண்டையும் தனக்குத் துணையாய்க்கொண்டு உணவில் வெறுப்பு, உணவு செரியாமை, கழிதல், கைகால் மெலிதல் ஆகிய குறிகுணங்களையும் பெறும்.

2. அழல் உளைமாந்தை

அடிவயிற்றினுள் தாங்கமுடியாத வலியைத் தந்து புண் போல் நோகும். கட்டிபோல் வீங்கும். பின்பு வயிறு நாளுக்குநாள் பெருத்து, குத்தலை உண்டாக்கும். அக்கட்டி உருண்டு திரண்டு, வயிறு கனத்துச் சுரம், இருமல் என்னும் இவைகளை வருவிக்கும். கட்டி முதிர்ந்து பழுத்து உடையுங்கால் வாந்தி, மயக்கம், முப்பிணி (சன்னி) என்னும் இவைகளைத் தோற்றுவிக்கும்.

3. ஐய உளைமாந்தை

இந்நோயில் உடல் நாளுக்கு நாள் மெலிவடைந்து, புண்போல் நொந்து, அடிக்கடி வாந்தியாகும். வாந்தியில் சீழ் கலந்து காணும். மனம் தளர்ந்து மயக்கம் உண்டாகும். உடல் நடுங்கும். உட்சுரம் காயும். உடல் வெளுத்தும் காணும்.

4. முத்தாது (தொந்த) உளைமாந்தை

உணவு உண்ணும் போது தொண்டையை அடைப்பது போல் நோதல், உணவு செல்லாமை, நெஞ்சில் குத்தல், மனச் சோர்வு, உடல் வன்மை குறைதல், மிகுந்த தூக்கம், உடல் முழுமையும் தினவு உண்டாதல் என்னும் குறிகளோடு, இருமிக் கக்கும் கோழை அளவில் மிகுந்தும் மிக்க நாற்றத்துடனும் இழியும்.

தீரும் தீராதவை

முத்தாது உளைமாந்தை, ஐய உளைமாந்தை, வளி உளைமாந்தை ஆகிய இம்மூன்றும் எம்மருந்தாலும் தீராதெனவும், அழல் குற்றத்தால் வருவது பெரு மருந்துகளால் தீரும் எனவும் கூறப்பட்டுள்ளது.

நாடி நாடை

உளைமாந்தையில் பித்த நாடியோடு கப நாடி கூடி நடக்கும் என்பது சித்தர்களின் துணிபு.

மருத்துவ முறைகள்

சித்த மருத்துவ வழக்கப்படி இந்நோய்க்கும் வாந்தி, கழிச்சலுக்கான மருந்துகளைக் கொடுத்துத் திரிந்த தாதுக்களைத் தன்னிலைப்படுத்த வேண்டும். பின் உரிய மருத்துவமாகப் பின்வரும் மருந்துகளை முறைப்படி பயன்படுத்த வேண்டும்.

சிவனார் வேம்பு எண்ணெய்

சரக்கு

சிவனார் வேம்பு
நிலக்குமிழம்வேர்
கொத்தான்
கோஷ்டம்
வேம்பாடம்பட்டை
சீரகம்
அதிமதுரம்
மிளகு

செய்முறை

இவைகளைச் சமம் எடுத்து (1 வராகன் எடை) இடித்து நல்லெண்ணெய் 1 சேருடன் குழப்பி அடுப்பின் மேலேற்றிப் பக்குவமாக எரித்து இறக்கி வடிகட்டிக் கொள்ளவும். இதில் தினந்தோறும் 10 மிலி. உட்கொள்ள, 8 நாட்களிலோ அல்லது 10 நாட்களிலோ உளைமாந்தை நோய் தீரும்.

குண்டலாதி எண்ணெய்

சரக்கு

சங்கம் வேர்
சாறணை சமூலம்
தூதுவளை
குமிழம்வேர்
சித்தாமல்லி
இண்டம்வேர்
சகதேவிவேர்
கோரைக்கிழங்கு
செவ்வல்லிக் கொடி
நற்சீரகம்

அதிமதுரம்
திப்பிலி
சதகுப்பை
இம்புராவேர்
ஆடாதோடை
கையாந்தகரை இலை
நிலப்பனைக்கிழங்கு
மாகாளிக்கிழங்கு
அமுக்கராக்கிழங்கு
ஓரிதழ்த் தாமரை
சீந்தில் கொடி
கொத்துமல்லி விதை
கற்கடகசிங்கி
நெல்லிமுள்ளி
கறுஞ்சீரகம்
வேம்பாடம்பட்டை

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு 1 வராகன் எடை வீதம் எடுத்துக் கல்லுரலில் இட்டு நன்றாக இடித்துத் தண்ணீர் விட்டு அம்மியின் மேல் வைத்து அரைத்து, நல்லெண்ணெய் 3 சேருடன் குழப்பி வைக்கவும். மறுநாள் இதை அடுப்பின் மேலேற்றி நன்றாகக் கொதிக்கவைத்துப் பக்குவத்தில் இறக்கவும். இதை வடிகட்டிப் பத்திரப்படுத்தித் தினம் ஒரு தேக்கரண்டி நக்கி வரவும்.

சாறணைத் தாளகச் சூரணம்

சரக்கும் செய்முறையும்

சாறணைக்கிழங்கு (மலை நாட்டில் விளைந்த சரக்காக இருத்தல் நலம்) 35 கிராம் எடுத்துப் பசுவின் பாலில் ஊறவைத்து அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்து உலர்த்தி வைத்துக்கொள்ளவும். இதனுடன் சுக்கு, கடுக்காய்த்தோல், தான்றிக் காய்த் தோல், திப்பிலி, சுத்தி செய்த தாளகம்

ஆகியவைகளையும் வகைக்கு 35 கிராம் எடுத்து இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் ஒரு வெருகடி (மூவிரல் கொள்ளும்) அளவெடுத்துத் தேனுடன் குழைத்துச் சாப்பிட, உளைமாந்தை நிவர்த்தியாகும்.

மிருகாங்க இரசம்

சரக்கு

இரசப் பற்பம்	40 குன்றி
சுவர்ணப் பற்பம்	40 குன்றி
முத்து (சுத்தி செய்தது)	80 குன்றி
நெல்லிக்காய் கெந்தகம்	80 குன்றி
சங்குத்தூள்	80 குன்றி
பொரித்த வெங்காரம்	20 குன்றி

செய்முறை

இந்தச் சரக்குகளை ஒரு சுத்தமான கல்வத்தில் இட்டு, கொடிவேலிவேர்க் குடிநீர் விட்டு 2 நாட்கள் நன்றாக இரவு பகல் முழுவதும் கை ஓயாமல் அரைத்தல் வேண்டும். இதை ஒரே உருண்டையாகச் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

இரண்டு மரக்கால் திரவம் கொள்ளும் அளவுக்கு ஒரு பானையைக் கொண்டு வந்து அதில் 1 மரக்கால் உப்பு போடவும். அதன் மேல், மேலே சொல்லியபடி செய்யப்பட்ட உருண்டைய வைத்து அப்பானையின் கழுத்துவரை மேலும் உப்பைப் போட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி 4 சாமம் (ஒரு பகல் முடிய) எரிக்கவும். தானாகவே இம்மருந்து ஆறிய பின்பெடுத்து ஒரு சுத்தமான கல்வத்தில் இட்டுப் பொடிசெய்து வைத்துக்கொள்ளவும். இதில் 4 குன்றியளவு எடுத்து 10 மிளகு, 10 திப்பிலி ஆகியவற்றைப் பொடித்த சூரணத்துடன் சேர்த்துத் தேனில் குழைத்து 40 நாட்கள் சாப்பிடவும்.

உளைமாந்தை தீரும். வியாதி பலமாக இருந்தால் இதையே மேலும் சில தினங்கள் உபயோகிக்கவும்.

சிறுதேக்குக் குடிநீர்

சரக்கு

சிறுதேக்கு
தேவதாரு

பெருங்குரும்பை

சிறுவழுதுணை வேர்

சீந்தில்கொடி

பொன்முசுட்டைவேர்

சுக்கு

ஆடாதோடை வேர்

கண்டங்கத்தரி வேர்

செய்முறை

ஆகிய சரக்குகளை வகைக்கு 2 வராகன் எடை வீதம் எடுத்துக் காயவைத்துக் கல்லுரலில் இட்டு ஒன்றிரண்டாக இடித்து, சுத்த நீரில் 500 மிலி. விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி 200 மிலி. ஆகும் வரை வற்றவைத்து வடிகட்டிக்கொள்ளவும். இதனுடன் வறுத்த திப்பிலிச்சூரணம் 3 1/2 குன்றி போட்டுப் பருகவும்.

சிறுதேக்குக் குடிநீர் (வேறு முறை)

சரக்கு

சிறுதேக்கு

சுக்கு

திப்பிலி

திராய்

பொன்னாவாரை

செய்முறை

இவ்வைந்து சரக்குகளையும் வகைக்கு 9 காசெடை வீதம் எடுத்துக் கல்லுரலில் இட்டுச் சுத்த நீர் 500 மிலி. விட்டு அடுப்பின் மேல் வைத்து 200 மிலி. ஆகும் வரை (எட்டிலொன்றாக) வற்றவைத்து இறுத்துத் தேன் விட்டுச் சாப்பிட உளைமாந்தை தீரும்.

பத்தியம்

பசுவின் பால், பசுவின் நெய், துவரம்பருப்பு, பீர்க்கம் பிஞ்சு, முருங்கைப் பிஞ்சு, பொன்னாங்காணிக் கீரை, சுறாமீன், உடும்பு, காடை, முயல்

முதலியவைகளின் மாமிசம், கோழி முட்டை இவைகளை வேண்டியமட்டும் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

முயல் நெய்

சரக்கு

முயல் கறி 16 பலம் எடுத்து நறுக்கி ஒரு ஈயம் பூசிய பாத்திரத்தில் இட்டு, 5 மரக்கால் சுத்த நீர் விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி நாலிலொன்றாகக் காய்ச்சி வடிகட்டிக்கொள்ளவும்.

இதனுடன்:

ஆடாதோடைச் சாறு	1 மரக்கால்
பசுவின் பால்	2 படி (5 சேர்)
பசுவின் நெய்	2 படி (5 சேர்)

இவைகளை ஒன்று கலந்து:

செவ்வியம்
கண்டத்திப்பிலி
சித்திரமூலம்
சிறுதேக்கு
கிராம்பு
பொரித்த இந்துப்பு
சீரகம்
மிளகு
ஏலக்காய்
சிற்றரத்தை
திப்பிலி
சுக்கு
கற்கடகசிங்கி
சடாமாஞ்சில்
கோஷ்டம்

வாலுளுவையரிசி

இலவங்கப்பட்டை

யானைத்திப்பிலி

ஓமம்

செய்முறை

ஆகிய சரக்குகளை வகைக்கு 2 வராகன் எடை வீதம் எடுத்துக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துப் பசுவின் பால் விட்டு நன்றாக அரைத்துக் குடிநீர் சேர்த்து நெய்யுடனே குழப்பி, அடுப்பின் மேலேற்றிப் பக்குவமாக எரித்து இறக்கவும். பின்பு இதனை வடிகட்டிக்கொண்டு தினம் 3 காசெடை வீதம் எடுத்து உட்கொள்ளவும்.

40 நாட்களுள் உளைமாந்தை தீரும்.

முயல் நெய் (வேறு முறை)

சரக்கு

முயல் கறி 50 பலம் எடுத்துச் சிறுசிறு துண்டுகளாக வெட்டி, 5 மரக்கால் சுத்த நீர் விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி நன்றாக வேகவைக்கவும். பின்பு இதை ஒரு கம்பளியில் போட்டு மூட்டையாகக் கட்டி நீர் முழுவதும் வடியுமாறு செய்யவும்.

இதனுடன்:

சவுக்காரம்

தேவதாரம்

தூதுவளை

ஏலக்காய்

மிளகு

மரமஞ்சள் தோல்

நன்னாரி வேர்

ஆடாதோடை

விழலரிசி

சீரகம்

அதிமதுரம்

பொரித்த இந்துப்பு

கற்கடகசிங்கி

திப்பிலி

கோரைக்கிழங்கு

அமுக்கராக் கிழங்கு

கண்டங்கத்தரிவேர்

இம்புராமூலம்

அக்கிராகாரம்

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு $3^{3}/_{4}$ வராகன் எடை வீதம் எடுத்து ஆடாதோடையிலைச் சாறுவிட்டு நன்றாக அரைத்துச் சேர்த்துக் கொண்டு, பசுவின் நெய் 10 சேர் விட்டு ஒன்றாகக் குழப்பி அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துப் பக்குவத்தில் இறக்கவும். நன்றாக ஆறியபின் தேன் வேண்டிய அளவு விட்டுக் குழப்பித் தினந்தோறும் ஒரு எலுமிச்சங்காய் அளவு எடுத்து, 3 வேளையாகப் பகிர்ந்து சாப்பிடவும். நாளுக்கு நாள் உளைமாந்தை நோய் குறைவடையும்.

வசந்தவாதி சூரணம்

சரக்கு

பொரித்த இந்துப்பு

திப்பிலி

சிறுதேக்கு

தான்றிக்காய்த் தோல்

திராட்சைப் பழம்

கடுகு

கடுக்காய்ப்பூ

சுத்தி செய்த தாளகம்

இலுப்பைப்பூ

கடுக்காய்த் தோல்

பொரித்த வெங்காரம்

சுக்கு

நெல்லிமுள்ளி

கடுகுரோகணி

இவைகளை வகைக்கு 5 வராகன் எடை எடுத்துச் சூரணம் செய்துகொள்ளவும்.

வழுதுணையிலைச்சாறு

பிராயிலைச்சாறு

சங்கம் இலைச்சாறு

நிலக் கடம்பிலைச் சாறு

கையாந்தகரையிலைச் சாறு

சடைச்சிச்சாறு

பொரும்பிளிச்சாறு

தேட்கொடுக்குப் பூண்டுச்சாறு

செய்முறை

இவ்வகைச் சாறுகளைத் தனித்தனியே 6 படிக்குக் ($7\frac{1}{2}$ சேர்)குறையாமல் எடுத்து முன்சொன்ன சூரணத்தைப் போட்டுக் குழப்பி வெயிலில் வைக்கவும். சாறுகள் முழுவதும் வற்றியபின் தேங்காயெண்ணெய் விட்டுப் பிசறிக்கொள்ளவும். மறுநாள் மறுமுறை வெயிலில் வைத்துப் பானையில் பத்திரப்படுத்தவும்.

இச்சூரணத்தில் 20 குன்றி அளவெடுத்துத் தேன் விட்டுக் குழப்பிச் சாப்பிட்டுவர, உளைமாந்தை நோய் தீரும்.

தாளேசுவரப் பற்ப மாத்திரை

சரக்கும் செய்முறையும்

சுத்தி செய்த பாதரசம்

சுத்தி செய்த நெல்லிக்காய் கெந்தகம்

சுத்தி செய்த தாளகம்

இவைகளில் வகைக்கு $2\frac{1}{2}$ வராகன் எடை எடுத்து முதலில் பாதரசத்தையும் கெந்தகத்தையும் கல்வத்தில் இட்டு அரைத்துக் கஜ்ஜலியாகச் செய்து, பின்பு தாளகத்தை இட்டு நன்றாக அரைக்கவும். அடுத்து

சுத்தி செய்த மனோசிலை 5 வராகன் எடை

தாமிரப் பற்பம் 5 வராகன் எடை

இவ்விரண்டையும் கூட்டி நொச்சி இலைச்சாறு விட்டு நான்கு நாட்கள் பகலிலும், இரவிலும் விடாமல் அரைத்து, 2 குன்றிமணி அளவுள்ள மாத்திரைகளாக உருட்டவும். மிளகு, திப்பிலி, ஆகியவற்றின் தூள் 1 வராகன் எடையும் ஒரு மாத்திரையும் எடுத்துத் தேனில் குழைத்துச் சாப்பிடவும். உளைமாந்தை நோய் தீரும்.

குறிஞ்சாக் கற்கம்

சரக்கும் செய்முறையும்

வடக்குத் திசையை நோக்கிச் செல்லும் குறிஞ்சா வேருக்குத் திங்கட்கிழமை அன்று காப்புக்கட்டி, செவ்வாய்க்கிழமை வெட்டிக்கொண்டுவந்து இளநீரில் ஊறப்போடவும். மறுநாள் இதை எடுத்துத் தேங்காய்ப் பால் விட்டு விழுதாக அரைத்து, எலுமிச்சம் பழ அளவு சாப்பிடவும். வாந்தி நிற்கும். பேதி நன்றாக ஆகும். பேதி அதிகமானால் மோர் சாதம் சாப்பிடவும். பேதி நிற்கும்.

வேங்கைப் பிட்டு

சரக்கு

வேங்கை மரப்பட்டை

குறுவை அரிசி மாவு

செய்முறை

இவ்விரண்டையும் சமமெடுத்துத் தண்ணீர் சிறிது விட்டு ஊற வைத்து இடித்துப் பிட்டாகச் சுடவும். பின்பு இதில் ஒரு பிடி எடுத்து நல்லெண்ணெயில் தோய்த்துச் சாப்பிடவும். உளைமாந்தை, புண் ஏற்படல், சீயொழுகல் முதலான பற்பல நோய்களும் தீரும்.

பாவனக் கடுக்காய்ச் சூரணம்

சரக்கு

கடுக்காய்த்தோல் 2 பல் எடுத்து, அதனுடன் காடி 1 படி விட்டு ஊறவைக்கவும். மறுநாள் இதனுடன் 1 படி எலுமிச்சம் பழச்சாறு சேர்த்து வைக்கவும். மூன்றாவது நாளன்று இக்கலவையை வெயிலில் வைக்கவும். சாறுகள் ஆவியானபின் கடுக்காய்த்தூளை எடுத்து நிழலில் உலர்த்திப் பத்திரப்படுத்தவும்.

பொன்முசுட்டை வேர்
கண்டங்கத்தரி வேர்
வேலிப்பருத்தி வேர்
நெல்லிமுள்ளி
சாதிக்காய்
கற்கடகசிங்கி
கிராம்பு
மஞ்சிட்டி
தூதுவளை வேர்
மிளகறணை வேர்
செங்கழுநீர்க் கிழங்கு
கோஷ்டம்
திப்பிலி
சிறுதேக்கு
பொரித்த இந்துப்பு

செய்முறை

முதலான சரக்குகளை வகைக்கு 3 $^{3}/_{4}$ வராகன் எடை வீதம் எடுத்துக் காயவைத்துக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து கொள்ளவும். இதனுடன் முன் சொன்ன கடுக்காய்ச் சூரணத்தையும் ஒன்று கலந்து வேண்டிய அளவு தேன் கூட்டி வெயிலில் வைக்கவும். பின்பு இதில் ஒரு பாக்களவு எடுத்துத் தினந்தோறும் உட்கொள்ள, உளைமாந்தை தீரும்.

தேற்றான் சூரணம்

சரக்கு

தேற்றான் கொட்டைச் சூரணம்	8 பலம்
சுத்தி செய்த தாளகம்	4 பலம்
சுத்தி செய்த துரிசு	4 பலம்

செய்முறை

ஆகியவைகளைக் கல்வத்தில் இட்டு நன்றாக அரைக்கவும். இதனை ஒரு வெருகடி (பூனையின் காலடி) அளவு எடுத்து வெந்நீருடன் சாப்பிடவும். உளைமாந்தை தீரும்.

குறிப்பு

இச்சூரணத்தை நிதானமாக உபயோகிக்கவும். அதிகம் சாப்பிட்டால் உணவு உண்பதில் வெறுப்பு உண்டாகும்.

உளைமாந்தைக்கு மல்லி எண்ணெய்

சரக்கு

கொத்துமல்லி விதை
சிவனார் வேம்பு
அதிமதுரம்
கறுஞ்சீரகம்
மிளகு
நிலக்குமிழ் வேர்
கோஷ்டம்
வேம்பாடம்பட்டை
தூதுவளைச் சமூலம்

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு $3^3/_4$ வராகன் எடை வீதம் எடுத்துக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துப் பசுவின் பால் விட்டு நன்றாக அரைத்து, நல்லெண்ணெய் 5 சேருடன் குழப்பி அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துப் பக்குவமாக இறக்கவும். தினந்தோறும் 1 வராகன் எடை அளவு அருந்தி வந்தால், 40 நாட்களுக்குள் உளைமாந்தை நோய் தீரும்.

துடரி எண்ணெய்

சரக்கு

துடரிவேர் (இண்டம் வேர்)
முள்ளிவேர்

வேம்பாடம்பட்டை

நிலக்குமிழ் வேர்

பூலாவேர்

கடுக்காய்த்தோல்

தான்றித்தோல்

வேப்பம்பட்டை

வேப்பிலை

வேப்பம்பூ

வேப்பங்காய்

வேப்பம் வேர்

கோஷ்டம்

நெல்லிமுள்ளி

அதிமதுரம்

செய்முறை

இச்சரக்குகளை வகைக்கு 3 வராகன் எடை வீதம் எடுத்துக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துச் சூரணம் செய்து, நல்லெண்ணெய் 5 சேருடன் குழப்பி, அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துப் பதத்தில் இறக்கி வடிக்கவும். இந்த எண்ணெயில் 2 வராகன் எடை எடுத்துக் காலை வேளையில் பாலுடன் உட்கொள்ளவும்.

கோஷ்ட எண்ணெய்

சரக்கு

பசுவின் பால் 16 படியுடன்

கோஷ்டம்

செவ்வியம்

சடாமாஞ்சில்

கற்கடகசிங்கி

விழலரிசி

சீரகம்

பொரித்த இந்துப்பு

யானைத்திப்பிலி
சிற்றரத்தை
திப்பிலி
வெட்பாலையரிசி
தான்றித்தோல்
கறுஞ்சீரகம்
கடுக்காய்த் தோல்

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு 3 கழஞ்சு வீதம் எடுத்துச் சூரணித்துப் பால் விட்டு நன்றாக அரைத்து, நல்லெண்ணெய் 5 சேருடன் குழப்பி அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துப் பதத்தில் இறக்கி வடிக்கவும். இதில் 2 வராகன் எடை எடுத்து உட்கொள்ள இருமல், உளைமாந்தை, காசம் முதலிய நோய்கள் அகலும்.

புண்ணுக்குப் பச்சிலை மருந்து

சரக்கு

குன்றிமணி இலை
கொடிவேலி இலை
நிலக்குமிழ் இலை
சிற்றாமல்லி இலை
முசுட்டை இலை
வேலிப்பருத்தி இலை
பீலி இலை

செய்முறை

இவைகளின் விழுதைத் தனித்தனியே ஒரு சுண்டைக்காய் அளவு எடுத்துப் பசுவின் பாலுடன் குழப்பிப் பருகவும். உளைமாந்தை, சீழுடன் கூடிய புண்கள் ஆகியன தீரும்.

நிலக்குமிழ் எண்ணெய்

சரக்கு

நிலக்குமிழ்
பூலாவேர்
வேப்பம்பூ
வேப்பம்பழம்
இண்டு
வேப்பம்பட்டை
வேப்பிலை
வேப்பங்காய்

இவைகள் வகைக்கு 5 வராகன் எடை.

கோஷ்டம்
கடுக்காய்த்தோல்
தான்றித்தோல்
முள்ளி
நெல்லி வற்றல்
அதிமதுரம்

செய்முறை

முதலான சரக்குகளையும் வகைக்கு 5 வராகன் எடை வீதம் எடுத்து எல்லாவற்றையும் சூரணித்து, நல்லெண்ணெய் 5 சேர் விட்டு, அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துப் பக்குவமாக்கி இறக்கவும். இந்த எண்ணெயை உட்கொள்ள உளைமாந்தை தீரும்.

குறிஞ்சியிலைக் களி

குறிஞ்சி இலையை ஒரு குத்தளவு எடுத்துக் குறுவையரிசி மாவுடன் பிசைந்து ஊறவைத்துக் கல்லுரலில் இட்டு அரைத்துக் களியாகக் கிண்டி நல்லெண்ணெய் சேர்த்துச் சாப்பிடவும். உளைமாந்தை, மேல் மூச்சுவாங்கல், உடம்புவலி ஆகியவைகள் தீரும்.

நீர் வடிவ உளைமாந்தை நோய்க்கு மருந்து

நெஞ்சில் வலி, விலாப்புறங்களிலும் வலி, நெற்றியில் குத்துவலி, அடிவயிற்றில் வீக்கம், இருமல், மலச்சிக்கல் முதலானவை நீர் வடிவ அல்லது சலரூப உளைமாந்தையின் குறிகுணங்களாகத் தோன்றும். இதற்கு மருந்து வருமாறு:

சரக்கு

சாதிக்காய்	3 வராகன் எடை
சாதிப்பத்திரி	1 1/2 வராகன் எடை
அதிவிடயம்	2 வராகன் எடை
ஏலக்காய்	1 3/4 வராகன் எடை
அதிமதுரம்	2 வராகன் எடை
தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு	5 வராகன் எடை
இந்துப்பு	1 1/4 வராகன் எடை
கோரைக் கிழங்கு	1 பலம்
பொன்னாங்காணிவேர்	1/2 பலம்
சிறுகீரைவேர்	1/2 பலம்
சிற்றாமுட்டிவேர்	1/2 பலம்
நன்னாரி வேர்	1/4 பலம்
பேராமுட்டி வேர்	1/4 பலம்

செய்முறை

இவைகளைக் கல்லுரலில் இடித்துப் பசுவின் பால் விட்டு ஊறவைத்து, அம்மியில் வைத்து நன்றாக அரைக்கவும். இதனை ஒரு படி பசுவின் பாலுடன் குழப்பிச் சந்தன விழுது 1/2 பலமும், கனிந்த வாழைப்பழம் 10ம் சேர்க்கவும். பின்பு,

நல்லெண்ணெய்	2 படியும்
பசுவின் நெய்	3 படியும்

சேர்த்து அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துப் பக்குவத்தில் இறக்கவும். இதனுடன் புனுகு 3 வராகன் எடை கட்டிக்கொள்ளவும்.

இம்மருந்தில் 3 வராகன் எடையளவு எடுத்துத் தினம் 2 வேளை வீதம் 19 நாட்களுக்குச் சாப்பிடவும். உளைமாந்தை நோய் தீரும்.

பத்தியம்

உப்பு, புளிப்பு முதலான சுவையுள்ள பதார்த்தங்களை நீக்கிவிடவும்.

நெய்

சரக்கு

பசுவின் நெய்
பசுவின் பால்
இளநீர்

இவைகள் வகைக்கு 1 படி.

சீந்தில் கிழங்கு
முசுமுசுக்கை வேர்
வெள்ளரிப்பழம்
கறுநெய்தல் கிழங்கு

இவைகள் வகைக்கு 1 பலம்.

செங்கழுநீர்க்கிழங்கு 6 பலம்.
ஏலக்காய்
கோஷ்டம்
பேரீச்சம்பழம்
சீரகம்
கிராம்பு
திராட்சைப்பழம்

இவைகள் வகைக்கு 2 பலம்.

சிறுகீரை வேர்
பொன்னாங்காணி வேர்
தாமரையிலையினுட்சுருள்
நன்னாரிவேர்

இவைகள் வகைக்கு 3 பலம்.

சண்பகப்பூ
முல்லை வேர்

இவைகள் வகைக்கு $^1/_2$ பலம்.

செய்முறை

இவைகள் எல்லாவற்றையும் சிறுசிறு துண்டுகளாக்கி வெயிலில் உலர்த்திச் சூரணம் செய்துகொள்ளவும். கருங்காலி மரம் வைரமாக எடுத்து இழைப்புளியால் மெல்லியதாக இழைத்துக்கொண்டு, 4 படி சுத்தநீர் விட்டு ஊறவைத்து மறுநாள் நன்றாக அதை இடித்துப் பிழிந்து கொள்ளவும். அதனை அடுப்பின் மேலேற்றி 2 படியாகும்வரை வற்றக் காய்ச்சவும். மறுநாள் அதனுடன் முன் சொல்லிய தூளைப்போட்டு அன்று முழுவதும் ஊறவைத்துப் பசுவின் நெய், பால், இளநீர் ஆகியவைகளையும் விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துப் பதத்தில் வடித்து இறக்கவும். இந்நெய்யை நெல்லினுள் 15 நாட்களுக்குக் குறையாமல் புதைத்துவைக்கவும். பின் இதனை இருபொழுதும் கொடுத்துவர உளைமாந்தை தீரும்.

பத்தியம்

பசுவின் பால், பசுவின் நெய், உப்பு முதலானவைகளை வேண்டிய அளவு கூட்டவும்.

8

கப நோய்களின் பொது மருத்துவம்

முன்னுரை

சித்த மருத்துவ நூல்களில் ஐயம் (கபம்) தொடர்பான நோய்களுக்கான மருந்து வகைகள் விரிவாகக் கூறப்பட்டுள்ளன. குடிநீர், எண்ணெய், நெய், இலேகியம், சூரணம், பற்பம், செந்தூரம், மாத்திரை, மெழுகு, வடகம், புகை, நசியம், தைலம், கருப்பு, மணப்பாகு, அடை, பற்று எனப் பல்வேறு வகைகளிலும் ஏராளமான மருந்துகள் ஐய நோய்களுக்குரியனவாகப் பரிந்துரைக்கப்பட்டுள்ளன. மருந்துத் தட்டுப்பாடின்றி, ஒன்றில்லாவிட்டால் மற்றொன்று என்று எளிதில் தேர்வு செய்துகொள்ளும் வகையில் மிகுதியான மருந்து வகைகளையும் மருந்துப் பொருட்களையும் தொகுத்தும் வகுத்தும கூறி இருத்தலைச் சித்த மருத்துவத்தின் நீண்ட காலப் பயில்வும், பயிற்சியும் சாத்தியமாக்கியுள்ளன. இனி கப நோய்கள், இளைப்பு, இருமல், (பீனிசம் உட்பட) இரைப்பு, விக்கல், உளைமாந்தை முதலிய ஐயம் தொடர்பான நோய்களுக்கான மருத்துவ முறைகளைக் காணலாம்.

குடிநீர் வகைகள்

1. சிறுகத்தரி வேராதிக் குடிநீர்

சரக்கும் செய்முறையும்

சிறுகத்தரி வேர், ஆடாதோடை இலை, சங்கம் இலை, சீந்தில் கொடி, சிறுதேக்கு, சுக்கு, பேராம்பல் இலை, தேட்கொடுக்கு இலை இவைகளை வகைக்கு 1 பலம் வீதம் எடுத்து இடித்துப் பானையில் போட்டு, 2 படி தண்ணீர் விட்டு, அடுப்பின் மேலேற்றி, ஒரு உழக்காகும் வரை வற்றக் காய்ச்சவும்.

பயன்பாடு

இக் குடிநீரை வடிகட்டித் தேனும் திப்பிலிச் சூரணமும் சேர்த்துச் சாப்பிட்டுவரச் சயம், காசம் ஆகியன தீரும்.

2. நீர்முள்ளியாதிக் குடிநீர்

சரக்கு

நீர்முள்ளிச்சமூலம்	1 பிடி
கையாந்தகரை	1 பிடி
ஆடாதோடை இலை	1 பிடி
செம்முள்ளி வேர்	1/2 பிடி
முருக்கிலை (முள் முருக்கு)	1/2 பிடி
சுக்கு	1 பிடி
கடுக்காய்த் தோல்	1 பிடி

செய்முறை

இவைகளை ஒன்று சேர்த்து இடித்து 4 படி தண்ணீர் விட்டு, அடுப்பின் மேலேற்றி, 2 படியாகும்வரை காய்ச்சவும்.

பயன்பாடு

இக்குடிநீரை வேறொரு சட்டியில் ஊற்றிவைத்துச் சூடான பதத்தில் நாளொன்றுக்கு 3 காசெடை வீதம் எடுத்து அதனுடன் திப்பிலித்தூள் போட்டு அதிகாலையில் உட்கொள்ளவும். இருமல் தீரும்.

3. தூதுவளையாதிக் குடிநீர்

சரக்கு

தூதுவளை வேர்
பெருமருந்து வேர்
அமுக்கராக் கிழங்கு
கண்டங்கத்தரி வேர்
சீந்தில் கிழங்கு
சாதிக்காய்

செய்முறை

இவைகளைச் சரி எடை எடுத்து, ஒன்றிரண்டாக இடித்து, 1 பங்கு நீர் விட்டு எட்டிலொன்றாகக் காய்ச்சிக் குடிநீர் செய்யவும்.

பயன்பாடு

3 நாளைக்குச் சாப்பிடவும். பக்கமந்தாரகாசம் தீரும்.

4. கண்டங்கத்தரியாதிக் குடிநீர்

சரக்கு

கண்டங்கத்தரி வேர்
தான்றிக்காய்த் தோல்
நெல்லிமுள்ளி
சுக்கு
பேய்ப் புடல்
கடுக்காய்த்தோல்
முசுமுசுக்கை

செய்முறை

இச்சரக்குகளை வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து ஒன்றிரண்டாக இடித்து, நீர்விட்டு எட்டிலொன்றாகக் காய்த்துக் குடிநீராக வடித்துச் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

இரைப்பு நோய் குணமாகும்.

5. ஆடாதோடைக் குடிநீர்

சரக்கும் செய்முறையும்

ஆடாதோடை இலை மூன்று அல்லது நான்கு எடுத்துக் குறுக அறிந்து, தேன் விட்டு வதக்கி ஏலக்காய், வால் மிளகு ஆகியவற்றில் வகைக்குக் கால் வராகன் எடை, கடுக்காய்த் தோல், கடுகுரோகணி, தாளிசப் பத்திரி ஆகியவற்றில் வகைக்குக் கால் பலம் இவைகளை ஒன்றிரண்டாய் நசுக்கிச் சேர்த்து, விதிப்படி குடிநீர் செய்யவும்.

பயன்பாடு

காலை, மாலை இரு வேளையும் கால் முதல் அரை ஆழாக்கு வீதம் தர, நீர்க்கட்டு, மலச்சிக்கல், சுரம், இருமல் முதலியவைகள் நீங்கும்.

6. ஆடாதோடைக் குடிநீர் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

ஆடாதோடை இலை இரண்டு அல்லது மூன்று எடுத்துச் சிறுக அறிந்து தேன் விட்டு வதக்கி, அதிமதுரம், தாளிசப்பத்திரி, அரிசித்திப்பிலி ஆகியவற்றில் வகைக்கு அரை வராகன் எடை தட்டிச் சேர்த்து, விதிப்படி குடிநீரிடவுடம்.

பயன்பாடு

காலை மாலை இரு வேளையும் கால் முதல் அரை ஆழாக்கு வீதம் கொடுக்க இருமல், காசம், சுவாசம், பசியின்மை முதலியன தீரும்.

7. ஆடாதோடைக் குடிநீர் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

ஆடாதோடை இலை ஒரு பிடி எடுத்துக் கொண்டு சிறுக அரிந்து, 1 படி சுத்த நீர் விட்டு அதனுடன்

திப்பிலி, சுக்கு, மிளகு, கடுக்காய்த்தோல், தான்றிக்காய்த்தோல் ஆகிய சரக்குகளை ஒன்றிரண்டாக இடித்து, ஒரு துணியில் முடிந்து போட்டு அடுப்பின் மேல் ஏற்றி, உழக்காகும் வரை சுண்டக் காய்ச்சவும். ஒரு பீங்கான் பாத்திரத்தில் இக் குடிநீரை இறுத்து, முடிந்த பொட்டணத்தைப் பிரித்து அம்மியின் மேல் வைத்து அரைத்து, அக் குடிநீரில் கலந்துகொள்ளவும்.

பயன்பாடு

தேன் 1 வராகன் எடை விட்டு, அதிகாலையில் குடிநீரைக் குடிக்கவும். எல்லாவிதமான இருமலும் தீரும்.

8. முசுமுசுக்கைக் குடிநீர்

சரக்கும் செய்முயும்

முசுமுசுக்கைச் சமூலத்தில் 10 பலம் எடுத்துச் சிறுசிறு துண்டுகளாக நறுக்கித் தண்ணீர் 3 மரக்கால் விட்டு, அடுப்பின் மேலேற்றி 6 படியாகும் வரை சுண்டக் காய்ச்சவும்.

பயன்பாடு

அக் குடிநீரில் 2 படி வீதம் எடுத்து, 1/2 பலம் சர்க்கரை போட்டு ஒரு நாளில் சாப்பிடவும். அப்போதைக்கப்போது தண்ணீர் சாப்பிடுவதற்குப் பதில் இக் குடிநீரைச் சாப்பிடவும். இருமல் குணமாகும்.

9. வேர்க்கொம்புக் குடிநீர்

சரக்கும் செய்முறையும்

சுக்கு 2 தூறு எடுத்து, அதன் மேல் தோலைச் சீவி நன்றாக நசுக்கி ஒரு பாத்திரத்தில் இட்டு, 1 படி நீர் விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி, ஒரு ஆழாக்காக வற்றக் காய்ச்சவும். திப்பிலி 4 (எண்ணிக்கையில்) எடுத்து நன்றாகக் கறுக்கும் வரை வறுத்துப் பொடி செய்யவும்.

பயன்பாடு

அப்பொடியை முன் சொன்ன குடிநீருடன் சேர்த்து 3 நாட்களுக்குக் காலை, மாலை வேளைகளில் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

இருமல், ஈளை முதலியன தீரும்.

10. கொத்துமல்லியாதிக் குடிநீர்

சரக்கு

கொத்துமல்லி விதை
கோரைக் கிழங்கு
நன்னாரி வேர்
இம்புரா வேர்
கற்கடகசிங்கி
சிறுநாகப்பூ
தூதுவளை வேர்

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து, நன்றாக உலர்த்திக் கல்லுரலில் இடித்துச் சூரணம் செய்து கொள்ளவும். பின்பு இச்சூரணத்தை 5 பங்குகளாகச்

செய்து ஒரு பங்கை எடுத்து, அதனுடன் 1 படி சுத்த நீர் விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி அரைக்கால் படியாகச் சுண்டக் காய்ச்சவும்.

பயன்பாடு

இக்குடிநீரை இறுத்துத் தினம் 6 வேளை உட்கொள்ளவும். இம்மாதிரியே மற்ற பங்குகளையும் குடிநீரிட்டுப் பருகவும்.

பத்தியம்

பொரித்த மிளகு ரசம், தூதுவளங்காய் வறுவல் முதலியவைகளைக் கூட்டிக் கொள்ளவும். இருமல் நீங்கிச் சுகம் உண்டாகும்.

11. அத்திசுரக் குடிநீர்

சரக்கு

சீந்தில் கொடி
முத்தக்காசு
சுக்கு
வெட்பாலையரிசி
பேய்ப்புடல்
பற்பாடகம்
கடுகுரோகணி

இவைகள் வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு.

செய்முறை

மேற்கூறப்பட்ட ஏழு சரக்குகளையும் நன்றாய் இடித்து ஒரு பழகிய மட்பாண்டத்தில் போட்டுக் கால் படித் தண்ணீர் விட்டு அடுப்பிலேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்து, அரைக்கால்படி அளவிற்குச் சுண்டிவரும் சமயம் வடித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இந்தக் கியாழத்தை மூன்று பாகமாகச் செய்து, நான்கு மணி நேரத்திற்கு ஒரு முறை கொடுக்கவும். இப்படித் தினம் மூன்று வேளையாகச் சில தினம் கொடுத்து வருதல் வேண்டும்.

தீரும் நோய்

அத்திசுரம், நீடித்த மாலைசுரம்.

பத்தியம்

எளிதில் சீரணிக்கக்கூடிய அன்னம்.

12. இரத்தக் கக்கலுக்குக் குடிநீர்

சரக்கும் செய்முறையும்

அவல் அரக்கை ஒரு பலம் எடை எடுத்து ஒரு பழகிய சட்டியில் போட்டு, கால் படித் தண்ணீர் விட்டு அடுப்பில் வைத்து எரித்து, அரக்குக் கறுத்தவுடன் திப்பிலி, சீரகம், கிராம்பு ஆகியவற்றில் வகைக்குக் கால் வராகன் எடையாகப் பொடித்துப் போட்டு, அரைக்கால் படி அளவிற்குச் சுண்டக் காய்ச்சி வடிகட்டி வைத்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இந்தக் கியாழத்தை மூன்று பாகமாகப் பங்கிட்டு, நான்கு மணி நேரத்திற்கு ஒரு முறை கொடுத்து வரவேண்டும்.

தீரும் நோய்

இரத்தம் கக்கல், வாந்தி முதலியன குணமாகும்.

13. சுவாசகாசத்திற்குக் குடிநீர்

சரக்கு

கறுங்காஞ்சொறி வேர்
மிளகரணை வேர்
பிரண்டை வேர்
ஆடாதோடை வேர்
கண்டங்கத்தரி வேர்
முள்காரை வேர்
விழுதி வேர்
கறுஞ்சீரகம்

இவைகள் வகைக்கு ஒரு வராகன் எடை.

செய்முறை

மேற் கூறப்பட்ட எட்டு சரக்குகளையும் நன்கு இடித்து ஒரு புதுச் சட்டியில் போட்டுக் கால் படித் தண்ணீர் விட்டு அடுப்பில் வைத்துச் சிறுக எரித்து வீசம்படி அளவாகச் சுண்டக் காய்ச்சி வடிகட்டி வைத்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இந்தக் கியாழத்தில் வேளைக்கு ஒரு அவுன்சு வீதம் நான்கு மணி நேரத்திற்கு ஒரு முறை கொடுத்து வரவேண்டும். இவ்வாறு மூன்று நாள், ஒன்பது வேளை கொடுப்பதற்குள் மிகுந்த குணத்தைக் கொடுக்கும்.

தீரும் நோய்

சுவாசகாசம், இருமல் குணமாகும்.

பத்தியம்

சீதளப் பண்டம் நீக்கி, இச்சாபத்தியமாக, அன்னம் கொள்வது சாலச் சிறந்தது.

குறிப்பு

இந்தக் கியாழத்தைக் கொடுப்பதற்குக் கால் மணி நேரத்திற்கு முன் ஒவ்வொரு தடவையும் ஒரு குன்றியெடை சிங்கி பற்பத்துடன் அரை குன்றி பவளப்பற்பம் கூட்டித் தேனில் மத்தித்துக் கொடுத்து வருதல் அதிக நன்மையைத் தரும்.

14. சீதள இருமலுக்குக் குடிநீர்

சரக்கும் செய்முறையும்

முசுமுசுக்கை இலை, வேப்பிலை, புழுங்கலரிசி ஆகியவற்றில் வகைக்கு ஒரு கைப்பிடி அளவு எடுத்து ஒரு புதிய சட்டியில் போட்டு அடுப்பில் வைத்து எரித்துக் கறுகின சமயம், மத்துகொண்டு கடைந்து சாம்பலாக்கி அதனில் சுக்கு,சிற்றரத்தை, மிளகு முதலியவைகளில் வகைக்கு ஒரு வராகனெடையாகப் பொடி செய்து போட்டுக் கால் படித் தண்ணீர் விட்டு, அரைக்கால் படி அளவிற்குச் சுண்டக் காய்ச்சி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இந்தக் கியாழத்தில் வேளைக்கு இரண்டு அவுன்ஸ் வீதம் தினம் மூன்று வேளை உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

சீதளம் சம்பந்தமான இருமல் குணமாகும்.

பத்தியம்

ஐயத்தை விருத்தி செய்யக்கூடிய பண்டங்களைத் தள்ளி, இச்சாபத்தியமாக, அன்னம் கொள்ள வேண்டும்.

15. சீதள இருமலுக்குக் குடிநீர் (வேறு முறை)

சரக்கு

அறுகங்கட்டை
தூதுவளை
பிரண்டை
சுக்கு
இம்புராவேர்
மிளகு
சங்கம் வேர்
கடுக்காய்
ஆதண்டம் வேர்
ஆடாதோடை வேர்

இவைகள் வகைக்கு அரை பலம்.

செய்முறை

மேற் கூறப்பட்ட சரக்குளை எல்லாம் ஒருமிக்க இடித்து ஒரு பழகிய புதுச் சட்டியில் போட்டு அரை படித் தண்ணீர் விட்டு அடுப்பில் வைத்துச் சிறு தீயாக எரித்து, அரைக்கால் படி அளவிற்குச் சுண்டக் காய்ச்சி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இந்தக் கியாழத்தில் வேளைக்கு இரண்டு அவுன்ஸ் வீதம் தினம் 5 வேளை கொடுக்கவும். இப்படி மூன்று நாள் கொடுத்தல் நன்று.

தீரும் நோய்

சீதளம் சம்பந்தமான இருமல் குணமாகும்.

பத்தியம்

முன் முறையில் கூறப்பட்டதேயாகும்.

16. வறட்சி இருமல் குடிநீர்

சரக்கும் செய்முறையும்

அதிமதுரம், கொட்டை நீக்கிய பேரீச்சங்காய், சிற்றரத்தை, சுக்கு இவைகளை வகைக்கு ஒரு பலம் வீதம் நன்கு இடித்து, நான்கு பாகமாகப் பங்கிட்டு வைத்துக்கொள்ளவும். வேண்டும் போது ஒரு பாகத்தைச் சீலையில் தளர்ச்சியாகக் கிழிகட்டி ஒரு பழகிய புதுச் சட்டியில் போட்டு, அரைக்கால் படி பசுவின் பாலையும் அரைக்கால் படித் தண்ணீரையும் விட்டு அடுப்பிலேற்றி எரித்துத் தண்ணீர் சுண்டிப் பால் இருக்கும் அளவிற்குக் கீழிறக்கி ஆறவிட்டு, முடிச்சை நீக்கிவிட்டுப் போதிய அளவு சீனாக்கற்கண்டுத் தூள் போட்டுக் கலக்கி வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இந்தக் கியாழத்தை ஒரே தடவையாகக் காலையில் கொடுக்கவும். இப்படியே மாலையிலும் ஒரு வேளை கொடுக்கவும். இவ்வாறு இரண்டு மூன்று நாள் உட்கொள்வது அவசியமாகும்.

தீரும் நோய்

உஷ்ணத்தினால் புகைந்து புகைந்து வரும்படியான வறட்டு இருமலைக் குணப்படுத்தும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

17. இரத்தக் காசத்திற்குக் குடிநீர்

சரக்கும் செய்முறையும்

சூரத்துக்கடுக்காய், காட்டாத்திப்பூ, திராட்சை, மாசிக்காய் வகைக்கு கழஞ்சு 1 வீதம் நறுக்கி ஒரு பழகிய புதுச் சட்டியில் போட்டுக் கால் படி நீர் விட்டு, அரைக்கால் படியாகச் சுண்டக் காய்ச்சி வடிகட்டி வைத்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

பின்பு எருமைச் சாணத்தை மெல்லிய சீலையில் பிழிந்து எடுத்த நீரோடு, உயர்ந்த பன்னீரைச் சமமாகக் கலந்து முன் காய்ச்சிய குடிநீருடன் ஒரு அவுன்ஸ் (சற்றேறக் குறைய 3/4 பலம்) வீதம், தினம் 3 வேளை, 3 நாள் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

எவ்வளவு சிரமத்திற்கு உள்ளாக்கின இரத்த வாந்தி இருமலாயினும் குணமாகும்.

18. ஊறலவல் குடிநீர்

சரக்கும் செய்முறையும்

கொட்டைப்பாசி இலையை இடித்துப் பிழிந்த சாற்றில், அவல் 1 படி போட்டு 30 நாழிகை (1/2 நாள்) ஊறவைக்கவும்.

பின்பு அவலை வெயிலில் உலர்த்தி எடுத்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

காலை வேளையில் 1 ஆழாக்கு எடுத்துச் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

வாயிலிருந்து இரத்தம் விழுதல் நிற்கும்.

19. சோம்புக் குடிநீர்

சரக்கும் செய்முறையும்

2 சேர் சோம்பை உடைத்து நீரில் கலந்து இரு தினம் ஊறிய பின், வாலைப் பானையில் இட்டு வடித்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

அரைக்கால் முதல் கால் ஆழாக்கு வீதம் உட்கொள்ள வயிற்றுவலி, அசீரணம், வயிற்றுப்புசம், சுவாசம், இருமல், அதிதும்மல், பீனிசம், சுரம் முதலியவைகள் நீங்கும்.

எண்ணெய்கள்

1. தூதுவளை எண்ணெய்

சரக்கும் செய்முறையும்

தூதுவளை, கோரைக்கிழங்கு, சங்கு, துளசி, புலிதுடக்கி, கழற்சியிலை, இம்புராவேர் ஆகியவைகளைச் சமூலமாக வகைக்கு 1 பலம் வீதம் எடுத்து, ஒன்றிரண்டாக வெட்டி ஒரு பானையில் இட்டு, தண்ணீர் ஒரு நாழி விட்டு, தூதுவளம் பழத்தையும் 1 பலம் சேர்த்து அரைத்துக் குழப்பி, நல்லெண்ணெய் 1 நாழியும் விட்டு, இந்துப்பு, பூதகரப்பான்பட்டை, திப்பிலி இவைகளையும் அரைத்துக் குழப்பிப் பக்குவமாக எரித்து வடிக்கவும்.

பயன்பாடு

இதைச் சாப்பிட்டுவர, இருமலும் காசமும் தீரும்.

2. தேவதாளி எண்ணெய்

சரக்கும் செய்முறையும்

தேவதாளி சமூலம், கையாந்தகரை சமூலம், வாழைக் கிழங்கு, அவுரி சமூலம் இவைகளின் சாற்றைத் தனித்தனியே 1 சேர் எடுத்து, சுத்தமான நல்லெண்ணெய் 4 சேரும் விட்டு ஒன்றாகக் கலந்து அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துப் பதத்தில் இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இந்த எண்ணெயைத் தினம் காசளவு எடுத்துக் காலை வேளையில் சாப்பிட இருமல், ஈளை, இரைப்பு முதலியன குணமாகும்.

3. சாரணைக் கிழங்கு எண்ணெய்

சரக்கு

சாறணைக் கிழங்கு
சீந்தில் கொடி
பிரமி
குப்பைமேனி
தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு

ஆடாதோடை

தூதுவளை

அமுக்காரக் கிழங்கு

இச்சரக்குகளை வகைக்கு 1 பலம் எடுத்துக் கல்லுரலில் இடித்து ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு, 6 படி நீர் விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி நன்றாகக் கொதிக்க வைத்து, 4 படியாகச் செய்து வடிகட்டிக் கொள்ளவும். குடிநீருடன் சுத்தமான எள்ளெண்ணெய் 2 படி விட்டு

சுக்கு

சீரகம்

திப்பிலி

கடுக்காய்ப்பூ

மிளகு

பூண்டு

கிராம்பு

இந்துப்பு

கடுகுரோகணி

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு 3 கழஞ்சு ($1\,{}^{1}/_{3}$ தோலா) வீதம் எடுத்துச் சூரணித்துக் குடிநீர் கலந்த எண்ணெயுடன் கலந்து அடுப்பின் மேலேற்றிப் பதத்தில் வடிக்கவும்.

பயன்பாடு

இந்த எண்ணெயை ஒரு துட்டெடைத் தினம் உட்கொள்ள காசநோய்கள் தீரும்.

4. கண்டங்கத்தரியாதி எண்ணெய்

சரக்கு

கண்டங்கத்தரி

முருங்கைப்பட்டை

சுக்கு

திப்பிலி

மிளகு

இந்துப்பு

நேர்வாள வேர்

வசம்பு

துளசி

செய்முறை

இம்மருந்து வகைகளைச் சமம் எடுத்துக்கொண்டு அம்மியில் இட்டுத் தண்ணீர் விட்டரைத்து, மருந்துச் சரக்குகளுக்கு நான்கு பங்கு எண்ணெய் விட்டு, அடுப்பின் மேலேற்றிப் பதமாக எரித்துப் பதத்தில் இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இதனை நசியம் செய்துவரப் பீனிசம், துர்வாசனை முதலியவைகள் தீரும்.

5. கையாந்தகரை எண்ணெய்

சரக்கு

சிற்றாமணக்கு வேர்

சிற்றாமுட்டி வேர்

நீர்முள்ளி சமூலம்

நன்னாரி வேர்

தகரை விதை

சுக்கு

வாய்விளங்கம்

கொத்துமல்லி

கோஷ்டம்

சிற்றரத்தை

இந்துப்பு

அதிமதுரம்

இவைகள் வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு (1 1/4 வராகனெடை) வீதம் எடுத்து

கையாந்தகரைச் சாறு 1 மரக்கால்

பசுவின் பால் 1 படி

பசுவின் நெய் 1 படி

செய்முறை

இவற்றை எடுத்துக்கொண்டு கையாந்தகரைச் சாறு விட்டு முதலில் சொல்லப்பட்ட சரக்குகளை அரைத்து விழுதாக்கி, ஒன்று கலந்து அடுப்பின் மீதேற்றி எரித்துப் பதத்தில் இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இது ஆறியபின் வேண்டும்போது வெந்நீரில் எண்ணெயை உருகவைத்து மூக்கில் நசியம் இடவும். இதனால் சிரோவாய்வு, பீனிசம், பலவிதக் கண்ணோய்கள், தலையிலுள்ள நஞ்சுகள் முதலியன தீரும்.

6. கையாந்தகரை எண்ணெய் (வேறு முறை)

சரக்கு

நல்லெண்ணெய் $^{3}/_{4}$ படி

பசுவின் பால் 2 படி

பொன்னாங்கண்ணிச் சாறு

சிறுகீரைச் சாறு

கையாந்தகரைச் சாறு

இவை மூன்றும் சேர்ந்து $^{1}/_{2}$ படி. இவைகளுடன்

நெல்லிப்பருப்பு

கஸ்தூரி மஞ்சள்

சந்தனம்

வெட்டிவேர்

சின்ன லவங்கப்பட்டை

மிளகு

செண்பகப்பூ

விலாமிச்சம் வேர்

கறுஞ்சீரகம்

செங்கந்தாரிப்பட்டை

செய்முறை

இச்சரக்குகள் பதினொன்றிலும் வகைக்கு ஒரு பலம் வீதம் எடுத்துச் சூரணம் செய்து எண்ணெயில் குழப்பி, அடுப்பிலேற்றிப் பதமாக வடித்துக்கொண்டு, கோரோசனை 2 காசெடை சூரணித்துப் போடவும்.

பயன்பாடு

தலையில் தேய்த்து முழுகிவரப் பீனிசம் தீரும்.

7. கையாந்தகரை எண்ணெய் (வேறு முறை)

செய்முறை

கையாந்தகரைச் சாறு
ஈரவெங்காயச் சாறு
முள்ளிப்பழச் சாறு
நாய்த்துளசிச் சாறு
பசுமஞ்சள் சாறு
நார்த்தம்பழச் சாறு
இஞ்சிச் சாறு
நெருஞ்சிச் சாறு
துளசிச் சாறு

இச் சாறு வகைகள் வகைக்கு - 1/4 சேர்.

நல்லெண்ணெய் - 4 சேர்

இவை எல்லாவற்றையும் ஒன்று கலந்து அடுப்பின் மேல் வைத்து எரித்துப் பதமாக வரும்பொழுது

திப்பிலி	1 பலம்
செங்கழுநீர்க் கிழங்கு	1 பலம்
கோஷ்டம்	1பலம்

செய்முறை

இவற்றைத் தூளாக்கி எண்ணெயில் போட்டுப் பதமாக எரித்து வடிக்கவும்.

பயன்பாடு

இந்த எண்ணெயில் தலை முழுகிவரப் பீனிசம், மூக்கிலிருந்து நீர் வருதல், தும்மல் ஆகியன தீரும்.

பத்தியம்

புளிப்பு, கைப்புப் பதார்த்தங்களை நீக்கவும். புகையிலையையும் நீக்கவும்.

8. துளசி எண்ணெய்

சரக்கு

துளசிச் சாறு	4 படி
சீந்திற்கொடிச் சாறு	1 உழக்கு
சிறுவழுதலைப் பழச் சாறு	1 உழக்கு
பூண்டின் சாறு	1 உழக்கு

இந்நான்கு வகைச் சாறுகளையும் ஒன்று கலந்து

குங்கிலியம்	4 பலம்
சுக்கு	1 பலம்
திப்பிலி	1 பலம்
மிளகு	1 பலம்

செய்முறை

இவைகளை மேற்படிச் சாறு விட்டரைத்து எல்லாவற்றோடும் ஆமணக்கெண்ணெய் ஒரு நாழி கூட்டிக் கலந்து அடுப்பின் மீதேற்றி எரித்துப் பதத்தில் வடிக்கவும். இதனை மூக்கில் நசியமிடவும்:

தீரும் நோய்

மயக்கம், மூக்கிலிருந்து சீழ் வருதல், இரத்தம் வீழல் முதலியவை தீரும்.

9. முக்கூட்டெண்ணெய்

சரக்கு

இலுப்பையெண்ணெய்	1 நாழி
சிற்றாமணக்கெண்ணெய்	1 நாழி
எள்ளெண்ணெய்	1 நாழி

நொச்சிச்சாறு	1 நாழி
சாறணைச்சாறு	1 நாழி
திராயின்சாறு	1 நாழி
உத்தாமணிச்சாறு	1 நாழி

இச்சாறு வகைகளையும், எண்ணெய் வகைகளையும் ஒன்று கூட்டி

அவுரி
முடக்கொத்தான்
கசகசா
சிறுகுறிஞ்சான்
கறுநொச்சி
சிலுசிலுப்பை
சங்கு
வில்வம்
திராய்
குதிரைவாலி (முதியார் கூந்தல்)
சாறணை
நிலக்குமிழ்
நத்தைச்சூரி
புங்கு
உத்தாமணி
குன்றி
ஈசுவரமூலி (பெருமருந்து)

இம்மூலிகைகளின் கொழுந்து வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு (11/4 வராகன் எடை) எடுத்து இதனுடன்

சதகுப்பை
சிற்றரத்தை
வெளிச்சைப்பிசின்
பூண்டு

மஞ்சள்

தேவதாரம்

சாதிக்காய்

பெருங்குரும்பை

இலவங்கப்பத்திரி

ஏலக்காய்

கறுஞ்சீரகம்

வசம்பு

சுக்கு

திப்பிலி

கிராம்பு

மிளகு

செய்முறை

இக்கடைச் சரக்கு வகைகளையும் வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு வீதம் எடுத்துப் பச்சிலைகளுடனே ஒன்று கூட்டிப் பால் விட்டு அரைத்துச் சாறு கூட்டிய எண்ணெய் வகையுடன் குழப்பி அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துப் பக்குவமாக வடிக்கவும்.

பயன்பாடு

இதனைச் சிரசில் தேய்த்து மூன்று நாளைக்கு மூழ்கவும். மறு மூன்று நாள் இதை நசியம் செய்யவும் (மூக்கிலிடவும்).

தீரும் நோய்

இதில் தினசரி குளிக்க நாட்பட்ட மஞ்சக் காய்ச்சல், காதடைப்பு, தலை நோய்கள், கடலின் அலை ஓசை போன்ற காதில் இரைச்சல் முதலிய பற்பல நோய்கள் தீரும்.

10. முக்கூட்டெண்ணெய் (வேறு முறை)

சரக்கு

நல்லெண்ணெய்	1 நாழி
ஆமணக்கெண்ணெய்	1 "
பசுவின் நெய்	1 "

செய்முறை

இவைகளுடன் 1 நாழி மிளகுத் தூளைக் குழப்பிச் சூரியபுடமாக வைத்து எடுக்கவும்.

பயன்பாடு

இதனால் தலை முழுகிவரவும்.

தீரும் நோய்

எல்லாவகைப் பீனிசங்களும் தீரும்.

11. பொன்னாங்கண்ணி எண்ணெய்

சரக்கு

ஆமணக்கெண்ணெய்	1 படி
இளநீர்	1 "
பசுவின் பால்	1 "
பொன்னாங்கண்ணிச் சாறு	கால்படி
நெல்லிக்காய்ச் சாறு	"

இவைகளை ஒன்று கலந்து,

ஏலக்காய்
துளசி வேர்
தூதுவளை வேர்
திப்பிலி
சீரகம்
சுக்கு
விஷ்ணுகிராந்திவேர்
கோரோசனை
கடுக்காய்த்தோல்
அதிமதுரம்

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு 1 பலம் வீதம் எடுத்து இடித்துச் சூரணித்து, இளநீர் விட்டு நன்றாக அரைத்துச் சாறு கூட்டிய எண்ணெயுடன் கலந்து அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துப் பக்குவப்படுத்தி இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இரவில் ஆகாரம் சாப்பிட்ட பின்னர் இந்த எண்ணெயில் ஒரு தேக்கரண்டி உட்கொண்டு உறங்கவும். காலையில் ஒரு தடவை பேதியாகும்.

தீரும் நோய்

சயரோகம், இருமல், காய்ச்சல் தீரும்.

பத்தியம்

எருமை மோர், பூசணிக்காய் இவைகளை நீக்கிப் பசுவின் நெய், பால் கத்தரிப் பிஞ்சு, முருங்கைப் பிஞ்சு இவைகளை உட்கொள்ளவும்.

12. எலியால் எண்ணெய்

சரக்கு

காட்டாமணக்கு	20 பலம்
பேய்ப்பீர்க்கு	10 "
அப்பைக்கோவைக் கிழங்கு	10 "
சாறணை வேர்	50 "
நிலக்குரா	20 "
பிராய்	10 "
அமுக்கராக் கிழங்கு	10 "
அழிஞ்சில் சமூலம்	10 "
சிறுகுறட்டை	10 "
மூக்கிறட்டை	50 "

இவைகளை நறுக்கி ஒன்றிரண்டாக இடித்து ஒரு பெரும் பானையில் இட்டு, 8 மரக்கால் சுத்த நீர் விட்டு ஒரு நாள் ஊற வைத்து அடுப்பின் மேலேற்றி நான்கிலொன்றாகும் வரை வற்றவைக்கவும்.

இக்குடிநீருடன்

அதிமதுரம்
கற்கடகசிங்கி
சிறுதேக்கு
பூதகரப்பான்பட்டை
குக்கில்
சீரகம்
கிராம்பு
கோஷ்டம்
சுக்கு
திப்பிலி
மிளகு
ஏலக்காய்
இலவங்கப்பத்திரி
வெருகங்கிழங்கு
சேங்கொட்டை
பொன்னரிதாரம்

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு ஒரு பலம் வீதம் எடுத்துக் குடிநீர் விட்டரைத்துச் சுத்தமான நல்லெண்ணெய் 4 படி விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்து மெழுகு பதத்தில் இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இந்த எண்ணெயில் கொஞ்சம் தேன் விட்டு வேளைக்கு 2 வராகன் எடை அளவு எடுத்து உட்கொள்ளவும். சயரோகம் தீரும்.

13. மஞ்சள் எண்ணெய்

சரக்கு

பசுமஞ்சள் சாறு	1 படி
குறிஞ்சாச் சாறு	1 "

விளக்கெண்ணெய்	1 படி
வெட்பாலை அரிசி	1/2 பலம்
வாலுளுவை அரிசி	1/2 பலம்

செய்முறை

வெட்பாலை அரிசி, வாலுளுவை அரிசி இரண்டையும் நீர் விட்டரைத்துச் சாறு, எண்ணெய்க் கலவையுடன் கலந்து காய்ச்சிய பின், வெந்தயத்தூள் 1 பலம் போட்டு வடிகட்டிக் கொள்ள வேண்டும்.

பயன்பாடு

இதனை அளவாக அருந்த, மலக்கட்டு நீங்கும். உடலில் பூசிப் பிடித்துவிட எலும்பைப் பற்றிய உட்காய்ச்சல் நீங்கும். உடல் வன்மை பெறும்.

14. எலுமிச்சம் பழ எண்ணெய்

சரக்கு

பச்சை மஞ்சள் சாறு

எலுமிச்சம் பழச் சாறு

வகைக்கு 1 உழக்கு.

எள்நெய் -1 படி.

செய்முறை

இவற்றை ஒன்று கலந்து காய்ச்சிப் பதத்தில் வடித்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

பயன்பாடு

தலையில் தேய்த்து முழுகிவர பீனிசங்கள் தீரும்.

நெய் வகைகள்

1. சிறுகத்தரியாதி நெய்

சரக்கு

சிறுகத்தரி, கையாந்தகரை, பிரமி, சீந்தில் தண்டு இவைகளின் சாறு வகைக்கு ஒரு நாழி. பசுவின் நெய் ஒரு நாழி.

செய்முறை

இவைகளை ஒன்று கலந்து அடுப்பின்மேல் வைத்து எரித்து நெய் பதத்தில் இறக்கி வடிக்கட்டிக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

வேண்டும்பொழுது 1/2 தோலா வீதம் காலையிலும் மாலையிலுமாகச் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

இருமல், காசம், சுவாசம் ஆயிவைகள் தீரும்.

2. ஆடாதோடையாதி நெய்

சரக்கும் செய்முறையும்

ஆடாதோடையைச் சமூலமாக 48 பலம் எடுத்துக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்து ஒரு பாத்திரத்தில் இட்டு, 2 மரக்கால் நீர் விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி 4 படியாகும் வரை வற்றக் காய்ச்சவும். அதனுடன் பசுவின் நெய் 4 படியும் பசுவின் பால் 4 படியும் எடுத்துக் கொள்ளவும்.

சிற்றரத்தை, அமுக்காரக் கிழங்கு, சிறுதேக்கு, திப்பிலி, கிராம்பு, அதிமதுரம், தேவதாரம், மஞ்சள், சீரகம், கோரோசனை, சுக்கு, சிறுகத்தரி, கோரைக்கிழங்கு, விழலரிசி, முந்திரிப்பழம், சர்க்கரை ஆகியவைகளை வகைக்கு ஒரு பலம் வீதம் எடுத்துக் கல் உரலில் இடித்து மேலே சொன்ன குடிநீருடன் குழப்பி அடுப்பின் மேலேற்றி எரிக்கவும்.

பயன்பாடு

நெய்யைப் பதத்தில் இறக்கி வடித்துக் காலையிலும் மாலையிலும் 1/2 தோலா எடை சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

காசம், சுவாசம் முதலியன குணமாகும்.

3. ஆடாதோடையாதி நெய் (வேறு முறை)

சரக்கு

பசுவின் நெய்	1	படி
கரிசலாங்கண்ணிச் சாறு	$^1/_8$	"
முள்ளியிலைச்சாறு	$^1/_8$	"
கறுநொச்சிச்சாறு	$^1/_8$	"
ஆடாதோடையிலைச்சாறு	$^1/_8$	"
சீந்தில் கொடிச்சாறு	$^1/_8$	"
சாறணைச்சாறு	$^1/_8$	"
கண்டங்கத்தரிச்சாறு	$^1/_8$	"
பிரண்டைச்சாறு	$^1/_8$	"

செய்முறை

இவைகளை ஒன்று கலந்து, அடுப்பின் மேலேற்றிப் பதமாக வடித்து இறக்கவும். இதனுடன் பருமனான தூதுவளை வேர்ப்பட்டை, சங்கம் வேர்ப்பட்டை இவைகள் வகைக்கு $^3/_4$ பலமும், சீனி $^1/_8$பலமும் எடுத்துச் சூரணம் செய்து கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

உள்ளங்கை கொள்ளுமட்டும் ($^1/_8$ அணா அளவு) மேலே சொன்ன நெய்யுடன் குழைத்துச் சாப்பிடவும்) ஐய நோய்கள் குணமாகும்.

4. ஆடாதோடையாதி நெய் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

ஆடாதோடை இலை, வேர், கொம்பு முதலியவைகளைச் சமூலமாக எடுத்துச் சிறு சிறு துண்டுகளாக வெட்டி 120 பலம் எடுத்துக் கல் உரலில் இட்டு இடித்து, 8 மரக்கால் தண்ணீர் விட்டு 5 நாள் முழுதும் ஊறவைக்கவும். பின்பு இதை அடுப்பின் மேலேற்றி நாலிலொன்றாய்க் காய்ச்சவும். பசுவின் பால் ஒரு மரக்காலும், பசுவின் நெய் 4 படியும் விட்டு, மேற்படி குடிநீரையும் ஒன்று கலந்து

அமுக்கராக்கிழங்கு
ஆடாதோடை வேர்
முக்காவேளை வேர்
திப்பிலி
திரிகடுகு
சிற்றரத்தை
பேரீச்சம்பழம்
விழலரிசி
மரமஞ்சள்
காகோலி
தேவதாரம்
சிவதை வேர்
சந்தனத்தூள்
கறிமுள்ளி வேர்
வட்டத்திருப்பி
சுழலாவாரை
கண்டங்கத்தரி வேர்
முந்திரிகைப்பழம்
சிறுதேக்கு
ஏலக்காய்
வெட்டிவேர்
கிராம்பு
கற்கடகசிங்கி
சீரகாகோலி
இந்துப்பு
இலவங்கப்பட்டை
இடமியம்

இவைகளை வகைக்கு 4 கழஞ்சு வீதம் எடுத்து, இடித்து ஊறவைத்து அம்மியில் இட்டு அரைத்துக் குடிநீர் கூட்டிய நெய்யுடனே குழம்பி, அடுப்பின் மேலேற்றிப் பக்குவமாக எரித்துப் பதத்தில் இறக்கவும்.

பயன்பாடு

தினம் $^1/_2$ தோலா வீதம் காலை நேரங்களில் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

இருமல், ஈளை, நெஞ்செரிவு, உடம்பு உலர்தல், பித்தம், விடக்காய்ச்சல் முதலியவகைள் குணமாகும்.

5. ஆடாதோடை நெய் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

ஆடாதோடைச் சாறு 1 மரக்கால், பசுவின் நெய் 2 படி, பசுவின் பால் 4 படி.

இவைகளை ஒன்று கலந்து

திப்பிலி, கண்டில் வெண்ணெய், இந்துப்பு, சீரகம், யானைத்திப்பிலி, சடாமாஞ்சில், அமுக்கராக்கிழங்கு, செவ்வியம், மரமஞ்சள், பெருங்குறும்பை, கற்கடகசிங்கி, விழலரிசி, தேவதாரம், கறுஞ்சீரகம்.

இவைகளை வகைக்கு 1 பலம் வீதம் எடுத்து மேற்படி ஏதேனும் ஒரு சாறு விட்டு நன்றாக அரைத்துச் சாறுகூட்டிய நெய்யுடன் குழப்பி அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துப் பதத்தில் இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இந்நெய்யில் ஒரு வராகன் எடையளவு எடுத்து உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

சயம், இருமல் தீரும்.

6. ஆடாதோடை நெய் (வேறு முறை)

சரக்கு

ஆடாதோடைச் சமூலம் 24 பலம் எடுத்துச் சிறுசிறு துண்டுகளாக வெட்டி, 2 மரக்கால் சுத்த நீருடன் இடித்துப் போட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துச் சின்னபடி 1 படியாகும் மட்டும் சுண்டச் செய்யவும். ஆடாதோடையிலைச்சாறு சின்னபடி ஒன்று எடுத்துக்கொள்ளவும்.

சுக்கு
தான்றித்தோல்
விழலரிசி
சிறுதேக்கு
திப்பிலி
இந்துப்பு
ஞாழல்
மிளகு
கொடிவேலிவேர்
மஞ்சள்
கடுக்காய்த்தோல்
திராட்சைப்பழம்
கற்கடகசிங்கி
நெல்லிவற்றல்
கோரைக்கிழங்கு

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு $^{1}/_{4}$ வராகன் எடை அளவு எடுத்து மேற்கூறிய குடிநீர் விட்டு அரைத்துச் சாறு கலந்து பசுவின் நெய் 1 படியும் சேர்த்து அடுப்பின் மேலேற்றிச் சிறு தீயால் எரிக்கவும். மறுநாள் இந்நெய்யைப் பதமாக்கி இறக்கி வடிக்கட்டிக் கொண்டு நன்றாக ஆறியபின் சுத்தமான தேன் ஒரு உழக்கும் விட்டுக் கலந்துகொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இந்நெய்யைத் தினம் ஒரு வராகன் எடை அளவு எடுத்து உட்கொள்ள வும்.

தீரும் நோய்

சயம், காசம், பித்தம் முதலான நோய்கள் தீரும்.

7. ஆடாதோடை நெய் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

ஆடாதோடை வேர், கீழ்க்காய் நெல்லி வேர், காட்டுமல்லி வேர், வேளை வேர், குப்பை மேனி வேர், வேலிப்பருத்தி வேர், வழுதலை வேர், நத்தைசூரி வேர், மருட் கிழங்கு, கோவைச்சமூலம், வசம்பு, பூண்டு, கஸ்தூரி மஞ்சள், நல்ல பாம்பு கண்டம் ஆகியவைகளில் வகைக்கு 3 வராகன் எடை எடுத்து அம்மியில் வைத்து நன்றாக அரைத்து ஒரு பாத்திரத்தில் நெய் படி ஒன்று ஊற்றி, அதில் அரைத்ததைக் கலந்து, அதனுடன் எள் நெய் 1 படி, ஆமணக்கு நெய் 1 படி சேர்த்து அடுப்பிலிட்டுக் காய்ச்சி, காயும் பொழுது கறுங்குங்கிலியம் 2 காசெடையும், 5 எலுமிச்சம்பழச் சாறும் சேர்த்துப் பக்குவத்தில் காய்ச்சி வடித்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

உள்ளுக்குக் காசெடை கொண்டு, மேலுக்குத் துவாலை போட, ஐயநோய்களும், நாட்பட்ட சுரமும் தீரும்.

8. ஆடாதோடை நெய் (வேறு முறை)

சரக்கு

அரிசித்திப்பிலி
சித்திரமூலம் வேர்
சுக்கு
சத்திச்சாரம்
யானைத்திப்பிலி
இந்துப்பு
எவச்சாரம்

இவைகள் வகைக்குக் கழஞ்சு-1.

ஆடாதோடைச் சாறு	1 படி
ஆவின் பால்	1 "
ஆவின் நெய்	1 "

செய்முறை

மேற்கூறப்பட்ட முதல் ஏழு சரக்குகளைச் சிறிது இடித்து அம்மிக்கல்லில் வைத்துப் பசுவின் பால் விட்டு நெகிழ அரைத்து வழித்து ஒரு நெய்ப் பாண்டத்தில் போட்டுப் பசுவின் பாலையும் ஆடாதோடைச் சாற்றையும் விட்டுக் கலக்கி உறவான சமயம், பசுவின் நெய் கூட்டி அடுப்பிலேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்துப் பதமுறக் காய்ச்சி வடித்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

வேளைக்கு ஒரு தேக்கரண்டி வீதம் காலை, மாலை இரு பொழுதும் கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

நெஞ்சு வலி, கபச்சிக்கலால் உண்டான இரைப்பு, சுவாசகாசம், பித்த பாண்டு, உள்மூலம், வெளிமூலம் , பழைய சுரம், அக்கினிமந்தம் முதலியவைகள் தீரும்.

பத்தியம்

புளி தள்ளி, இச்சாபத்தியமாக இருத்தல் நன்று.

9. தசமூல நெய்

சரக்கும் செய்முறையும்

பெருவாகை, திரிகடுகு, வில்வம், பாதிரி, கண்டங்கத்தரி, பெருங்குமிழ், நெருஞ்சி, சிறுவழுதுணை, பெருமல்லி, சிறுமல்லி ஆகிய சரக்குகளில் 4 மரக்கால் தண்ணீர் விட்டு 4 படியாகச் சுண்டக்காய்ச்சி

கோஷ்டம், திரிகடுகு, ஏலக்காய், இந்துப்பு, திரிபலை, ஓமம், குரோசாணி ஓமம், கிராம்பு, வாலுளுவையரிசி.

செய்முறை

இவைகள் வகைக்கு $1^1/_2$ கழஞ்சு ($1^1/_4$ வராகன் எடை) எடுத்துத் தூள் செய்து பசுவின் பால் விட்டு அரைத்து, நெய் விட்டுக் குழப்பி, அடுப்பின் மேலேற்றி 3 நாளைக்குச் சிறுகச் சிறுக எரிக்கவும். நான்காவது தினத்தில் பக்குவப்படுத்தி இறக்கி வடிக்கவும்.

பயன்பாடு

வேளைக்கு இரு காசளவு வீதம் இந்நெய்யை உட்கொள்ள மார்பில் வலி, மூச்சுத் திணறல், நெஞ்சுக்கட்டு, குன்மம், கிராணி, காசம், சுவாசம், முதலியவைகள் தீரும். இந்நெய்யுடன் ஆனந்தபைரவம் ஒரு குன்றுமணி எடை சேர்த்துக் கொடுக்கவும். மருந்தின் வீரியம் மிகும்.

10. கரிசாலை நெய்

சரக்கு

தூதுவளை, கரிசலாங்கண்ணி, ஆடாதோடை, சங்கம் இலை, சுழலாவாரை ஆகியவற்றின் சாறுகள் வகைக்கு ஒரு படி.

பசுவின் நெய் - $^1/_2$ படி. எள்ளெண்ணெய் - 1/2 படி.

இவைகளை ஒன்று கலந்து, கடுக்காய் 100 எண்ணிக்கையில் எடுத்துக் கொட்டை நீக்கித் தூள் செய்து, சாறு கலந்து நெய்யுடன் போட்டு, வெல்லம் 20 பலமும் போட்டு ஒன்றாகக் கலந்து,

சுக்கு, வாய்விளங்கம், வெள்ளைக்கடுகு, கொடிவேலி வேர், சிறுதேக்கு, திப்பிலி, செவ்வியம், பெருங்காயம், மிளகு, அதிவிடயம், சீரகம், பொன்முசுட்டை வேர், கடுகுரோகணி, சுழலாவாரை வேர், பெருங்குறும்பை, குங்கிலியம், ஏலக்காய், ஓமம், திப்பிலி மூலம், காட்டு மிளகு.

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு 1 1/4 வராகன் எடை வீதம் எடுத்துக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துச் சூரணம் செய்து அதனுடன் கலந்து, சுத்தி செய்த இரும்புத்தூள் $^1/_2$ பலமும் போட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி மந்தாக்கினியால் எரிக்கவும். இதைக் குழம்பு பக்குவத்தில் இறக்கி ஒரு நாளைக்கு ஆறவைக்கவும். பின்பு இதை ஒரு பாண்டத்தில் இட்டு 15 நாளைக்கு நெற்குவியற்குள் புதைத்து வைக்கவும்.

பயன்பாடு

இதில் ஒரு கொட்டைப்பாக்கு அளவு எடுத்துச் சாப்பிட ஈளை, காசம், சுவாசம், இருமல் ஆகியவைகள் தீரும்.

பத்தியம்

கசப்புப் பதார்த்தங்களையும், புளிப்புப் பதார்த்தங்களையும் நீக்கவும். பசுவின் பால், வெள்ளாட்டுப் பால், பசுவின் நெய், துவரம்பருப்பு, புடலங்காய்,

கௌதாரி இறைச்சி, காடை இறைச்சி, முருங்கைப் பிஞ்சு ஆகியவைகளைக் கூட்டிக்கொள்ளவும்.

11. அத்திப்பட்டையாதி நெய்

சரக்கும் செய்முறையும்

அத்திப்பட்டை, ஆலம்பட்டை, அரசம்பட்டை, இத்திப்பட்டை ஆகியவைகளை நன்றாக முற்றியதாகவும், சிவப்பாகவும் பார்த்து வகைக்கு ஒரு பலம் வீதம் கொண்டுவந்து, நன்றாகப் பஞ்சு போல் இடித்து, 4 மரக்கால் நீர் விட்டு, அடுப்பின் மேலேற்றி எட்டிலொன்றாகக் காய்ச்சி வடிகட்டிக் கொண்டு, அதனுடன் வெள்ளெருக்குச் சாறு 2 படியும், சோற்றுக் கற்றாழைச் சாறு 2 படியும், பசுவின் நெய் 2 படியும் விட்டு ஒன்று கலந்து,

அரசமொட்டு, ஆலமொட்டு, அத்திமொட்டு, சந்தனத்தூள், அதிமதுரம், கோஷ்டம், இலுப்பைப்பூ, கிராம்பு, நெய்தல் கிழங்கு, நன்னாரி வேர், அமுக்கராக் கிழங்கு, பூலாங் கிழங்கு, சண்பக மொட்டு, செங்கழுநீர்க் கிழங்கு, பச்சிலை, இலவங்கப்பத்திரி, பேரீச்சம்பழம், ஏலக்காய், தாமரை இலைச்சுருள், வெள்ளருகம் வேர், நாணல் தாது, சிறுநாகப்பூ.

இச்சரக்குகள் வகைக்கு 1 1/4 வராகன் எடை வீதம் எடுத்துப் பால் விட்டு அரைத்துச் சாறு கலந்த நெய்யுடன் குழப்பி, அடுப்பின் மேலேற்றி, சிறு தீயாக 4 நாள் எரிக்கவும். 5-ஆவது தினத்தில் இதைப் பக்குவப்படுத்தி இறக்கவும்.

பயன்பாடு

நோயின் பலத்தை அறிந்து தினம் 2 வேளை ஒரு தேக்கரண்டி வீதம் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

உடம்பு உலர்ந்து போதல், எலும்புருக்கி, இருமல், ஈளை, நெஞ்சில் சளி, கோழை, முதலிய நோய்கள் தீரும்.

12. பூசணி நெய்

சரக்கும் செய்முறையும்

பூசணிக்காய்ச் சாறு -1 குறுணி, பசுவின் நெய்-2 படி. இவைகளை ஒன்றுகலந்து ஏலக்காய், கரிப்பாலைவேர், கிராம்பு, இந்துப்பு, சுக்கு, விலாமிச்சம் வேர், அதிமதுரம், விழலரிசி, சிறு நாகப்பூ, பச்சிலை இச்சரக்குகள் வகைக்கு 2

கழஞ்சு (3 $^{3}/_{4}$ வராகன் எடை) எடுத்துப் பூசணிக்காய்ச் சாறு விட்டு நன்றாக அரைத்து, சாறு குழம்பிய நெய்யுடன் சேர்த்து, 4 தினங்களுக்கு ஊறவைத்து, ஐந்தாம் தினத்தில் இம்மருந்தை அடுப்பின் மேலேற்றி, எரித்துப் பக்குவமாகப் பதத்தில் இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இதை வடிகட்டி 4 பலம் சர்க்கரை கூட்டிக்கொண்டு தினமொன்றுக்கு 3 கழஞ்சு வீதம் பாலுடன் சாப்பிட்டு வரவும். ஐய நோய்கள் தீரும்.

13. பூசணி நெய் (வேறு முறை)

சரக்கு

பூசணிக் காய்ச் சாறு 8 படி (1 மரக்கால்)

பசுவின் நெய் 1 படி

இவ்விரண்டையும் ஒன்றுசேர்த்து அடுப்பின் மேலேற்றிக் கொதிக்கவைத்து நாலிலொன்றானபின், பசுவின் பால் படி 1 விட்டு மறுபடியும் காய்ச்சவும். இம்மருந்து கொதிக்கையில்,

காகோலி
அதிமதுரம்
சிற்றரத்தை
யானைத்திப்பிலி
கண்டத்திப்பிலி
திப்பிலி
கோரைக்கிழங்கு
சுக்கு
கொடிவேலி வேர்
பற்பாடகம்
சிறுதேக்கு

செய்முறை

ஆகிய சரக்குகள் வகைக்கு $^{1}/_{2}$ பலம் எடுத்துக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துச் சூரணம் செய்து அதனுடன் சேர்த்துக் காய்ச்சவும். நன்கு பதமாக்கி இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இந்நெய்யில் $^1/_4$ பலம் எடுத்துப் பசுவின் பாலுடன் உட்கொள்ள ஐய நோய்கள் குணமாகும். 40 நாட்கள் வரை உபயோகிக்கவும். சுரம், பித்தம் முதலானவைகளுக்கு நல்லது.

14. தூதுவளை வேர் நெய்

சரக்கும் செய்முறையும்

தூதுவளை வேரிலுள்ள மேல் தோலை உரித்துக் காய வைத்து இடித்துச் சூரணம் செய்து எடுத்த தூள் ஒரு சிறங்கையுடன்

கடுக்காய்த் தூள், மிளகுப் பொடி, மஞ்சள் தூள்

ஆகியவற்றுள் வகைக்குக் காலேயரைக்கால் சிறங்கை வீதம் எடுத்துப் பசுவின் நெய் 1 சேரில் குழப்பி, அடுப்பின் மேலேற்றிப் பக்குவப்படுத்திக் கிளரி வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இதை வடிகட்டாமல் கடுகுடன் உபயோகிக்கவும். இருமல் முதலானவை குணமாகும்.

15. தூதுவளையாதி நெய்

சரக்கும் செய்முறையும்

தூதுவளை, கையாந்தகரை, ஆடாதோடையிலை ஆகியவைகளைத் தனித்தனியாக எடுத்துப் பிழிந்த சாறு வகைக்கு 4 படி எடுத்துப் பசுவின் நெய் 1 படியுடன் கலந்து கொள்ளவும்.

பூசணிப்பூ, ஈத்தின்னி வௌவால், மிளகு, வசம்பு, கருஞ்சீரகம், திப்பிலி

இச்சரக்குகள் வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு ($1^1/_4$ வராகன் எடை).

சுக்கு 2 கழஞ்சு.

இவைகளை ஒன்று சேர்த்துப் பால் விட்டு அரைத்துச் சாறு கூட்டிய நெய்யுடன் கலந்து, அடுப்பின் மேலேற்றி நன்றாக எரித்துப் பதத்தில் வடிக்கவும்.

பயன்பாடு

இந்நெய்யைத் தினந்தோறும் காலையில் சாப்பிட்டுவர ஈளை, இருமல், முதலியவை தீரும்.

16. தூதுவளையாதி நெய் (வேறு முறை)

சரக்கு

தூதுவளை வேர்
நொச்சி
இம்புராவேர்
பொரும்பிலி
பிரமி
குப்பைமேனி
பொடுதலை
கையாந்தகரை
சங்கு
தேள்கொடுக்கு
சாரடை
செம்முள்ளி
வேலிப்பருத்தி
செருப்படை
ஆடாதோடை
பிரண்டை
செம்பை

ஆக இப்பதினேழு வகை இலைகளின் சாறும் வகைக்கு $^1/_2$ சேர்.

பசுவின் நெய் 2 சேர்
பசுவின் பால் 4 சேர்

இவைகளை ஒன்றுகலந்து கொண்டு

பெருமருந்து வேர்
கொடிவேலிவேர்
திப்பிலி
இந்துப்பு
யானைத்திப்பிலி

கிராம்பு
நெல்லிவற்றல்
கடுக்காய்த் தோல்
சிறுமூலம்
சதகுப்பை
சுத்தி செய்த மனோசிலை
சுக்கு
அமுக்கராக்கிழங்கு
வட்டத்திருப்பி வேர்
விழலரிசி
பெருங்காயம்
சாதிக்காய்
தான்றிக்காய்த் தோல்
கற்கடக சிங்கி
சுத்தி செய்த தாளகம்
சிறுதேக்கு
தேவதாரு
மிளகு
கறுஞ்சீரகம்

செய்முறை

இச்சரக்குகளை வகைக்கு $1\,^1/_4$ வராகன் எடை வீதம் எடுத்து ஏதேனும் ஒரு சாறு விட்டு அரைத்து, சாறு கலந்த நெய்யுடன் குழப்பி, அடுப்பின் மேல் வைத்துப் பக்குவமாக எரித்துப் பதத்தில் வடிக்கவும்.

பயன்பாடு

இந்நெய்யில் 4 வராகன் எடை வீதம் தினம் ஒரு வேளை சாப்பிட ஐய நோய்கள் தீரும்.

17. தூதுவளை நெய் (வேறு முறை)

சரக்கு

தூதுவளைப் பழச் சாறு	1 படி
தூதுவளை இலைச் சாறு	1 "
பசுவின் நெய்	1 "

இவைகளை ஒன்று கலந்து

கண்டத்திப்பிலி

கடுகுரோகணி

சீரகம்

மிளகு

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு 1 பலம் வீதம் எடுத்து இடித்துப் பொடி செய்து சாறு கலந்த நெய்யுடனே குழப்பி அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துப் பக்குவமாக இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இந்நெய்யில் தினம் 1/2 பலம் உட்கொள்ளச் சயரோகம் தீரும்.

18. தூதுவளை நெய் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

ஊர்ப்பன்றி மாமிசத்தைப் புளி இட்டுக் கறியாகச் சமைத்து 8 நாட்கள் சாப்பிட்டு, தேற்றாங்கொட்டையை அரைத்து எலுமிச்சங்காய் அளவு எடுத்துக் கடுகுரோகணி 1/4 வராகன் எடையும், சிவப்பு வாழைப்பழம் ஒன்றும் சேர்த்துப் பிசைந்து 3 நாட்களுக்குச் சாப்பிடவும்.

பின்னர்

தூதுவளையிலைச் சாறு	1 ஆழாக்கு
சுத்தமான தேன்	1 "
கடுகுரோகணி	$^1/_4$ வராகன் எடை

ஆகியவற்றைச் சேர்த்து மற்றும் 3 நாட்களுக்குத் தினம் 2 வேளைகள் உட்கொள்ளவும்.

ஒரு சட்டியில் தூதுவளம்பழம் 1 படி போட்டுப் பசுவின் பால் 1 படி, தூதுவளையிலைச் சாறு 1 படி, பசுவின் நெய் 1 படி இவற்றை ஒன்று கலந்து

திப்பிலிமூலம்

கடுகுரோகணி

திப்பிலித்தூள்

கறுஞ்சீரகம்

மிளகு

இவைகள் வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து இடித்துப்போட்டு, சர்க்கரை 5 பலம் சேர்த்து அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துப் பதத்தில் இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இந்த நெய்யில் ஒரு எலுமிச்சம் பழ அளவு எடுத்து நாள்தோறும் 2 வேளை சாப்பிட்டுவர இருமல், ஈளை, சயம், உடல் இளைப்பு முதலானவை தீரும்.

பத்தியம்

உப்பு, புளிப்புச் சுவையுள்ள பண்டங்கள் ஆகாது. முருங்கைப் பிஞ்சு, திருக்கைக் கருவாடு, சுறாக்கருவாடு, இளங்கீரை முதலியவைகளை உட்கொள்ளலாம்.

19. தூதுவளை நெய் (வேறு முறை)

சரக்கு

தூதுவளை 25 பலம், முள்ளி, கண்டங்கத்தரி, காஞ்சொறி, ஆடாதோடை, மிளகு, திப்பிலி, கடுக்காய், சிறுகாஞ்சொறி இவை வகைக்கு 4 பலம். இவைகளை இடித்து ஒரு பாண்டத்தில் சேர்த்து நீர் 2 தூணி விட்டு 1/16 ஆகக் குறுக்கி வடித்து ஒரு பாண்டத்தில் சேர்த்து, அதில்

ஆவின் நெய் 2 படி

ஆவின் பால் 2 "

திரிகடுகு

திரிபலை

தாளிசம்

கோஷ்டம்

அக்கிராகாரம்

வாய்விளங்கம்

சீரகம்

ஓமம்

வால்மிளகு

சிற்றரத்தை

பேரரத்தை

ஏலம்

கிராம்பு

சாதிக்காய்

சாதிப்பத்திரி

இவை வகைக்கு 3 $^{3}/_{4}$ வராகன் எடை

செய்முறை

இவைகளை எல்லாம் ஆவின் பால் விட்டுக் கற்கமாக அரைத்து மேற்படியில் கரைத்து அடுப்பிலிட்டுக் காய்ச்சி மெழுகு பதத்தில் வடித்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

1 கரண்டி வீதம் காலையில் மாத்திரம் ஒரு மண்டலம் கொண்டால் சயம், ஈளை, இருமல், காசம், மேகம், உட்டிண நோய், இரைப்பு, ஐயவாய்வு, குண்டலவாய்வு ஆகியவைகள் தீரும்.

20. தூதுவளை நெய் (வேறு முறை)

சரக்கு

1.	தூதுவளைச் சமூலம்	20 பலம்
	கறிமுள்ளி வேர்	10 பலம்
	கண்டங்கத்தரி வேர்	10 பலம்
2.	கடுக்காய்	
	தான்றிக்காய்	

மிளகு
கோஷ்டம்
சித்திரமூலம்
சிறுநாகப்பூ
நெல்லிவற்றல்
சுக்கு
திப்பிலி
தாளிசப்பத்திரி
நன்னாரி வேர்

இவைகள் வகைக்கு பலம் 1.

முசுமுசுக்கை வேர்
கண்டங்கத்தரி விதை

இவைகள் வகைக்கு பலம் $^{1}/_{2}$.

3. ஆவின் நெய்	1 படி	
ஆவின் பால்	1	"
இஞ்சிச் சாறு	$^{1}/_{2}$	"

செய்முறை

முதலாவது அங்கத்தில் கூறப்பட்ட மூன்று சரக்குகளையும் பஞ்சு போல் நசுக்கி ஒரு பெரிய பாண்டத்தில் போட்டு 8 படி தண்ணீர் விட்டு அடுப்பில் ஏற்றிச் சிறு தீயாக எரித்து, ஒரு படி அளவிற்குச் சுண்டின சமயம் வடிகட்டிக் குடிநீர் செய்து கொள்ளவும்.

இரண்டாவது அங்கத்தில் கூறப்பட்ட சரக்குகளை இடித்துச் சூரணித்து அம்மிக்கல்லில் வைத்துப் பசுவின்பல் விட்டு நெகிழ அரைத்து வழித்து எடுத்துக் கொள்ளவும். அப்பால் ஒரு நெய்ப் பாண்டத்தில் முன் சித்தப்படுத்திய குடிநீரைப் போட்டுக் கலக்கி, மூன்றாவது அங்கத்தில் கூறப்பட்ட திரவங்களை விட்டு அடுப்பிலேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்துப் பதமாகக் காய்ச்சிக் கீழிறக்கித் தேன் படி அரைக்கால், சீனி சர்க்கரை பலம்-1 போட்டுக் கலக்கி வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

வேளைக்கு 1-2 தேக்கரண்டி அளவு தினம் இரு வேளை கொடுத்து வருக.

தீரும் நோய்

ஈளை, இருமல், காசம், சுவாசம், உப்புசம், இரத்தகாசம் முதலியவைகள் தீரும்.

பத்தியம்

சீதளப் பண்டங்களை நீக்கி, இச்சாபத்தியமாக இருத்தல் நன்று.

21. தூதுவளை நெய் (வேறு முறை)

சரக்கு

தூதுவளைவேர்
கறுந்துளசி வேர்
இம்பூரா வேர்
மணத்தக்காளி வேர்
முசுமுசுக்கை வேர்
மிளகரணை வேர்
சிறுகீரை வேர்
ஆடாதோடை வேர்
அமுக்கராக் கிழங்கு வேர்

இவைகள் வகைக்குப் பலம்-1.

செய்முறை

இவைகளை இடித்துப் பாண்டத்தில் இட்டு, 5 படி நீர் விட்டு, 1/2 படியாகக் காய்ச்சி நன்றாய்ப் பிசைந்து வடிகட்டி, அதனுடன் 1/2 வீசை பசுவின் நெய் விட்டுப் பதமுறக் காய்ச்சி வடித்து, அந்நெய் சூடாக இருக்கும்போதே நன்கு பொடிசெய்த இரண்டரை பலம் கற்கண்டைப் போட்டுக் கலக்கி வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

தினம் இரு வேளை ஒரு கரண்டியேனும் துட்டெடையேனும் உண்டுவரவும்.

தீரும் நோய்

ஐய நோய்கள், கை கால் எரிச்சல், புகைந்துக் கோழையின்றி வரும் இருமல், ஈளை, காசம் முதலியன குணப்படும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

22. திப்பிலி நெய்

சரக்கு

திப்பிலி	2 பலம்
கடுகுரோகணி	1 ஆழாக்கு
மிளகு	1 ஆழாக்கு
வெளுத்த பிசின்	1 பலம்

செய்முறை

இவைகளை எடுத்துச் சூரணித்துப் பசுவின் நெய் 1 படி கலந்து, அடுப்பின் மேலேற்றிப் பக்குவமாக எரித்து வடிக்கவும்.

பயன்பாடு

இந்நெய்யில் ஒரு சிறு கரண்டி அளவு எடுத்துக் காலை வேளையில் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

இருமல், ஈளை, கிருமிகள், கோழை, சளி, வாயு முதலிய பற்பல நோய்கள் தீரும்.

23. திப்பிலி நெய் (வேறு முறை)

சரக்கு

திப்பிலி
சீரகம்
வில்வ வேர்
அதிவிடயம்
பேராமல்லி
நன்னாரி வேர்
கடுகுரோகணி
வெட்பாலை அரிசி

சுக்கு

நெல்லி முள்ளி

சந்தனம்

கீழாநெல்லி வேர்

திராட்சைப் பழம்

விலாமிச்சம் வேர்

செய்முறை

இவைகள் வகைக்கு 6 கழஞ்சு (40 குன்றி) எடுத்து ஒன்றிரண்டாக இடித்துத் தண்ணீர் விட்டு நன்றாக ஊறவைத்துப் பின்பு அம்மியின் மேல் வைத்து அரைத்துப்

பசுவின் பால் 2 படியும்

பசுவின் நெய் 2 படியும்

விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துப் பதத்தில் இறக்கவும். இதை நன்றாக வடிகட்டிக் கொண்டு ஒரு பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

வியாதியின் பலத்தை அறிந்துகொண்டு, தினம் அதிகாலையில் 1/4 முதல் $^1/_2$ தோலா வரை கொடுக்கவும். இவ்வாறு 4 அல்லது 5 நாட்களுக்கு உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

சுரத்துடன் கூடிய காசம் தீரும்.

24. திப்பிலி நெய் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

அரிசித் திப்பிலி 8 பலம் எடுத்து ஒரு பாத்திரத்தில் இட்டு, அதனுடன் 10 மடங்கு சுத்த நீர் விட்டு நாலிலொன்றாகும் வரை வற்றக் காய்ச்சவும். இதற்குச் சமனெடை பசுவின் நெய் விட்டு மறுபடியும் காய்ச்சிப் பதத்தில் இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இதனை வடிகட்டித் தினம் 5 வராகன் எடை வீதம் உள்ளுக்குக் கொடுக்கக் காசநோய்கள், கபநோய்கள் முதலானவை தீரும். இந்நெய்க்கு நாராயண நெய் என்ற பெயரும் உண்டு.

25. திப்பிலியாதி நெய் (வேறு முறை)

மூலிகைச் சரக்கு

முள்ளி
குமிழ்வேர்
சிற்றாமுட்டி
கண்டங்கத்தரி
சிறுகாஞ்சொரி
சிறு நெருஞ்சில்
வில்வம்
தூதுவளை
ஆடாதோடை
துளசி
பாதிரி வேர்

வகைக்கு 4 பலம்.

நீர் 1 தூணி சேர்த்துக் குடிநீராகக் காய்ச்சி 1 குறுணியாக வற்ற வைத்து வடிகட்டிக் கொள்ள வேண்டும்.

நெய், பால், தேங்காய்ப் பால் வகைக்கு 1 குறுணி.

கற்கச் சரக்கு

திப்பிலி
ஏலரிசி
கற்கடகசிங்கி
அதிவிடையம்
அதிமதுரம்
செவ்வியம்
சடாமாஞ்சில்
பேரரத்தை
இலவங்கம்
இலவங்கப்பத்திரி

சிறுதேக்கு
திப்பிலி மூலம்
சீரகம்
கறுஞ்சீரகம்
சுக்கு
மிளகு
திப்பிலி
கஸ்தூரி மஞ்சள்
கடுக்காய்
நெல்லிக்காய்
தான்றிக்காய்

வகைக்கு 1 பலம்.

சர்க்கரை 1 படி
தேன் 1 படி

செய்முறை

கற்கச் சரக்குகளைப் பால் விட்டு அரைத்துக் குடிநீர், நெய், தேன், பால், சர்க்கரை இவற்றுடன் கலந்து எரித்து வடித்து வைத்துப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

தீரும் நோய்

சயம், சுவையின்மை, என்பைப் பற்றிய சுரம் ஆகியன தீரும்.

26. திப்பிலி நெய் (வேறு முறை)

சரக்கு

திப்பிலி
வெட்பாலை அரிசி
வில்வ வேர்
கடுக்காய்
நெல்லிவற்றல்
விலாமிச்சம் வேர்

சண்பகப்பூ

கடுகுரோகணி

கீழ்க்காய்நெல்லி

வேப்பம் பட்டை

தான்றிக்காய்

ஆடாதோடை

திராட்சைப் பழம்

அதிவிடையம்

இவைகள் வகைக்கு 1 வராகன் எடை.

செய்முறை

மேற்கூறப்பட்ட சரக்குகளை இடித்து மசித்து, அம்மிக்கல்லில் வைத்துத் தண்ணீர் தெளித்து நெகிழ அரைத்து ஒரு நெய்ப் பாண்டத்தில் போட்டு, கால்படி தண்ணீர் விட்டுக் கலக்கி எல்லாம் உறவானபின், 1/4 படி பசுவின் நெய் விட்டு அடுப்பிலேற்றிச் சிறுக எரித்துப் பதமுறக் காய்ச்சி வடிகட்டி வைத்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இந்த நெய்யில் வேளைக்கு 1-2 தேக்கரண்டி வீதம் தினம் இரு வேளை கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

சுரம், விக்கல், தேக உளைச்சல், அரோசகம், தலைநோய் ஆகியவைகள் தீரும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

27. கடுகாதி நெய்

சரக்கு

கடுகு

சிற்றாமுட்டி

பேராமுட்டி

வெளிச்சைப் பிசின்

சாதிப்பத்திரி

வெள்ளை வெங்காயம்

மிளகு

கறுஞ்சீரகம்

சிறுகாஞ்சொரி வேர்

செய்முறை

இந்த ஒன்பது சரக்குகளையும் சரி எடை எடுத்து, தூதுவளைச் சாறு விட்டு அரைத்து, 1 படி பசுவின் நெய்யுடன் குழப்பி அடுப்பின் மேலேற்றிப் பக்குவமாக எரித்துப் பதத்தில் இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இந்நெய்யில் ஒரு கரண்டி (வராகன் எடை) வீதம் காலையிலும் மாலையிலுமாக இரு வேளை உட்கொண்டு, இதன் கடுகில் 3 கழஞ்சுகள் வீதம் உட்கொள்ள ஐயநோய்கள் தீரும்.

28. ஆலம் விழுது நெய்

ஆலம் விழுதுடன் விடத்தேரை வேரின் பட்டையையும் கூட்டிச் சிறிது நெய் கலந்து நன்றாக அரைத்து, மூக்கில் நசியம் இடவும். பூச்சிகள் செத்துவிழும். தினவும் நிற்கும்.

29. கறுநொச்சி நெய்

சரக்கு

கஸ்தூரி மஞ்சள்

பூலாங்கிழங்கு

கறுஞ்சீரகம்

மிளகு

திப்பிலி

ஓமம்

பச்சிலை

வால்மிளகு

தாளிசப்பத்திரி

கோரோசனை

சுக்கு

செய்முறை

இச்சரக்குகளை வகைக்குக் கால் பலம் எடுத்துத் தண்ணீர் விட்டு அரைத்துக் குங்குமப்பூ 1 பணவெடை ($^{1}/_{10}$ வராகன் எடை) போட்டு, கறுநொச்சிக் கொழுந்தை அரைத்த விழுதொரு எலுமிச்சங் காய் அளவு எடுத்து, பசுவின் நெய் 2 சேரில் குழப்பி அடுப்பின் மேல் ஏற்றிப் பதமாக எரித்து வடிக்கவும்.

பயன்பாடு

இந்நெய்யை நசியம் இடப் பீனிசங்கள், நீர்ப்பாய்ச்சல், மண்டைச்சூலை, காதிரைச்சல், தும்மல், கண் நோய்கள், கரப்பான், வீக்கம், கபத்தினாலுண்டான பிடரி வலி முதலியவை தீரும்.

30. சரபேந்திர நெய்

சரக்கு

சிற்றாமணக்கு வேர்

சிற்றாமுட்டி வேர்

நீர்முள்ளிச் சமூலம்

நன்னாரி வேர்

தகரை விதை

சுக்கு

வாய்விளங்கம்

கொத்துமல்லி

கோஷ்டம்

சிற்றரத்தை

இந்துப்பு

அதிமதுரம்

இவைகள் வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு ($1^{1}/_{4}$ வராகன் எடை) வீதம் எடுத்து

கையாந்தகரைச் சாறு	1 மரக்கால்
பசுவின் பால்	1 படி

பசுவின் நெய் 1 படி

செய்முறை

இவற்றை எடுத்துக்கொண்டு, கையாந்தகரைச் சாறுவிட்டு முதலில் சொல்லப்பட்ட சரக்குகளை அரைத்து விழுதாக்கி, ஒன்றுகலந்து, அடுப்பின் மீதேற்றி எரித்துப் பதத்தில் நெய்யை இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இது ஆறியபின், வேண்டும்போது வெந்நீரில் உருகவைத்து, மூக்கில் நசியம் இடவும்.

தீரும் நோய்

இதனால் சிரோவாய்வு, பீனிசம், பலவிதக் கண்ணோய்கள் தீரும்.

31. சீந்தில் நெய்

சரக்கு

சீந்தில் கொடி
தூதுவளை
சிவனார்வேம்பு
நிலவேம்பு
நிலப்பனங்கிழங்கு
பொன்னாங்கண்ணி
நிலக்குமிழ்வேர்
சகதேவி (நெய்ச் சிட்டி)
தாமரைக் கிழங்கு
சிற்றாமல்லி
பேராமல்லி
கோரைக் கிழங்கு

செய்முறை

இவைகளைச் சமமெடுத்துப் பசுவின் பால் ஒரு உழக்கு விட்டு நன்றாக ஊறவைத்து அடுப்பின் மேல் வைத்து $^{2}/_{5}$ பங்கு ஆகும் வரை நன்கு வேகவைத்துப்

பிழிந்து குடிநீர் செய்து கொள்ளவும். இதனுடன் பசுவின் நெய், நல்லெண்ணெய், வேப்பம்பட்டைச் சாறு ஆகியவற்றில் வகைக்கு 1 நாழி கூட்டிக்கொள்ளவும்.

சுக்கு
மிளகு
திப்பிலி
கோஷ்டம்
ஏலம்
அதிமதுரம்
வசம்பு
பூண்டு
கற்கடகசிங்கி
நெல்லிவற்றல்
கறுவேல்
கிராம்பு
சாதிப்பத்திரி
கிளியூரம்பட்டை
கண்டில் வெண்ணெய்
ஓமம்
பச்சிலை
கச்சோலம்
சீரகம்
கறுஞ்சீரகம்
கொத்துமல்லி
குக்கில்
சடாமாஞ்சில்
சிற்றரத்தை
கடுகுரோகணி
சாதிப்பத்திரி

இவைகளைச் சமமாக எடுத்துப் பால் விட்டு அரைத்து மேற் சொன்ன நெய், எண்ணெய் இவைகளுடன் குழப்பிப் பதமாக எரித்து இறக்கவும்.

தீரும் நோய்

இந்நெய்யைத் துட்டளவு சாப்பிட்டுவரப் பீனீசம், (மூக்கடைப்பு) தீரும்.

32. வல்லாரை நெய்

சரக்கு

வல்லாரைச் சாறு	4 படி
சீதேவிச் செங்கழுநீர்ச் சாறு	1 "
பசுவின் நெய்	1 "
கரிப்பாலைச் சாறு	1 "
பசுவின் பால்	2 "
இளநீர்	2 "

இவைகளை ஒன்று கலந்து

அவுரி

குன்றிவேர்

கோஷ்டம்

அதிமதுரம்

செங்கழுநீர்க் கிழங்கு

செய்முறை

இவைகள் வகைக்கு 5 வராகன் எடை எடுத்து இடித்துச் சூரணித்துப் பசுவின் பால் விட்டு அரைத்துக்கொண்டு, சாறு கூட்டிய நெய்யுடன் குழப்பிக்கொள்ளவும். இதனைச் சிறுகச் சிறுக 3 நாட்கள் கொதிக்கவைத்து, 4-ஆவது நாளன்று பக்குவப்படுத்தி இறக்கவும். பின்பு நெய்யை வடிகட்டி அத்துடன் கட்டிக்கற்பூரம், கோரோசனை ஆகியவைகளைத் தனித்தனியே 5 வராகன் எடை எடுத்துச் சூரணித்துப் போட்டு, ஒரு சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இந்நெய்யில் $1^1/_4$ வராகன் எடை அளவு எடுத்துக் காலை வேளையில் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

இருமல், கபம், வயிற்றில் எரிச்சல், நாக்கு உலர்தல், அலரி, எட்டி முதலான நஞ்சுகள் முதலிய பற்பல நோய்கள் தீரும். இது மிகவும் நல்ல முறையாகும்.

33. நெல்லிக்காய் நெய்

சரக்கு

நெல்லிக்காய்ச் சாறு	4 சேர்
தேவதாளிச் சாறு	4 "
பசுவின் பால்	2 படி
பசுவின் நெய்	1 "

செய்முறை

இவைகளை ஒன்று கலந்து அடுப்பின் மேலேற்றிப் பக்குவமாக எரித்துப் பதத்தில் இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இந்நெய்யில் 2 வராகன் எடை எடுத்து உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

சயரோகம் தீரும். மலடிகளுக்கும் குழந்தைகள் உண்டாகும்.

34. அமுக்கராக் கிழங்காதி நெய்

சரக்கு

அமுக்கராக் கிழங்கு 100 பலம் இடித்து அதனுடன்
சங்கம் வேர்
சாறணைக் கிழங்கு
நெருஞ்சி
வில்வ வேர்
பேராமல்லிவேர்
முன்னை வேர்
சிறுவழுதுணை வேர்
சீந்தில் விழுது

செவ்வியம்

சுத்திசெய்த சிவதை வேர்

மிளகரணை

பெருங்குமிழ்வேர்

சிற்றாமல்லிவேர்

பெருவாகைவேர்

பாதிரிவேர்

செந்நெல்

தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு

செய்முறை

இவகைளை வகைக்கு 10 பலம் எடுத்துக் கல்லுரலில் விட்டு ஒன்றிரண்டாக இடித்து 8 மரக்கால் சுத்த நீர் விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி, 1 மரக்கால் ஆகும் வரை வற்றக் காய்ச்சவும். குடிநீரை வடிகட்டி அதனுடன் பசுவின் நெய் 4 படி (5 சேர்) சேர்க்கவும்.

தாழை

அதிமதுரம்

குங்குமப்பூ

சிற்றரத்தை

தேவதாரு

காட்டு மிளகு

கடுகுரோகணி

சமுத்திராப்பச்சை

சந்தனத்தூள்

இலவங்கப்பட்டை

மரமஞ்சள் தோல்

கற்பூரம்

சுக்கு

மிளகு

தான்றித்தோல்
வெங்காரம்
தேட்கொடுக்கு வேர்
சூரிய பத்திரி
கொடிவேலிவேர்
வெட்பாலை அரிசி
தகரைவிதை
விழலரிசி
எவச்சாரம்
அகிற்கட்டை
சத்திச்சாரம்
கஸ்தூரிமஞ்சள்
திப்பிலி மூலம்
திப்பிலி
கடுக்காய்த்தோல்
நெல்லிமுள்ளி
இந்துப்பு

இச்சரக்குகளை வகைக்கு 4 வராகன் எடை வீதம் எடுத்துச் சூரணித்து மேற்படி குடிநீர் விட்டு நன்றாக அரைத்து, குடிநீர் கூட்டிய நெய்யுடன் குழப்பி அடுப்பின் மேலேற்றி 4 நாட்கள் மந்தாக்கினியாய் எரிக்கவும். 5-ஆவது தினத்தன்று நெய்யைப் பக்குவப்படுத்தி இறக்கி வடிகட்டிக்கொள்ளவும். இந் நெய்யுடன் திப்பிலிச் சூரணம் 8 பலம், காந்தப் பற்பம், தாமிரப் பற்பம் இவைகள் வகைக்கு 2 பலமும் சேர்த்துக் கொள்ளவும். பின்பு தேன் 2 1/2 சேர் விட்டுக் குழப்பி ஒரு பழகிய பானையில் இட்டு நன்றாக மூடி 1 மாதம் வரை நெல்லிற்குள் புதைத்துவைக்கவும்.

பயன்பாடு

இந்நெய்யை இரண்டு வராகன் எடை அளவு தினமும் உட்கொண்டால், ஐய நோய்கள் தணியும்.

35. நிலப்பனை நெய்

சரக்கு

நிலப்பனைக் கிழங்குச் சாறு	1 படி
பூசணிக்காய்ச் சாறு	1 "
வெள்ளாட்டுப் பால்	2 "
இளநீர்	2 "
கருப்பஞ் சாறு	2 "
ஆடாதோடைச் சாறு	2 "
நெல்லிக்காய்ச் சாறு	2 "
தண்ணீர்விட்டான் கிழங்குச் சாறு	2 "
பசுவின் நெய்	6 "

இவைகளை ஒன்றுகலந்து

பேரீச்சம்பழம்
சந்தனத்தூள்
தக்கோலம்
கோரைக் கிழங்கு
சீரகம்
கொத்துமல்லி விதை
தாமரைவளையம்
அதிவிடையம்
மாதுளம்பிஞ்சு
கச்சோலம்
கடுகுரோகணி
ஓமம்

செய்முறை

ஆகிய சரக்குகள் வகைக்கு $1^{1}/_{4}$ வராகன் எடை எடுத்துச் சூரணித்துச் சாறுகள் கூட்டிய நெய்யில் குழப்பி அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துப் பதத்தில் இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இந்நெய் ஆறியவுடன் தேன் 2 படி விட்டுக் குழப்பிக் காலை வேளைகளில் 3 வராகன் எடை அருந்திவரவும்.

தீரும் நோய்

சயம், இரத்தப் பித்தம், காமாலை முதலியவைகள் நீங்கும்.

36. நெல்லிக்காய்ச் சாறாதி நெய்

சரக்கு

நெல்லிக்காய்ச் சாறு	$^1/_2$ படி
சீந்தில் சர்க்கரை	1 உழக்கு
சீதேவிச் செங்கழுநீர்ச் சாறு	1 படி
ஆவாரையிலைச் சாறு	1 "
பசுவின் பால்	1 உழக்கு
தாய்ப் பால்	1 படி
கையாந்தகரைச் சாறு	1 "

இவைகளை ஒன்று கூட்டிக் கொள்ளவும்.

நீர்ப்பூலா வேர்
சிறுகீரை வேர்
இலாமிச்சை வேர்
தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு
எழுத்தாணிப்பூண்டு
கோஷ்டம்
சண்பகப்பூ
கோரோசனை
மான்கொம்பு
அதிமதுரம்
பொன்னாங்காணி வேர்
வெட்டிவேர்

சிற்றாமணக்கு வேர்
நிலப்பனைக் கிழங்கு
ஏலக்காய்
கிராம்பு
சீரகம்
செஞ்சந்தனம்
நாகப்பூ

இவைகள் வகைக்கு $^1/_2$ பலம்.

செய்முறை

மேற்கூறிய சரக்குகளைச் சிறுசிறு துண்டுகளாக்கிப் பசுவின் பால் விட்டு ஊறவைத்து நன்றாக அரைத்து, முன் சொல்லிய சாறுகளுடன் கூட்டி, நல்லெண்ணெய் 10 சேர் விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றிப் பதத்தில் வடித்து இறக்கவும். மறுநாள்

பச்சைக் கற்பூரம்
சமுத்திராப்பச்சை

இவ்விரண்டையும் வகைக்கு 1 வராகன் எடை எடுத்துத் துணியிலிட்டு முடிச்சாக்கி, எண்ணெயுடன் சேர்த்துக் கசக்கிப் பிழியவும்.

பயன்பாடு

இந்நெய்யில் தலை முழுகிவர, சயரோகம் முதலான பற்பல நோய்கள் தீரும்.

பத்தியம்

பூசணிக்காய், புளி, மோர் நீக்கிவிடவும்.

37. புளியாரைச் சாறாதி நெய்

சரக்கு

புளியாரைச் சாறு
கீழாநெல்லிச் சாறு
பூசணிக்காய்
நெல்லிக்காய்

பேயன்வாழை

தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு

இவைகளை இடித்துப் பிழிந்த சாறு வகைகள் தனித் தனியே 1 படி (1 $^{1}/_{4}$ சேர்).

இளநீர்	1 படி
பசுவின் பால்	1 "

இதனுடன்

குமிழக் கிழங்கு

நிலப்பனைக் கிழங்கு

சிற்றாமுட்டி வேர்

வில்வ வேர்

இலவம் பிசின்

பூவினப்புல்லுருவி

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு 1 பலம் வீதம் எடுத்துக் கல்லுரலில் இட்டு ஒன்றிரண்டாக இடித்து, 4 மரக்கால் சுத்த நீர் விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி எட்டிலொன்றாக வற்றக் காய்ச்சவும். சாறு வகைகளுடன் இக் குடிநீரைச் சேர்த்துப் பசுவின் நெய் 1 படிவிட்டு

ஏலக்காய்

அதிமதுரம்

இலுப்பைப்பூ

நீர்ச்சுண்டி

திராட்சைப்பழம்

பூமிச்சர்க்கரைக் கிழங்கு

பேரீச்சம்பழம்

கூகைநீறு

சுக்கு

இலவங்கப்பத்திரி

அமுக்கராக் கிழங்கு

நாயுருவி விதை

கிராம்பு

இவைகள் வகைக்கு $2\frac{1}{2}$ வராகன் எடையும்

சுக்கு, திப்பிலி

இவை வகைக்கு 2 பலம் வீதம் எடுத்துச் சூரணித்துக் கொண்டு, சாறு கூட்டிய நெய்யுடன் குழப்பி, அடுப்பின் மேலேற்றிப் பக்குவமாக எரித்து வடிக்கவும். இந்நெய்யுடன் சர்க்கரையும், தேனும் வேண்டிய அளவு சேர்த்துக் கொள்ளவும். இதனை ஒரு பழகிய பாண்டத்தில் வைத்து மூடி, நெற்குவியற்குள் 2 வாரம்வரை புதைத்து வைக்கவும்.

பயன்பாடு

இந்நெய்யில் 3 கழஞ்சு அளவு எடுத்து உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

பாண்டுநோய், அதிசாரம், சன்னி, பித்தம், காமாலை, மயக்கம் ஆகியவைகள் தீரும். பெண் மலட்டிற்கு இம்மருந்தைச் சாப்பிட மகப்பேறு உண்டாகும். ஆண்கள் இதனை உட்கொண்டுவரத் தாது விருத்தி உண்டாகும்.

38. சங்கங்குப்பி வேராதி நெய்

சரக்கு

சங்கங்குப்பி வேர்

சாறணை

வில்வம்

சிற்றாமல்லி வேர்

பெருவாகை

சிறுவழுதுணைவேர்

சீந்தில் தண்டு

செவ்வியம்

உளுந்து

பிரண்டை

முன்னை

பாதிரிவேர்
சுத்தி செய்த சிவதைவேர்
பேராமல்லிவேர்
பெருங்குமிழ்வேர்
நெருஞ்சில் வேர்
கண்டங்கத்தரி
செந்நெல்
தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு 10 பலம் வீதம் எடுத்து நறுக்கிக் கல்லுரலில் இட்டு நன்றாக இடித்து 8 மரக்கால் நீர் விட்டு அடுப்பின் மேலற்றி, 1 மரக்கால் குடிநீர் ஆகும் வரை வற்றவைத்து வேறொரு பாத்திரத்தில் வடிகட்டவும். இதனுடன் 4 படி நெய் விட்டு,

அதிமதுரம்
சுக்கு
திப்பிலி
தேட்கொடுக்குப் பூண்டு
நெல்லிவற்றல்
வெட்பாலை அரிசி
மரமஞ்சள் தோல்
சத்திச்சாரம்
தேவதாரம்
கண்டத்திப்பிலி
அகில் கட்டை
கோஷ்டம்
கற்பூரம்
கஸ்தூரி மஞ்சள்
விழலரிசி

கடுகுரோகணி

மிளகு

எருக்கிலை

கடுக்காய்த் தோல்

தான்றித் தோல்

மஞ்சள்

சிற்றரத்தை

எவச்சாரம்

தகரம்

தாழை விழுது

சந்தனத்தூள்

குங்குமப்பூ

சமுத்திராப்பச்சை

இலவங்கப்பட்டை

உப்பு

இவைகளை வகைக்கு 4 வராகன் எடை வீதம் எடுத்துச் சூரணித்து முன்சொன்ன நெய்க்கலவையுடன் குழப்பி அடுப்பின் மேலேற்றி 5 நாட்கள் வரை சிறு கொதியிட்டு எரித்து, 6-ஆவது நாளன்று பக்குவப்படுத்தவும்.

இதனுடன்

காந்தப்பற்பம் 1 பலம்

தாமிரப்பற்பம் 1 பலம்

திப்பிலிச்சூரணம் 8 பலம்

சேர்த்துக் குழப்பிக்கொள்ளவும். பின்பு சுத்தமான தேன் 2 படியும் கூட்டி ஒரு புதுப் பாத்திரத்தில் வைத்து நன்றாக மூடி நெற்குவியலுள் வைத்து விடவும். ஒரு மாதம் சென்ற பின்னர் இதனை எடுக்கவும்.

பயன்பாடு

2 வராகன் எடை அளவு காலை நேரத்தில் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

பீலிகை, இரத்தப் பித்தம், சூலை, சுவாசம், அரோசகம், கபநோய் முதலானவை தீரும்.

39. *முயல் நெய்*

சரக்கு

1. காலும் தலையும் தோலும் குடலும் போக்கிய முயல் மாமிசம் எலும்பு உட்பட ஒரு வீசை எடுத்துக் கல்லுரலில் போட்டு எலும்பு நொறுங்க இடித்து ஒரு மட்பாண்டத்தில் போட்டு 12 படி நீர் விட்டு, 2 படியாகச் சுண்டக்காய்ச்சி வடித்துக்கொள்ளவும்.

2. பெருங்குமிழை

முன்னை

வாகை

கண்டங்கத்தரி

சிற்றாமுட்டி

பேராமுட்டி

வில்வ வேர்

நெருஞ்சி வேர்

பாப்பாரமுள்ளி

தூதுவளை

அமுக்கராக்கிழங்கு

சங்கம் வேர்

திப்பிலி

மிளகு

மஞ்சள்

தேவதாரு

பேரரத்தை

தாளிசப் பத்திரி

ஆகப் பதினெண் சரக்கையும் பஞ்சுபோல் இடித்து 16 படி நீர் விட்டு இரண்டு படியாகச் சுண்டக் காய்ச்சி வடித்துக் கொள்ளவும்.

3. திப்பிலி
   மோடி
   சுக்கு
   கற்கடகசிங்கி
   சித்திரமூலம்
   சிறுதேக்கு
   குரோசாணி ஓமம்
   செவ்வியம்
   கறுஞ்சீரகம்
   சீரகம்
   கடுகுரோகணி
   மிளகு
   கோஷ்டம்
   இந்துப்பு
   வாலுளுவை அரிசி
   திராட்சை
   ஏலம்
   அதிவிடயம்
   சிற்றரத்தை
   யானைத் திப்பிலி

வகைக்குச் சூரணம் பலம் 1/4 எடுத்து அம்மியில் இட்டு, வெள்ளாட்டுப் பாலால் நன்றாய் அரைத்து, இரண்டு படி வெள்ளாட்டுப் பாலில் கலக்கி வைத்துக் கொள்ளவும்.

4. ஆடாதோடைச் சாறு படி-4, ஆவின் நெய் படி-2.

செய்முறை

இங்ஙனம் நான்கு அங்கங்களிலும் முடிக்கப்பெற்றவைகளை ஒருமிக்கச் சேர்த்துப் பெரும் பாண்டத்தில் விட்டு வெயிலில் 3 நாள் வைத்துப் பதமாகக் காய்ச்சி வடிக்கவும்.

பயன்பாடு

தினம் இரு நேரம் 1 கழஞ்சு நெய்யுடன். $^1/_2$ கழஞ்சு நல்ல தேனைக் கூட்டி, வறுத்த திப்பிலிச் சூரணம் சிறிது சேர்த்து மத்தித்துச் சாப்பிடவும்,

தீரும் நோய்

கப சம்பந்தமான சயம், காசம், ஈளை முதலிய நோய்கள் யாவும் குணமாகும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்திய விதியைக் கவனிப்பதுடன் முயல், கவுதாரி, உள்ளான், உப்புக்கண்டம் முதலியவற்றைச் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

40. முயல் நெய் (வேறு முறை)

சரக்கு

ஆண் முயல் ஒன்றும், பெண் முயல் ஒன்றும் கொண்டு வந்து தலை, கால், குடல் இவைகளை நீக்கிவிட்டு அப்படியே சிறுசிறு துண்டுகளாக நறுக்கி இடித்து ஒரு பானையில் போட்டு, 4 மரக்கால் சுத்த நீர் விட்டு ஒரு மரக்காலாகும் வரை வற்றக் காய்ச்சவும். பின்பு மாமிசத்தைத் துணியில் வைத்து நன்றாகப் பிழிந்து வைத்துக் கொண்டு அக் குடிநீருடன்

பசுவின் பால் 1 படி

பசுவின் நெய் 1 படியும்

கலந்து கொள்ளவும்.

சிறுவழுதுணை வேர்

ஆடாதோடை வேர்

இம்புராச் சமூலம்

தூதுவளை வேர்

சிற்றாமுட்டி

செய்முறை

முதலான சரக்குகளை வகைக்கு 30 பலமாக எடுத்துக் கொண்டு இடித்து, 8 மரக்கால் சுத்த நீர் விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி, 2 மரக்காலாகச் சுண்டவைக்கவும். இக்குடிநீரையும் மாமிசக் குடிநீருடன் சேர்த்துக் கொள்ளவும். பின்பு

மரமஞ்சள், கிராம்பு, கற்கடகசிங்சி, தேவதாரு, விழலரிசி, ஆடாதோடை வேர், வெட்பாலை அரிசி, குக்கில், யானைத்திப்பிலி, தூதுவளைவேர், சதகுப்பை, வெளிச்சைப்பிசின், சிறுதேக்கு, வேங்கைவைரம் இவைகள் வகைக்கு 5 வராகன் எடை.

சுக்கு
திப்பிலி
மிளகு
இந்துப்பு

இவைகள் வகைக்கு 1 பலம்.

சாதிக்காய் 10 (எண்ணிக்கையில்).
கடுக்காய்த் தோல்
தான்றிக்காய்
நெல்லிக்காய்

வகைக்கு 30 பலமும் எடுத்து எல்லாவற்றையும் கல்லுரலில் இட்டு இடித்து ஆடாதோடைச் சாறு விட்டு நன்றாக அரைத்து, முன்கூட்டிய நெய்யுடன் சேர்த்துப் பசுவின் பால் 2 மரக்கால் விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி, எரித்துப் பதத்தில் வடிக்கவும்.

பயன்பாடு

இந்நெய்யில் 3 கழஞ்சு அளவு எடுத்து உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

ஈளை, இருமல் முதலானவை தீரும். இந்நெய்யை உட்கொள்ளுவதற்கு முன் பேதிக்குச் சாப்பிடுதல் வேண்டும்.

41. கண்டங்கத்தரி வேராதி நெய்

சரக்கு

கண்டங்கத்தரி வேர்

கையாந்தகரை

சுழலாவாரை

ஆடாதோடை வேர்

இவைகள் வகைக்கு 1 $^{1}/_{4}$ வராகன் எடை.

முருங்கை வேர்

கொடி வேலி வேர்

இவ்விரண்டும் வகைக்கு 5 வராகன் எடை.

செய்முறை

இவைகளை ஒன்றிரண்டாக இடித்து 8 மடங்கு நீர் விட்டு, ஒரு படியாகும்வரை வற்றவைக்கவும். இதனுடன் நெய் ஒரு படியும் சேர்த்து அதனுடன்

சவுக்காரம்

திப்பிலி

இந்துப்பு

பெருங்காயம்

வாலுளுவையரிசி

ஓமம்

யானைத்திப்பிலி

சீரகம்

பிஞ்சுக்கடுக்காய்

செவ்வியம்

கறுஞ்சீரகம்

இவைகளை வகைக்கு 2 $^{1}/_{2}$ வராகன் எடை அளவு எடுத்துச் சூரணித்துப் போட்டு ஒன்று கலந்து அடுப்பின் மேலேற்றி ஒரே சீராக எரித்துப் பதத்தில் வடிக்கவும்.

பயன்பாடு

இந்நெய்யில் தினந்தோறும் 3 $^{3}/_{4}$ வராகன் எடை அளவு எடுத்துக் காலையில் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

மேல்முச்சு, இளைப்பு, சத்திகுன்மம், சயம், இருமல் இவைகள் தீரும்.

42. நெய் வாழைப்பழம்

பசுவின் நெய் ஒரு படியுடன் மொந்தன் வாழைப்பழம் மூன்றைத் தோலுரித்துப் போட்டு ஒரு நாள் முழுதும் ஊறவைத்து, மறுநாள் வாழைப்பழத்தைத் தின்றுவிட்டு, அந்நெய்யைக் கழுத்துக்குக் கீழே உடம்பில் நன்றாகப் பூசவும். இவ்வாறு 3 நாட்கள் செய்ய சயமும் வறட்சியும் போகும்.

43. நெல்லியாதி நெய்

சரக்கு

பசுவின் நெய்	1 படி
நெல்லிக்காய்ச் சாறு	1/2 "
பாலைப்பழச் சாறு	1/2 "
நாரத்தைப் பழச் சாறு	1/2 "
யானை நெருஞ்சிச் சாறு	1/2 "
ஓரிலைத் தாமரைச் சாறு	1/2 "
பழம்பாசிச் சாறு	1/2 "

இவைகளை ஒன்று கலந்து கொண்டு, இவற்றுடன்

சீரகம்

சாதிக்காய்

இவ்விரண்டும் வகைக்கு 2 பலம்

சிற்றரத்தை	1/8 பலம்
கோஷ்டம்	1/4 "
செங்கழுநீர்	1/4 "
வெட்பாலையரிசி	1/4 "
கடுகுரோகணி	1/4 "
திப்பிலி	1/4 "
தூதுவளம்பழம்	1 சிறங்கை

செய்முறை

இவைகளை ஒன்றிரண்டாக இடித்து இளநீர் 5 சேருடன் குழப்பி, பசுவின் பால் 4 படியும், சிற்றாமணக்கெண்ணெய் ஒரு படியும் சேர்த்துக் கலந்து சூரியபுடம்

இடவும். ஐந்தாறு நாட்கள் சென்ற பின்னர் இதை அடுப்பின் மேலேற்றிச் சிறுகச் சிறுகக் கொதிக்க வைத்து, நெய் வெளியே தெளிந்து வரும் பதம்கண்டு மேலிருந்து இறக்கி வடி கட்டிக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இந்த நெய்யில் ஒரு சிறு கரண்டி அளவு எடுத்துத் தினம் 2 வேளை உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

7 நாட்களுக்குள் கை, கால், உடம்பு எரிச்சல், வறட்சி, மயக்கம் முதலானவைகள் தீரும்.

பத்தியம்

உப்பு, புளி, கசப்பு முதலான சுவையுள்ள பதார்த்தங்களை நீக்கி, பசுவின் நெய், பால் இவைகளைக் கூட்டவும்.

44. துளசி நெய்

சரக்கு

துளசிச் சாறு
செம்முள்ளிச் சாறு
தூதுவளைச் சாறு
ஆடாதோடைச் சாறு
செருப்படைச் சாறு
பொடுதலைச் சாறு
கையாந்தகரைச் சாறு
பொன்னாவாரைச் சாறு
முருங்கிலைச் சாறு

இவைகள் வகைக்கு 2 படி வீதம் எடுத்துப் பசுவின் நெய் 1 படியும் (5 சேர்) விட்டு ஒன்றாகக் குழப்பிக் கொண்டு

கோஷ்டம்
கற்கடகசிங்கி
கார்போகவரிசி

செவ்வியம்

சங்கம் வேர்

தான்றித் தோல்

திப்பிலி

ஓமம்

இந்துப்பு

தூதுவளை வேர்

வாலுளுவையரிசி

பூலாங் கிழங்கு

அமுக்கராக் கிழங்கு

ஏலக்காய்

இம்புராவேர்

வசம்பு

நன்னாரி வேர்

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு 1 1/4 வராகன் எடை வீதம் எடுத்து ஒன்றிரண்டாக இடித்து, ஆட்டுப்பால் விட்டு நன்றாக அரைத்துச் சாறு கூட்டிய நெய்யுடன் ஒன்று கலந்து அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்து மெழுகு பதத்தில் இறக்கவும். இதனை வடிகட்டிப் பழகிய மட்பாண்டத்தில் பத்திரப்படுத்தி, வேண்டும்போது 1 $^{1}/_{4}$ வராகன் எடை நெய்யுடனே சிறுது தேன் விட்டு ஒன்று கலந்து சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

இருமல், சயரோகம், காசம் முதலான நோய்கள் தீரும்.

45. பிரம்ம நெய்

சரக்கு

பசுவின் நெய் 16 பலம்

பிரமிச்சாறு 16 "

சுக்கு

மிளகு

நெல்லி வற்றல்

மஞ்சள்

கடுக்காய்த்தோல்

தான்றித்தோல்

சீரகம்

இந்துப்பு

செய்முறை

இவைகள் வகைக்கு 1/2 பலம் வீதம் எடுத்து இடித்துச் சூரணம் செய்து மேலே சொல்லிய சாறு கூட்டிய நெய்யுடனே குழப்பி அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துச் சாறு வகை சுண்டியபின் இறக்கவும்.

பயன்பாடு

ஒரு எலுமிச்சை அளவு எடுத்துப் பாலுடன் உட்கொள்ளவும். வீரிய விருத்தி உண்டாகும்.

46. வாசாதி நெய்

சரக்கு

ஆடாதோடைச் சமூலம்	24 பலம்
தண்ணீர்	1 பதக்கு

சேர்த்துக் குடிநீராகக் காய்ச்சி எட்டில் ஒன்றாகக் குறுக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இத்துடன்

நெய்

சுக்கு

திப்பிலி

செவ்வியம்

சடாமாஞ்சில்

தேவதாரு

கடுக்காய்

நெல்லிக்காய்

தான்றிக்காய்

நெருஞ்சி
மஞ்சள்
முந்திரிகை
இந்துப்பு
முத்தக்காசு
விழலரிசி
கறுஞ்சீரகம்
சீரகம்
அசுவகந்தி
கொடிவேலி வேர்
கற்கடகசிங்கி
கோஷ்டம்
வெங்காரம்
பறங்கிச் சக்கை

வகைக்கு 3 கழஞ்சு.

செய்முறை

கடைச் சரக்குகளைச் சூரணித்துக் கலந்து காய்ச்சிப் பதத்தில் வடித்துக்கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்

மூலம், சயம்.

47. சம்பகணமந்தக நெய்

சரக்கு

சீதேவிச் செங்கழுநீர்
முசுமுசுக்கை
கண்டங்கத்தரி
சிறுவழுதுணை
சிறுமல்லி

பெருமல்லி

நெருஞ்சி

வில்வம்

பெருங்குமிழ்

தழுதாழை

பாதிரி

வாகை

ஆகியவற்றின் சாறு வகைக்கு 1 குறுணி.

நெய்	1 "
பால்	1 "
இளநீர்	4 படி
தண்ணீர்விட்டான் நீர்	4 "

வெட்டிவேர்

விலாமிச்சை வேர்

இலுப்பைப்பூ

ஏலக்காய்

அதிமதுரம்

கோஷ்டம்

இலவங்கம்

இலவங்கப் பத்திரி

பேரீட்சை

முந்திரிகை

சந்தனம்

நெல்லிக்காய்

பற்பாடகம்

ஆகியவை வகைக்கு 1 பலம்.

செய்முறை

வெட்டிவேர் முதலிய கற்கச் சரக்குகளைப் பாலில் கற்கமாக அரைத்துக்கொண்டு, சாறு மற்றும் நெய் வகைகளுடன் கலந்து எரித்துப் பதத்தில் வடித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்

வெப்பு, காமாலை, சோபை, பித்தப்பாண்டு, மகோதரம், உள்மாந்தம், மலக்கட்டு, ஐய நோய்கள் தீரும்.

48. அசுவகந்தாதி நெய்

மூலிகைச் சரக்கு

அசுவகந்தி, பேராமல்லி வேர், சிற்றாமல்லி வேர், நன்னாரி, தண்ணீர்விட்டான், பேராமுட்டி, நெருஞ்சி வேர் வகைக்கு 1 பலம். தண்ணீர் 8 படி.

வேர்களை ஒன்றிரண்டாக இடித்து நீருடன் கலந்து எரித்து எட்டிலொன்றாகச் சுண்டக் காய்ச்சி வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

பால், நெய், வகைக்கு 4 படி.

கற்கச் சரக்கு

கொத்துமல்லி
சிறுதேக்கு
கச்சோலம்
செவ்வல்லி
சுக்கு
மிளகு
திப்பிலி
சடாமாஞ்சில்
வாய்விளங்கம்
ஏலம்
இலவங்கப்பட்டை
இலவங்கப்பத்திரி
சிறுநாகப்பூ

சரளதேவதாரு

கடுகுரோகணி

இவைகள் வகைக்கு 1 பலம்.

செய்முறை

இவற்றை இடித்துச் சூரணித்துப் பின் பால் விட்டுக் கற்கமாக அரைத்து ஏனைய குடிநீர், நெய், பால் இவற்றுடன் கலந்து காய்ச்சி, வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்

சுரங்கள், விடப்பாண்டு, சீதச்சுரம், காசம், மேலிளைப்பு, விடச்சுரம், சுவாசம் ஆகியவை நீங்கும்.

49. வல்லாரை நெய்

சரக்கு

100 பலம் வல்லாரை இலையை ஒரு மண் சட்டியில் போட்டு, 8 படி நீர் ஊற்றி அடுப்பில் இட்டு எரித்து, எட்டில் ஒன்றாகக் குறுக்கி வடித்து, அதில் ஆவின் நெய் ஒரு படி ஊற்றி, பின்

சுக்கு

ஏலம்

கலைக்கொம்பு

சாதிக்காய்

தாளிசம்

சாதிப்பத்திரி

கோஷ்டம்

விலாமிச்சம் வேர்

வெட்டிவேர்

சீரகம்

தான்றிக்காய்

தக்கோலம்

சந்தனம்

வெங்காரம்

வில்வம்

அக்கிராகாரம்

கொத்துமல்லி விதை

கடுகுரோகணி

வகைக்கு 1 வராகன் எடை.

செய்முறை

இவைகளைப் பொடித்து ஒரு படிப் பசும்பால் விட்டு அரைத்து மேற்படி வல்லாரைக் குடிநீர், நெய் சேர்த்துக் கலந்து ஒரு பாத்திரத்தில் இட்டு அடுப்பேற்றி சிறு தீயில் எரித்து வடித்து ஒரு பீங்கான் பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

பொட்டுக்கரண்டி அளவு இரு வேளை உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

தொந்த மாந்தம், போர் மாந்தம், மேகம், காசம், நாட்பட்ட ஈளை, இரைப்பு, மூலகணம், உட்சுரம், வாந்தி இருமல், சுவாசம், சுரம் ஆகியவை தீரும்.

குறிப்பு

கலைக்கொம்பைவிட பற்பத்தைச் சேர்ப்பதே சிறப்புடையது.

50. சேங்கொட்டை நெய்

சரக்கும் செய்முறையும்

சுத்தித்த சேங்கொட்டை

ஐந்து பலத்தைச் சிறு துண்டுகளாக வெட்டி, உட்பருப்பை நீக்கி, ஒரு படி பசுவின் பாலை மூன்று பங்காக்கி ஒரு பங்கில், கொட்டை இட்டுக் காய்ச்சி எடுத்து, மற்ற இரு பங்கிலும் தனித்தனியே இவ்விதம் காய்ச்சி, காய்ச்சி எடுத்தப் பாலுக்குச் சம எடை பசுவின் நெய் சேர்த்து, நெய் பதம் வரும்வரை காய்ச்சவும்.

பயன்பாடு

காசெடை வீதம் காலை மாலை இருவேளை கொடுத்துவரவும்.

தீரும் நோய்

தோல் சம்பந்தமான பற்பல நோய்களும், காசம், சுவாசம், சயம் முதலியவைகளும் நீங்கி, உடல் பலமடையும்.

பத்தியம்

புளியை நீக்குதல் வேண்டும்.

51. ஏலாதி நெய்

சரக்கு

1. அத்திமரப்பட்டை
   அரசமரப்பட்டை
   ஆலமரப்பட்டை
   இத்திமரப்பட்டை

வகைக்குப் பலம் -20.

2. அதிமதுரம்
   சந்தனம்
   தாமரை வளையம்
   வெள்ளறுகு வேர்
   சிறுநாகப்பூ
   இலவங்கப்பத்திரி
   நாணல்
   அல்லிக்கிழங்கு
   அரசமரக்குச்சி
   ஏலம்
   கோஷ்டம்
   இலுப்பைப்பூ
   செங்கழுநீர்க் கிழங்கு
   பேரீச்சங்காய்
   சண்பகப்பூ

கிச்சிலிக் கிழங்கு
நன்னாரி வேர்
அசுவகந்தி
ஆலங்குச்சி

வகைக்குச் சமம்.

3. தாழைவிழுதுச் சாறு 2 படி
வெள்ளறுகுச்சாறு 2 "
பசுவின் நெய் 2 "

செய்முறை

முதலாவது அங்கத்தில் கூறப்பட்ட நான்கு பட்டைகளை 50-வருடத்திற்கு மேற்பட்ட மரமாகப் பார்த்துச் செவ்வேரிய பட்டையாக எடுத்துப் பஞ்சுபோல் நசுக்கிப் பெரிய மட்பாண்டத்தில் போட்டு 16 படித் தண்ணீர் விட்டு, அடுப்பிலேற்றிச் சிறுக எரித்து இரண்டு படி அளவிற்குச் சுண்டக் காய்ச்சி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும். இரண்டாவது அங்கத்தில் கூறப்பட்ட பத்தொன்பது சரக்குகளையும் சிறிது இடித்துப் பசுவின் பால் விட்டு மெழுகுபதமாக அரைத்து வழித்து எடுத்து, மூன்றாவது அங்கத்தில் கூறப்பட்டச் சாறுகளுடன் கலந்து, பாண்டத்தில் விட்டு அடுப்பிலேற்றிச் சிறு தீயாகத் தினம் 2-3 மணிநேரம் எரித்து, நான்காவது நாள் பதமுறக் காய்ச்சி வடித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இந்த ஏலாதி நெய்யை வேளைக்கு 1-2 தேக்கரண்டி அளவு தினம் இரு வேளை கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

ஈளை, எலும்புருக்கி, பித்தவறட்சி, காசம், உளைமாந்தை ஆகியன தீரும்.

பத்தியம்

புளி தள்ளி, இச்சாபத்தியமாக இருத்தல் வேண்டும்.

52. சதாவரி நெய்

சரக்கு

தண்ணீர்விட்டான் கிழங்குச் சாறு 1 சேர்

பசுவின் நெய்	1 சேர்
பசுவின் பால்	10 "
தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு	$^1/_4$ "

செய்முறை

முதலில் தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கை அம்மிக்கல்லில் வைத்து மெழுகு போல் அரைத்து வழித்து ஒரு நெய்ப் பாண்டத்தில் போட்டு, மிகுதியுள்ள திரவங்களை விட்டுக் கலக்கி அடுப்பிலேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்துப் பதமுறக் காய்ச்சி வடித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

வேளைக்கு இந்த நெய்யை 2-3 தேக்கரண்டி அளவு காலை, மாலை இரு பொழுது கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

நீர்க்கடுப்பு,நீர்ச்சுருக்கு, எலும்புருக்கி, மேகசுரம், கை, கால் எரிவு நீங்கும். தேக பலம், தாதுவிருத்தி உண்டாகும்.

53. கண்டங்காரி நெய்

சரக்கு (1)

கண்டங்கத்தரி சமூலம்	32 பலம்
வில்வ வேர்	1 "
அமுக்கராக் கிழங்கு	1 "
ஆடாதோடை வேர்	1 "
சங்கம் வேர்	1 "
சிறுவழுதுணை வேர்	1 "
பேய்ப்புடல்	1 "

சரக்கு(2)

தாளிசப் பத்திரி

மிளகு

செவ்வியம்

இவைகள் வகைக்கு கழஞ்சு 3.

ஏலம்

இலவங்கப்பத்திரி

இலவங்கப்பட்டை

திப்பிலி

விலாமிச்சம் வேர்

சிறுநாகப்பூ

சடாமாஞ்சில்

கற்கடகசிங்கி

இவைகள் வகைக்குக் கழஞ்சு -1.

சரக்கு (3)

ஆவின் பால்	1 படி
ஆவின் நெய்	1 "
கல்யாணப் பூசணிச் சாறு	1 "

செய்முறை

முதலாவது அங்கத்தில் கூறப்பட்ட சரக்குகளை நன்கு இடித்து ஒரு பெரிய மட்பாண்டத்தில் போட்டு 16 படி தண்ணீர் விட்டு அடுப்பில் ஏற்றிச் சிறு தீயாக எரித்து 2 படி அளவிற்குச் சுண்டின சமயம் வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும். இரண்டாவது அங்கத்தில் கூறப்பட்ட சரக்குகளை இடித்துச் சூரணித்து அம்மிக்கல்லில் வைத்து ஆவின் பால் விட்டு மெழுகு போல் அரைத்து ஒரு நெய்ப் பாண்டத்தில் போட்டு முன் சித்தப்படுத்திய கியாழத்தை விட்டுக் கரைத்து, மூன்றாவது அங்கத்தில் கூறப்பட்ட திரவங்களைக் கூட்டி அடுப்பில் ஏற்றிச் சிறு தீயாக எரித்துப் பதமுறக் காய்ச்சி வடிகட்டி அதில் திப்பிலியையும் பேரீச்சங்காயையும் வகைக்கு மூன்று கழஞ்சு வீதம் இடித்துப் பொடிசெய்து போட்டு வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இந்த நெய்யை வேளைக்கு 2 அல்லது 3 தேக்கரண்டி அளவு தினம் 2 வேளை கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

உளைமாந்தை, சுவாசகாசம், ஈளை, இருமல், சயம் முதலியவைகள் தீரும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

54. தாய்ப் பால் நெய்

சரக்கு

பொன்னாங்காணி வேர்	2	கழஞ்சு
வெள்ளரி வித்து	2	"
பூசணிவித்து	2	"
நெல்லி வற்றல்	2	"
அதிமதுரம்	2	"
தாய்ப்பால்	2	"
ஆவின் நெய்	1 படி	

செய்முறை

மேற்கூறப்பட்ட சரக்குகளைத் தாய்ப் பால் விட்டு நெகிழ அரைத்து, ஒரு நெய்ப் பாண்டத்தில் போட்டு, ஆவின் நெய்யை விட்டு அடுப்பிலேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்துப் பதமுறக் காய்ச்சி வடித்து வைத்துக்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

உட்சூடு, தேகமெலிவு, எலும்புருக்கி, கணச்சூடு, பிரமேகம், வெட்டை முதலியவைகள் குணமாகும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

55. கறிப்புலவு நெய்

அதிகமாகச் செலவிட்டுச் செய்யும் கறிப்புலவிலிருந்து பிழிந்தெடுத்த நெய்யைச் சுமார் 1-பலம் சேகரித்து வைத்துக்கொண்டு நாசித் துவாரங்களின் வழியாய் 2,3 துளிகள் தினம் இரு வேளை விட்டுக்கொண்டுவர, 20 நாட்களில் எத்தகையப் பீனிச நோயும் குணமாகும். மேலும் மேக சம்பந்தத்தாலான நாசி விரணங்களையும் குணப்படுத்தும். மகம்மதியர் பண்டிகை காலங்களில் செய்யும்போது அவர்கள் மூலமாக நெய் பெறுவது எளிதும் நல்லதுமாகும்.

56. சம்பு நெய்

சரக்கு

25 பலம் நாவற்பட்டையைச் சிறு துண்டுகளாக நறுக்கிப் பஞ்சுபோல் இடித்து, 4 படி நீர் விட்டு, அரைப்படியாகச் சுண்டக்காய்ச்சி வடித்த குடிநீர், ஏலம், இலவங்கப்பட்டை, கற்கடகசிங்கி, காட்டாத்திப்பூ, காய்ச்சுக்கட்டி, மரமஞ்சள், சீரகம், சிறுநாகப்பூ, அதிமதுரம், கோஷ்டம், விளாம்பிசின் இவைகளின் சூரணம் வகைக்குப் பலம் $^1/_2$. அபினி பலம் $^1/_4$.

செய்முறை

இங்கு கூறப்பட்ட கற்கங்களைக் குடிநீரில் நெகிழ அரைத்து, மிகுதியுள்ள குடிநீரால் கரைத்துப் பசுவின் நெய் 1/2 படி சேர்த்துப் பதமுறக் காய்ச்சிக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

வேளைக்கு அரை அல்லது ஒரு கரண்டி அளவாகக் காலை மாலை கற்கத்துடன் உட்கொண்டுவர பெரும்பாடு, எலும்புருக்கி, மதுமேகம், நீரிழிவு முதலியன குணப்படும்.

57. கல்யாண நெய்

சரக்கு

பேய்த் தும்மட்டிக்காய் (வரித்தும்மட்டிக்காய்)
கடுக்காய்
தான்றிக்காய்
நெல்லிவற்றல்
சுரைக்காய்
தேவதாரு
வாலுளுவை
மூவிலைத்தாமரை
பூனைக்காய்ஞ்சொறி
மரமஞ்சள்
கறிமஞ்சள்

சிறு நன்னாரி
பெரு நன்னாரி (மாவிலிங்கக் கிழங்கு)
ஓமம்
நீரோற்பலம்
ஏலம்
மஞ்சிட்டி
வாளம்
குமட்டி மாதுளம் பழம்
நாகேசுரம்
வாய்விளங்கம்
ஓரிலைத் தாமரை
கோஷ்டம்
சந்தனம்
தாமரை
தாளிசப்பத்திரி
கண்டங்கத்தரி
உலர்ந்த மல்லிகைப்பூ

வகைக்குப் பலம் காலே வீசம்.

செய்முறை

இவைகள் அனைத்தையும் இடித்து நான்கு படி நீரில் போட்டு, $^1/_2$ படியாகக் காய்ச்சிப் பிசைந்து வடித்த பின்னர், 1 படி பசுவின் நெய் சேர்த்துப் பதமாகக் காய்ச்சி வடித்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

தினம் ஒரு வேளை காலையில் 1 கரண்டி விகிதம் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

அபசுமாரம், சுரம், சுவாசகாசம், பித்தப்பைத்தியம், சயம், மூத்திரக் கிரிச்சரம் முதலிய பிணிகள் குணப்படும். இதனை ஆண், பெண் இருதிறத்தாரும் உட்கொள்ளின் மலடு நீங்கி மகப்பேறு உண்டாகும்.

58. சத்திச்சாறணை நெய்

சரக்கும் செய்முறையும்

நிழலில் உலர்த்திய சத்திச்சாறணை மூலிகை சமூலம் பலம் 100. இதனை 4 மரக்கால் தண்ணீர் விட்டு, நான்கு படியாகக் காய்ச்சி வடித்து, அதனுடன் ஒரு படி பசுவின் நெய் சேர்த்துச் சிறு தீயில் எரித்துக் கொதிக்கும் தறுவாயில், நிலவேம்பு, சுத்திசெய்த கஞ்சா, சுக்கு, உலர்ந்த சத்திச்சாறணை, தேவதாரு இவைகளின் சூரணத்தில் தனித்தனி இரண்டு பலம் போட்டுப் பதமாகக் காய்ச்சி இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இதனைத் தேகக் கூறுக்குத் தக்கவாறு $^1/_2$ அல்லது 1 கரண்டி காலை, மாலை உட்கொள்ளின் காசம், சுவாசகாசம், வீக்கம், சுரம் முதலியன குணப்படும்.

59. திராட்சாதி நெய்

சரக்கு

கொடிமுந்திரிப் பழம் வீசை-1, இலுப்பை வேர்ப்பட்டை பலம்-8, திப்பிலி பலம்-2, இவைகளை ஒரு மரக்கால் நீரில் போட்டுச் சிறு தீயில் எரித்து, ஒரு படியாகச் சுண்டக் காய்ச்சி, அதனுடன் 4 படி பாலும் 1 படி நெய்யும் சேர்த்துப் பதமுறக் காய்ச்சி ஆறினபின், எட்டு பலம் சர்க்கரை கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

தினம் இரு நேரம் இதனைக் கலக்கி ஒரு கரண்டி விகிதம் உண்டுவரின் தேக துர்ப்பலம், வாதப் பித்தச் சுரங்கள், சுவாசம், அம்மை, பெரும்பாடு, இரத்தப் பித்தம் முதலிய நோய்கள் தீர்ந்து பலம் உண்டாகும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

60. வியாக்கிரி நெய்

சரக்கு

கண்டங்கத்தரி சமூலரசம்	1 படி
நெய்	1 "

கற்கடகசிங்கி
சித்திரமூலம்
புஷ்கரமூலம்
கடுக்காய்
தான்றிக்காய்
நெல்லிவற்றல்
சாறணைவேர்
கரிசலாங்கண்ணி

வகைக்குப் பலம் $^1/_2$.

செய்முறை

கண்டங்கத்தரிச் சாற்றையும், நெய்யையும் ஒருமிக்கக் கலந்து அதனில் கடைச்சரக்குகளைச் சூரணம் செய்து போட்டு, நீர் சுண்டக் காய்ச்சிப் பதத்தில் வடித்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

வேளைக்கு ஒரு கரண்டி விகிதம் தினம் இருவேளை உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

காசம், குன்மம், மகோதரம் முதலிய கடும்பிணிகள் தீரும். குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் கக்குவான் இருமலுக்கு இது சாலச் சிறந்தது.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

61. பஞ்சதிக்க நெய்

சரக்கு

1. வேப்பம்பட்டை
சீந்தில் கொடி
ஆடாதோடைச் சமூலம்
பேய்ப்புடல்
கண்டங்கத்தரி

வகைக்குப் பலம் 10.

2. சிற்றரத்தை
வாய்விளங்கம்
தேவதாரு
யானைத்திப்பிலி
எவாச்சாரம்
சுக்கு
மரமஞ்சள்
அதிமதுரம்
செவ்வியம்
கோஷ்டம்
மிளகு
வெட்பாலையரிசி
ஓமம்
சித்திரமூலம் வேர்ப் பட்டை
கடுகுரோகணி
தாமரைக் கிழங்கு
வசம்பு
மோடி
மஞ்சிட்டி
அதிவிடயம்
சிவதை வேர்
குரோசாணி ஓமம்

இவைகள் வகைக்கு வராகன் எடை $^1/_2$

மகிசாட்சிகுங்கிலியம் பலம் 5.

செய்முறை

முதல் அங்கத்தில் கூறப்பட்டவைகளை ஒன்றிரண்டாய் இடித்து, ஒரு மட்பாண்டத்தில் போட்டு, எண் மடங்கு நீர் விட்டு, ஒரு பாகமாகக் காய்ச்சி வடித்து

அதனில் அரைப்படி ஆவின் நெய்யை விட்டு, இரண்டாவது அங்கத்தில் கூறப்பட்ட சரக்குகளைப் பால் விட்டு நெகிழ அரைத்துக் கலக்கி நெய் பதமுறக் காய்ச்சி வடித்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இதனை வேளைக்குக் கால் பலம் விகிதம் தினம் இரு நேரம் காலை, மாலை, ஒரு மண்டலம் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

நரம்பு, என்புமச்சை, தாது சம்பந்தப்பட்ட வாயு முதலியன குணப்படும். தவிர குட்டம், நரம்புகளில் உண்டான ஆறாத விரணம், கண்டமாலை, பவுத்திரம், குன்மம், மூலம், சயம், வீக்கம், பீனிசம், இருமல், மார்புத் துடிப்பு முதலிய பல பிணிகளையும் குணப்படுத்தும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

62. கூழ்பாண்ட நெய்

சரக்கு

1.	ஆவின் நெய்	1 படி
	கலியாணப் பூசணிக் காய்ச் சாறு	1 "
	நெல்லிக்காய்ச் சாறு	1/2 "
	தென்னம் பூச்சாறு	1/2 "
	நெல்லிக்காய்ச் சாறு	1/2 "
	செந்தாழை விழுதுச்சாறு	1/4 "
	கற்றாழைச்சாறு	1 "
	செவ்விளநீர்	1/4 "
	பொன்னாங்காணிச் சாறு	1/4 "
2.	திரிகடுகு	
	நிலப்பனங்கிழங்கு	
	சதாவரிக் கிழங்கு	
	கமுகம்பூ	

தென்னம்பூ

அதிமதுரம்

வகைக்குப் பலம் $^1/_2$.

செய்முறை

இரண்டாவது அங்கத்தில் கூறப்பட்ட கற்கங்களை முதல் அங்கத்தில் கூறப்பட்ட ஏதேனும் ஒரு சாற்றில் நெகிழ அரைத்து ஒரு பாண்டத்தில் போட்டு முதல் அங்கத்தில் குறிப்பிட்டவைகளை எல்லாம் சேர்த்துக் கலக்கிப் பதமாகக் காய்ச்சி வைத்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இதனை வேளைக்குக் கரண்டி வீதம் தினம் இருவேளை உண்டுவர மேகப் பிரமியம், நீர்க்குத்து எரிவு, அத்தி வெட்டை, எலும்புருக்கி, தாதுநட்டம் முதலியவைகள் குணமாகும்.

63. சுவாசகாச நெய்

ஒரு பழகிய குடுவையில் அடியில் குழித்தைலம் இறக்கும் பொருட்டு 4,5 துவாரம் செய்து கொள்ளவும். 60 அல்லது 80 வெள்ளெருக்கன் பழுப்பு இலைகளைக் கொண்டுவந்து, அதனிரு பக்கங்களிலும் பசு நெய்யைத் தடவி வைத்துக் கொள்ளவும். பின்பு பிரமத்தண்டு வேர் பலம் 2 1/2 கொண்டுவந்து சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி, அவைகளையும் பசுவின் நெய்யில் புரட்டி, முன் சித்தப்படுத்திய குடுவையில் இலையும் வேருமாக அடுக்கடுக்காய்ப் போட்டு வாய்க்கு அகல்மூடிச் சீலை செய்து, குழித்தைலம் இறக்கி, அதிலிருக்கும் செப்பு நீரை அப்புறப்படுத்தி, வேளைக்கு 30 முதல் 60 துளி கற்கண்டுச் சூரணத்தில் பிசறி உண்ணவும். இவ்வாறு 15 நாட்கள் கொள்ள சுவாசகாசம் குணமாகும். பத்தியம் இல்லை.

64. சுவாசகாச நெய் (வேறு முறை)

சரக்கு

சங்கம் வேர்

பேராம்பல் வேர்

நெல்லிமுள்ளி

சிறுசாறணை வேர்

ஆடாதோடை வேர்
நொச்சி வேர்
கடுக்காய்த் தோல்
மிளகரணை வேர்
தான்றிக்காய் வேர்
மஞ்சள்

இவைகள் வகைக்கு 3 பலம்.

பெருவாகை
முன்னை
பெருங்குமிழ்
வில்வம்
பெருமல்லி
சிறுமல்லி
நெருஞ்சில்
கண்டங்கத்தரி வேர்
பாதிரி
சிறுவழுதலை வேர்

இவ்வகைகளின் வேர் தனித்தனியே 2 பலம்.

மாவிலிங்கம் வேர்
கொடிவேலி வேர்
மூக்கிரட்டை வேர்
ஆயில்ய மரப்பட்டை
செம்முள்ளி வேர்
விழுதி வேர்
நாவல் வேர்
தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு
தழுதாழை வேர்
புங்கு வேர்

ஆதண்டம் வேர்

புன்னை வேர்

ஆயில்ய மரப்பட்டை

இச்சரக்குகளைத் தனித்தனியே 50 பலமும், ஆடாதோடையிலை 32 பலமும் எடுத்து எல்லாவற்றையும் இடித்து 8 மரக்கால் நீர் விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி இரு மரக்காலாகும் வரை வற்றக் காய்ச்சவும். பின்பு வடிகட்டிப் பசுவின் நெய் 4 படி விட்டு,

திப்பிலி மூலம்

கற்கடக சிங்கி

ஏலக்காய்

தான்றித்தோல்

வாலுளுவையரிசி

இலவங்கப்பத்திரி

கொடிவேலி வேர்

புன்னை மரப்பட்டை

சீரகம்

சிற்றரத்தை

கற்பூரம்

சிறுதேக்கு

கடுகுரோகணி

கறுஞ்சீரகம்

கோஷ்டம்

முந்திரிகைப்பழம் (திராட்சை)

குடசப்பாலை அரிசி

செவ்வியம்

கடுக்காய்த்தோல்

இந்துப்பு

திப்பிலி

நெல்லிவற்றல்

ஓமம்

கிராம்பு

மிளகு

செய்முறை

இச்சரக்குகளை வகைக்கு 2 வராகன் எடை வீதம் எடுத்து இடித்து 8 மடங்கு நீர் விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி, எட்டிலொன்றாகக் காய்ச்சி வடிகட்டிக் குடிநீர் செய்து நெய்யுடனே ஊற்றிப் பக்குவமாக எரித்துப் பதத்தில் இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இந்நெய்யைச் சாப்பிட்டுவர இரத்தப்பித்தம், காசம், இரைப்பு, ஐயக்கோளாறுகளால் ஏற்பட்ட ஈளை, இருமல் முதலிய நோய்கள் தீரும்.

இலேகிய வகைகள்

1. *திப்பிலி இலேகியம்*

சரக்கு

திப்பிலி	10 பலம்
மிளகு	5 "
சுக்கு	5 "
சீரகம்	
கறுஞ்சீரகம்	
ஓமம்	
குரோசாணி ஓமம்	
சிற்றரத்தை	
பேரரத்தை	
கடுக்காய்	
நெல்லிக்காய்	
தான்றிக்காய்	
இலவங்கம்	
இலவங்கப்பத்திரி	

தாளிசப்பத்திரி
கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை
ஏலம்
இலவங்கப்பட்டை

இவை வகைக்கு ஒரு பலம்.

செய்முறை

இவைகளை இளவறுப்பாக வறுத்துப் பொடித்து வடிகட்டி, வந்த எடைக்குச் சமன் சீனி சேர்த்துக் கலந்து தேன் விட்டுப் பிசைந்து பீங்கானில் பதனம் செய்யவும்.

பயன்பாடு

இத்துடன் அளவுப்படி தாம்பிரச் செந்தூரம் சேர்த்துக் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

காசம், மந்தார காசம், சயம், இருமல், இளைப்பு, கக்கல், சேத்துமம் ஆகியவைகள் ஒரு மண்டலத்தில் தீரும்.

2. திப்பிலி இலேகியம் (வேறு முறை)

சரக்கு

திப்பிலி 4 பலம்
ஏலக்காய்
கிராம்பு
இலவங்கப்பட்டை
இலவங்கப்பத்திரி

இவைகள் வகைக்கு 1 தொடி.

மிளகு
சுக்கு
ஓமம்
கொத்துமல்லி
கண்டத்திப்பிலி
தாளிசப்பத்திரி

தக்கோலம்

சதகுப்பை

சிறுதேக்கு

வாய்விளங்கம்

சீரகம்

இவைகள் வகைக்கு 1 $^{1}/_{2}$ பலம்.

கையாந்தகரைத் தூள், சர்க்கரை இவை வகைக்கு 2 தொடி.

செய்முறை

இச்சரக்குகள் அனைத்தையும் வெயிலில் உலர்த்திக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துத் துணியினால் நுண்துகள்களானப் பொடியாகச் சலித்து எடுத்துக் கொள்ளவும். இதனுடன் சுத்தத் தேன் 1/4 படி சேர்த்துக் குழப்பி, சுத்தமான அயப்பற்பம் 1/2 பலமும் கலந்து கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இம்மருந்தைக் கழற்சி அளவு தினம் 2 வேளை சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

பலவீனம், காசம், பாண்டு, மந்தம் முதலிய நோய்கள் நீங்கும்.

3. திப்பிலியாதி இலேகியம் (வேறு முறை)

திப்பிலி	8 பலம்
சர்க்கரை	4 "
மிளகு	
சுக்கு	
ஏலம்	
பறங்கிப்பட்டை	
சாதிக்காய்	
இலவங்கப்பட்டை	
இலவங்கப்பத்திரி	
வாய்விளங்கம்	

தக்கோலம்

கடுக்காய்

நெல்லிக்காய்

தான்றிக்காய்

சீரகம்

வகைக்கு 1 பலம்.

செவ்வியம் 5 பலம்.

சித்திரமூலம்

திப்பிலிமூலம்

வகைக்கு 2 $^1/_2$ பலம்.

அயச்செந்தூரம், கையாந்தகரை வகைக்கு 2 பலம்.

செய்முறை

இவற்றைச் சூரணித்து இலேகிய முறைப்படிச் செய்து, தேன் 2 படி கலந்து வைத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

தீரும் நோய்கள்

குன்மம், வாந்தி, சுவையின்மை, உடல் இளைப்பு, பீனிசம், சுவாசகாசம்.

4. கூழ்பாண்ட இலேகியம்

சரக்கு

முற்றிய பூசணிக் காயைக் கொண்டுவந்து நறுக்கிக் குடல்களையும் விரைகளையும் நீக்கிவிட்டு, அதைத் தேங்காய்த் திருகுபலகையில் திருகி வைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு பாத்திரத்தில் தண்ணீர் ஊற்றி வேடுகட்டி அதன் மேல் பூசணித் தூளைப் போட்டு அவிக்கவும். பின்பு அவைகளைப் பிழிந்து அடுப்பின் மேல் ஒரு சட்டியை வைத்து அதிலிட்டுப் பசுவின் நெய் விட்டுப் பொன் வறுவலாக வறுக்கவும். இதை உரலில் இட்டு இடித்துத் தூளாக்கிக் கொள்ளவும். பின்பு

கண்டத்திப்பிலி

சாதிக்காய்

செண்பகப்பூ

சுக்கு

மிளகு
கற்கடகசிங்கி
கோஷ்டம்
நிலவேம்பு
கொத்துமல்லி விதை
சீரகம்
கறுஞ்சீரகம்
ஓமம்
ஏலக்காய்
கிராம்பு
திப்பிலி
இந்துப்பு
செங்கழுநீர்க் கிழங்கு
அதிமதுரம்
சிறுதேக்கு
சிறுநாகப்பூ
தேவதாரம்
இலவங்கப்பத்திரி

செய்முறை

இச்சரக்கு வகைகளை வகைக்கு 3 கழஞ்சு ($1^1/_4$ வராகன் எடை) வீதம் எடுத்து உலர்த்திக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துத் தூளாக்கிச் சூரணம் செய்துகொண்டு, பூசணிச் சூரணத்துடன் கலந்து கொள்ளவும்.

அடுப்பின் மேல் ஒரு சட்டியை வைத்து, 2 படி பசுவின் நெய் விட்டு அதில் மேற்படி சூரணத்தை இட்டு

தேன்	$^1/_2$ படியும்
சர்க்கரை	$^1/_2$ "

சேர்த்து எரித்துப் பதத்தில் இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இதை ஒரு பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்தித் தினமும் ஒரு எலுமிச்சங்காய் அளவு எடுத்துக் காலை நேரங்களில் சாப்பிட்டுவரவும்.

தீரும் நோய்

ஈளை, இருமல், எட்டு வகைக் குன்மங்கள், சயம், எரிகுன்மம், இரத்தக் குன்மம் முதலியவை தீரும்.

5. சண்டமாருத இலேகியம்

சரக்கு

சுத்தமான முழுக்கடுக்காய் எண்ணிக்கையில் 100 எடுத்து, நன்றாகப் புளித்த காடி 1 படி விட்டு, ஒரு இரவு முழுதும் ஊறவைத்து, வெயிலில் 3 நாளைக்கு உலர்த்தவும். மறுபடியும் புது காடியில் அவைகளை ஊறவைத்து 3 நாளைக்கு உலர்த்தவும். இப்படி 3 முறை செய்யவும். நன்றாகக் காய்ந்த பின்பு கடுக்காய்களை உடைத்துக் கொட்டைகளை நீக்கி அதன் தோலை ஒரு தராசில் போட்டு நிறுத்துக்கொள்ளவும்.

செய்முறை

மொத்த நிறைக்கு நாலிலொன்று கல்லுப்புப் போட்டு, தண்ணீர் விடாத புளித்த பசுவின் மோர் விட்டுக் கடுக்காய்த் தோலையும் கல்லுப்பையும் நன்றாக அரைத்து அம்மோரிலேயே குழப்பி, அடுப்பின் மேலேற்றி, மோர் சுண்டும் வரை எரிக்கவும். பின்பு அச்சூரணத்தை எடுத்து வெயிலில் உலர்த்தவும். அதன் பின்

மிளகு

இந்துப்பு

இவ்விரண்டும் வகைக்கு ஒரு பலமும், இதனுடன்

கண்டத்திப்பிலி

செவ்வியம்

திப்பிலி

திப்பிலி மூலம்

கொடிவேலி வேர்

இவைகள் வகைக்கு 5 பலமும் எடுத்து உலர்த்திக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துச் சூரணம் செய்து, முன் சொல்லிய கடுக்காய்த்தூளுடன் கலந்து, எலுமிச்சம் பழச்சாறு விட்டு அரைத்து இலேகிய பதமாக எடுத்துப் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இதில் ஒரு தான்றிக்காய் அளவு எடுத்துத் தினம் காலை வேளையில் மாத்திரம் 40 நாட்கள் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

கப நோய்கள் தீரும்.

பத்தியம்

புளிப்புப் பதார்த்தங்களையும், கசப்புப் பதார்த்தங்களையும், புகையிலையையும் நீக்கவும். உப்பை வறுத்துக் கூட்டிக் கொள்ளவும். பசுவின் பால், நெய் வகைகளை வேண்டிய வரை கூட்டிக் கொள்ளவும். முருங்கைப் பிஞ்சு, கத்தரிப் பிஞ்சு, அவரைக்காய், துவரம் பருப்பு, முளைக் கீரை, வாழைக்காய் முதலியவைகளைக் கூட்டிக் கொள்ளவும்.

6. சண்டமாருத இலேகியம் (வேறு முறை)

சரக்கு

கண்டங்கத்தரி வேர்
சங்கம் வேர்
துளசி
நுணா
தூதுவளை
மணித்தக்காளி
ஆடாதோடை

செய்முறை

இவைகளின் சாறுகள் வகைக்கு $^1/_4$ படி எடுத்து ஒரு சட்டியில் இட்டு அடுப்பின் மேலேற்றிச் சுண்டக் காய்ந்து வரும் பொழுது பனைவெல்லம் 5 பலம் கூடப்போட்டுப் பாகு $^1/_4$ படியாக வற்றி வரும்பொழுது

திப்பிலி

சிற்றரத்தை

கடுக்காய்த் தோல்

இவைகள் வகைக்கு 15 வராகன் எடை எடுத்து, வெயிலில் காயவைத்து இடித்துச் சூரணம் செய்து, பாகுடன் போட்டு அடிபிடிக்காமல் கிண்டி, சுத்தமான தேன் $^1/_8$ படியும் பசுவின் நெய் 1 மாகாணி (வீசம் படி)யும் விட்டுப் பதத்தில் இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இதில் ஒரு தான்றிக்காய் அளவு எடுத்துக் காலை வேளையில் உட்கொள்ளவும். இவ்வாறு 40 நாட்கள் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

கபநோய்கள், இருமல் முதலானவைகள் தீரும்.

பத்தியம்

புளிப்புச் சுவையுள்ள பதார்த்தங்கள், கசப்புப் பண்டங்கள், புகையிலை இவைகளை நீக்கவும். உப்பையும் நீக்கி விடவும்.

பசுவின் நெய், பால், வாழைக் காய்ப் பிஞ்சு, முருங்கைப் பிஞ்சு, அவரைக்காய், முளைக்கீரை ஆகியவைகளைக் கூட்டிக்கொள்ளவும்.

7. வில்வாதி இலேகியம்

சரக்கு

மேல் தோலை நீக்கிய வில்வ வேரில் 40 பலம் எடுத்துச் சிறு சிறு துண்டுகளாக வெட்டி, அவைகளை இடித்து ஒரு பெரிய பானையில் போட்டு, 8 மரக்கால் நீர் விட்டு, மூன்று நாளைக்கு ஊறவைக்கவும். நான்காவது நாளன்று அப்பானையை அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்து, 1 மரக்காலாகும் வரை சுண்டக் காய்ச்சவும். அக் குடிநீரை இறுத்து அதனுடன்

ஏலக்காய்

கிராம்பு

நன்னாரி வேர்

கோரைக்கிழங்கு

இலவங்கப்பத்திரி

அதிமதுரம்
நெல்லிப் பருப்பு
விலாமிச்சம்வேர்
நெல்லிமுள்ளி
இலவங்கப்பட்டை
திப்பிலி
கொத்துமல்லிவிதை
வெட்டிவேர்
சீந்தில் சர்க்கரை
பேரீச்சம்பழம்

செய்முறை

இச்சரக்குகளை வகைக்கு $1^{1}/_{4}$ வராகன் எடை வீதம் எடுத்து, நன்றாகக் காயவைத்துக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துச் சூரணம் செய்து, மேற்படிக் குடிநீருடன் கலந்து, பாகுபோல் காய்ச்சி, அதனுடன் 10 கழஞ்சு (சுமார் 5 தோலா) சர்க்கரை சேர்த்து, சுத்தத் தேன் ஒரு உழக்கும் பசுவின் பால் 1 உழக்கும் கூடவிட்டு இலேகிய பதத்தில் இறக்கிக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

அதில் ஒரு கொட்டைப்பாக்கு அளவு எடுத்துப் பசுவின் பாலில் கலக்கித் தினந்தோறும் 3 வேளை உட்கொள்ளவும். இம்மாதிரி 20 நாட்கள் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

பித்தத்தில் ஏற்படும் 40 காச வகைகள், உளைமாந்தை, உணவு செரியாமை, சுரம், இளைப்பு, பாண்டு, காமாலை முதலான நோய்கள் தீரும்.

பத்தியம்

கசப்புப் பதார்த்தங்களையும், புளியையும் நீக்கிவிடவும். பசுவின் பால், நெய், உப்புக்கண்டம் முதலியவைகளை வேண்டிய அளவு கூட்டிக் கொள்ளவும்.

8. கண்டங்காரி இலேகியம்

சரக்கு

கண்டங்கத்தரிவேர்
விஷ்ணுகரந்தைச் சமூலம்
இம்புராச் சமூலம்
தூதுவளைச் சமூலம்
ஆவாரைச் சமூலம்
கரிமுள்ளி வேர்
சங்கம் வேர்
பருத்தி வேர்
நன்னாரி வேர்

இச்சரக்குகளை வகைக்கு 50 பலம் எடுத்து, ஒன்றிரண்டாக வெட்டி ஒரு பெரும் பாத்திரத்தில் இட்டு, 12 மரக்கால் சுத்த நீர் விட்டு ஆறிலொன்றாகக் காய்ச்சி வடிகட்டிக் கொண்டு, அதனுடன் வெல்லம் 1 வீசை சேர்த்து, அடுப்பின் மேல் வைத்துப் பாகாக்கிக் கொண்டு

சங்கம் வேர்
சுக்கு
மிளகு
சிற்றரத்தை
வெங்காரம்
கடுகுரோகணி
சிறுதேக்கு
கூகைநீறு
திராட்சை
சாதிக்காய்
மாசிக்காய்
கோஷ்டம்
திப்பிலி

ஓமம்

ஏலக்காய்

வெட்பாலை அரிசி

வாய்விளங்கம்

கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை

பருத்தி

சடாமாஞ்சில்

கிராம்பு

செய்முறை

முதலான சரக்குகளை வகைக்கு ஒரு பலம் எடுத்துச் சூரணித்துக் கொண்டு, மேற்சொன்ன பாகில் போட்டுக் கிண்டி, வேண்டிய அளவு பசுவின் நெய்யும் விட்டு இலேகியமாகச் செய்யவும். ஆறியபின் பச்சைக்கற்பூரம் 1 வராகன் எடை, தேன் 2 சேர் சேர்த்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இதைத் தினம் 2 வேளை கழற்சிக்காய் அளவு சாப்பிடச் சகலவித காசங்களும் தீரும்.

9. கண்டங்காரி இலேகியம் (வேறு முறை)

சரக்கு

கண்டங்கத்தரி

தூதுவளை

கையாந்தகரை

நொச்சி இலை

ஆடாதோடை

துளசி

சிறுகாஞ்சொறி

வேலிப்பருத்தி இலை

முருக்கிலை

பறங்கிப்பட்டை

கற்கடகசிங்கி
சிற்றரத்தை
தாளிசப் பத்திரி
திப்பிலி மூலம்
செவ்வியம்
கடுக்காய்
சுக்கு
மிளகு
திப்பிலி
வெங்காரம்
கறுஞ்சீரகம்
சீரகம்
பெருங்காயம்

ஆகியவற்றில் வகைக்குச் சம எடை எடுத்துக் கொள்ளவும்.

செய்முறை

இவற்றைச் சூரணித்து வெல்லம்- 20 பலமும், நெய்-1 உழக்கும் சேர்த்து இலேகிய பதமாகச் செய்து உண்ண வேண்டும்.

தீரும் நோய்கள்

காசம், உளைமாந்தை.

10. கண்டாத்திரி இலேகியம்

சரக்கு

1. சுக்கு
   செவ்வியம்
   கடுக்காய்
   சீரகம்
   நெற்பொரி
   மிளகு

அதிமதுரம்
நெல்லிவற்றல்
தாளிசப்பத்திரி
திப்பிலி
சிறுதேக்கு
தான்றிக்காய்
இலவங்கப்பட்டை
சிற்றரத்தை
வாய்விளங்கம்
கொத்துமல்லி
இலவங்கப்பத்திரி

இவைகள் வகைக்குக் கழஞ்சு-3.

சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, கிராம்பு, அதிவிடையம்

இவைகள் வகைக்குக் கழஞ்சு -2.

2.	நல்ல வெல்லம்	10 பலம்
	தேன்	5 "
	நெய்	5 "
3.	இஞ்சி	15 "

செய்முறை

முதலாவது அங்கத்தில் கூறப்பட்ட இருபத்தோரு சரக்குளை நன்கு இடித்துச் சூரணம் செய்து வைத்துக்கொள்க. அப்பால் மூன்றாவது அங்கத்தில் கூறப்பட்ட இஞ்சித் துண்டுகளை மேல் தோல் சீவிச் சிறுவில்லைகளாக அரிந்து வைத்துக்கொண்டு அதனை ஒரு இரும்புக் கடாயில் சிறிது பசுவின் நெய் விட்டு அடுப்பிலேற்றிச் சிறுக எரித்துச் சூடேறிய சமயம் போட்டு, நீர் சுண்டிச் சிவந்து வரும் சமயம் கீழிறக்கி ஆறவிட்டு, அம்மிக் கல்லில் வைத்து மிருதுவான பதத்திற்கு அரைத்து வைத்துக் கொள்க. இதற்கு மேல் இரண்டாவது அங்கத்தில் கூறப்பட்ட நல்ல வெல்லத்தை ஒரு பாண்டத்தில் போட்டு, 14 படித் தண்ணீர் விட்டுக் கரைத்து வடிகட்டி ஒரு இரும்புக் கடாயில் விட்டு அடுப்பிலேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்துப் பாகுபதம் வரும் போது முன்முடித்து வைத்துள்ள சூரணத்தையும்

இஞ்சித்துகளையும் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் போட்டுக் கிளறித் தேன், நெய் விட்டுப் பிசறி வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இந்த இலேகியத்தில் வேளைக்குச் சிறு கொட்டைப்பாக்கு அளவு காலை, மாலை இருபொழுது கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

இருமல், செறியாமை, வாந்தி, குரல்கம்மல், குன்மம், மலசலக் கட்டு, உட்சுரம், தாபசுரம், வயிற்றுப்பொருமல், அக்கினிமந்தம், மூலவாயு, கிராணி, பேதி, முதலியவைகள் தீரும்.

பத்தியம்

கைப்பு, புளிப்பு நீக்கி, இச்சாபத்தியமாக இருத்தல் வேண்டும்.

11. கண்டங்கத்தரி இலேகியம்

சரக்கும் செய்முறையும்

கண்டங்கத்தரி வேர் 100 பலம் எடுத்துச் சிறுசிறு துண்டுகளாக நறுக்கி ஒரு புதுப் பானையில் இட்டு, 12 மரக்கால் சுத்த நீர் விட்டு, அடுப்பின் மேலேற்றி 6 மரக்காலாகும் வரை எரித்து ஒரு பாத்திரத்தில் குடிநீரை இறுத்துக்கொள்ளவும். அதனுடன் 100 கடுக்காய்களை எடுத்து அக்குடிநீரில் போட்டு, 30 பலம் பழைய வெல்லத்தைக் கரைக்கவும். இதை அடுப்பின் மேலேற்றிப் பாகாக்கி அதனுடன்

சுக்கு, திப்பிலி, ஏலக்காய், கிராம்பு

ஆகியவற்றை வகைக்கு 1 பலம் வீதம் எடுத்துச் சூரணம் செய்து போட்டு, முன்சொன்ன கடுக்காயையும் அப்படியே ஒன்று கலந்து இலேகிய பதத்தில் இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இதில் ஒரு கடுக்காயுடன், இலேகியத்தில் ஒரு பாக்களவும் எடுத்து உட்கொள்ளவும். சயநோய் தீரும்.

12. கண்டங்கத்தரியாதி இலேகியம் (வேறு முறை)

சரக்கு

கண்டங்கத்தரி வேர்	100 பலம்
கடுக்காய்	100 "

செய்முறை

இவைகளை ஒன்றிரண்டாக இடித்து, இவற்றுடன் 4 மரக்கால் நீர்விட்டு, அடுப்பின் மேலேற்றி ஒரு மரக்காலாக வற்றக் காய்ச்சவும். இக்குடிநீரை வடிகட்டி அதனுடன் 100 பலம் பழைய வெல்லம் போட்டுப் பாகு காய்ச்சிக் கொள்ளவும். பின்பு

மிளகு
திப்பிலி
சுக்கு

இவைகள் வகைக்கு 3 பலம்.

ஏலக்காய்
இலவங்கப்பட்டை
இலவங்கப்பத்திரி

இவைகள் வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து, எல்லாவற்றையும் ஒன்று சேர்த்துக் கல்லுரலில் இடித்துச் சூரணம் செய்து பாகில் போட்டுத் தேன் 6 பலமும் விட்டுக் கிண்டி இறக்கிக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

தேகத்தின் பலம் அறிந்து தினம் காலையிலும் மாலையிலும் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

குன்மங்கள், கபநோய், ஈளை, விக்கல், மேகம் முதலிய நோய்கள் தீரும்.

13. கண்டங்கத்தரி இலேகியம் (வேறு முறை)

சரக்கு

தூதுவளம் பழம்
கண்டங்கத்தரி வேர்

இவ்விரண்டையும் வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து அதனுடன்

ஏலக்காய்

திப்பிலி

மிளகு

கிராம்பு

சீரகம்

ஆகியவற்றில் வகைக்கு 2 வராகன் எடை எடுத்துக் கொள்ளவும்.

செய்முறை

ஒன்று சேர்த்து ஒன்றிரண்டாக இடித்து, ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டுப் பசுவின் நெய் சிறிது விட்டுப் பொன் வறுவலாக வறுத்துக் கொள்ளவும். இதைக் கல்லுரலில் இட்டுச் சேதமாகாமல் இடித்துச் சூரணம் செய்துகொண்டு, அதற்குச் சரியளவு சர்க்கரை சேர்த்துக் கொண்டு பசுவின் நெய்யும், சுத்தமான தேனும் வேண்டிய அளவு விட்டுக் கலந்து இலேகியமாகச் செய்து கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இம்மருந்தில் 2 வராகன் எடை எடுத்துக் காலையிலும் மாலையிலுமாக 3 நாளைக்கு 6 பொழுது உட்கொள்ள, இருமல் தீரும்.

14. பூசணி இலேகியம்

சரக்கும் செய்முறையும்

பூசணிக்காயைச் சிறு சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி வெயிலில் உலர்த்தவும். இதில் 100 பலம் எடுத்துப் பசுவின் நெய் விட்டு இளவறுப்பாய் வறுத்துக்கொள்ளவும். பின்பு இதைக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துச் சரியளவு சீனி சேர்த்து, சுக்கு, மிளகு, ஏலக்காய் ஆகியவைகளை வகைக்கு 1 பலம் கூட்டித் தேன் 1/4 சேரும் விட்டு நன்றாக இடித்து இலேகிய பதமாக்கிக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இதில் 3 3/4 வராகன் எடை அளவு எடுத்துத் தினமும் உட்கொள்ளக் கபநோய் தீரும்.

15. பூசணி இலேகியம் (வேறு முறை)

சரக்கு

பூசணிக்காயைச் சிறு சிறு துண்டுகளாக நறுக்கிவைத்துக் கொண்டு ஒரு படி பசுவின் நெய் விட்டு, நீர் முழுவதும் சுண்டும் வரை வறுத்துச் சிவந்த நிறம் ஆனவுடன் இறக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். இதனுடன்

ஏலக்காய்

சுக்கு

திப்பிலி

மிளகு

கறுஞ்சீரகம்

கொத்துமல்லி

சீரகம்

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு 1 பலம் வீதம் எடுத்து யாவற்றையும் கல்லுரலில் இட்டுப் பூணில்லா உலக்கையினால் நன்றாக இடித்துத் தேன், நெய், சர்க்கரை இவைகளைச் சேர்த்து இடித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

3 விரல் கொண்ட அளவு எடுத்துத் தினம் 2 வேளை உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

விக்கல், பித்தம், அரோசகம், கபநோய், காசம் முதலானவை தீரும்.

16. பெரும்பூசணி இலேகியம்

சரக்கு

ஒரு பெரும் பூசணிக்காயை அறுத்து அதன் தோலையும் விதைகளையும் நீக்கி, பாதி பூசணிக்காயைத் துருவிச் சாறு பிழிந்து கொள்ளவும்.

மறுபாதியை அப்படியே சிறு சிறு துண்டுகளாக்கிச் சதை 100 பலத்தை எடுத்துக் கொண்டு பசுவின் நெய் விட்டுச் சிவக்க வறுத்துக்கொள்ளவும். பூசணிச்சாறு 1 படியில் 100 பலம் கற்கண்டைக் கரைத்து அடுப்பின் மேல் வைத்து பாகாக்கிக்கொள்ளவும். இதனுடன் முன் சொன்ன பூசணிச் சூரணத்தையும்

செவ்வியம்

திப்பிலிமூலம்

கொடிவேலி வேர்

ஏலக்காய்

திப்பிலி

இலவங்கப்பத்திரி

சுக்கு

சிறுநாகப்பூ

சடாமாஞ்சில்

இந்துப்பு

இலவங்கப்பட்டை

ஆகியவற்றில் வகைக்கு 1 பலத்தையும் எடுத்துக் கொள்ளவும்.

செய்முறை

இவற்றைக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துச் சூரணம் செய்துகொண்டு, லோகசெந்தூரம் 1 பலத்தையும் கூட்டிப் பாகுடன் கிளறி இலேகிய பதத்தில் இறக்கவும். ஆறியபின் தேன் 20 பலம் சேர்த்து, நெய் தடவியப் பானையில் போட்டு நன்றாக மூடித் தானியபுடமாக 15 நாட்கள் வைக்கவும்.

பயன்பாடு

இந்த இலேகியத்தைத் தினம் 2 வேளை, $^1/_4$ பலம் அளவு எடுத்துச் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

சயரோகம், சுவாசகாசம் முதலான நோய்கள் தீரும்.

17. அமுத சர்க்கரை இலேகியம்

சரக்கு

ஓமம்

கோஷ்டம்

சந்தனத்தூள்

மிளகு

தாமரையிலைச் சுருள்

நெல்லிப்பருப்பு

திராட்சைப் பழம்

கற்பூரம்

ஏலக்காய்

சாதிக்காய்

நெருஞ்சில்

பூலாங்கிழங்கு

கூகை நீறு

கற்கடகசிங்கி

பேரீச்சம்பழம்

சீரகம்

குங்கிலியம்

அரக்கு

சுக்கு

தாமரைத்தாது

சிறுநாகப்பூ

திப்பிலி

அதிமதுரம்

இலவங்கப்பத்திரி

நெற்பொரி

தக்கோலம்

அமுக்கராக் கிழங்கு

நிலப்பனைக் கிழங்கு

தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு 1 பலம் வீதம் எடுத்து உலர்த்தி நன்றாகக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துச் சூரணம் செய்து கொள்ளவும். இதற்கு 2 பங்கு சீந்தில்

சர்க்கரை கூட்டிக்கொள்ளவும். அதற்குமேல் 5 பலம் சீனிச் சர்க்கரை சேர்த்து ஒன்றாகக் கலந்து கொண்டு ஒரு புதுப்பாண்டத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இதில் 3 வராகன் எடை தூள் எடுத்துத் தேன், நெய் இவைகளைச் சேர்த்துக் குழைத்துக் காலை நேரத்தில் 40 நாட்கள் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

நீரிழிவு, சயம், ஈளை, இருமல், பித்தம், பித்தகாசம், சுவாசகாசம், பிரமேகம், உடம்பெரிச்சல் முதலானவை தீரும்.

பத்தியம்

பூசணிக்காய், எருமைமோர், எருமைப்பால், பழைய சோறு, புளி முதலானவைகளை நீக்கிவிடவும்.

18. இலவங்கப்பட்டை இலேகியம்

சரக்கு

சன்னலவங்கப்பட்டை
தான்றித்தோல்
கொத்துமல்லி விதை
வால் மிளகு
மிளகு
ஓமம்
சிற்றரத்தை
சிறுதேக்கு
சீரகம்
சுக்கு
திப்பிலி
தேற்றாங்கொட்டை

இவைகள் வகைக்கு 1 பலம்.

சாதிப்பத்திரி

ஏலக்காய்

கிராம்பு

அக்கிராகாரம்

சாதிக்காய்

கோஷ்டம்

தாளிசப்பத்திரி

இவைகள் வகைக்கு 2 வராகன் எடை.

சுத்திசெய்த கஞ்சா 1/4 பலம்

கோரோசனை 20 குன்றி

செய்முறை

இவைகள் எல்லாவற்றையும் ஒன்று கலந்து இடித்துச் சூரணம் செய்துகொள்ளவும். இதனுடன் பனைவெல்லம் 10 பலம் சேர்த்துப் பசுவின் பால் விட்டு இடித்து இலேகியம் ஆக்கிக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இந்த இலேகியம் 2 வராகனெடை அளவு எடுத்து உட்கொள்ள சயம், வெட்டை முதலானவை தீரும்.

19. கொட்டைக்கரந்தை இலேகியம்

சரக்கு

கொட்டைக்கரந்தைச் சாறு	1 படி
பசுவின் நெய்	1 "
சிற்றரத்தை	
அதிமதுரம்	
கோஷ்டம்	
திப்பிலி	
இவைகளின் தூள் வகைக்கு	$^{1}/_{2}$ பலம்
சர்க்கரை	4 "

செய்முறை

இவைகளை ஒன்றுசேர்த்து அடுப்பின் மேலேற்றி இலேகிய பதமாக்கி இறக்கிக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இதில் ஒரு கொட்டைப் பாக்கு அளவு எடுத்துத் தினம் 2 வேளை சாப்பிடவும். உப்பில்லாமல் கஞ்சி உட்கொள்ளவும். மருந்து சாப்பிட்டு வருகையில் நோய் அதிகமாவதாகத் தெரிந்தால் பசுவின் பால் அதிகமாகச் சேர்த்துக் கொள்ளவும். 8-ஆவது நாளன்று ஆமணக்கெண்ணெய் சிறிது தலையில் தேய்த்துக் கொண்டு, நன்றாக ஊறி மறுநாள் வெந்நீரில் தலை முழுகவும். அன்று ரசம் சாதம் சாப்பிடவும். வாயிலிருந்தும், ஆசனத்திலிருந்தும் வெளியாகும் இரத்தப் போக்குகள் நிற்கும்.

20. தூதுவளை இலேகியம்

சரக்கு

தூதுவளை இலை
பிரமி இலை
ஆடாதோடை இலை
கண்டங்கத்தரி இலை

இவைகளைச் சிறுக அரிந்து, இடித்துப் பிழிந்த சாறு 2 படியுடன்

சிற்றரத்தை
கடுக்காய்த் தோல்
கோஷ்டம்
தான்றித் தோல்
கற்கடகசிங்கி
சாதிக்காய்
நெல்லிமுள்ளி
திப்பிலி
சிறுதேக்கு
கிராம்பு

சடாமாஞ்சில்

சாதிக்காய்

சுக்கு

வால் மிளகு

சாதிப்பத்திரி

செய்முறை

ஆகிய சரக்குகளை வகைக்கு 3 காசெடை வீதம் எடுத்துக் கல்லுரலில் இடித்துச் சூரணம் செய்துகொண்டு, தேன் விட்டு ஒன்று சேர்த்து அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்து இலேகிய பதமாகக் கிண்டி இறக்கவும்.

பயன்பாடு

தினந்தோறும் தான்றிக்காய் அளவு எடுத்துக் காலையிலும் மாலையிலும் சாப்பிட இருமல், சயரோகம் முதலானவை தீரும். கைகண்டது.

21. திராட்சாதி இலேகியம்

சரக்கு

முந்திரிகை (திராட்சைப் பழம்)

கோஷ்டம்

வெட்டிவேர்

சீந்தில்

நிலவேம்பு

அதிமதுரம்

செந்தொட்டி

நெல்லிவற்றல்

கற்கடகசிங்கி

இலுப்பைப்பூ

கடுக்காய்

மான்கொம்பு

குமிழ்வேர்

விலாமிச்சவேர்

கறுஞ்சீரகம்

சீரகம்

இலவங்கம்

இலவங்கப்பட்டை

ஏலரிசி

சிறுநாகப்பூ

திப்பிலி

பற்பாடகம்

சிற்றரத்தை

பேரரத்தை

கடுகுரோகணி

வெல்லம்

இவை வகைக்குச் சம அளவு

தேன் - தேவையான அளவு

செய்முறை

சரக்குகளைச் சூரணம் செய்து வெல்லப்பாகில் தூவிக் கிளறி, இலேகிய பதத்தில் இறக்கி ஆறிய பின் தேன் கலந்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்

பித்தவாந்தி, சுரம், காசம்.

22. இலகு குண்டலாதி இலேகியம்

சரக்கு

சங்கங்குப்பி வேர்

கண்டங்கத்தரி வேர்

தூதுவளை வேர்

நொச்சி வேர்

இம்புரா வேர்

செம்முள்ளி வேர்

ஆடாதோடை வேர்

வகைக்கு 7 பலம்.

திப்பிலி 3 $^{1}/_{2}$ பலம்

செய்முறை

இவற்றை இடித்துத் தூளாக்கவும். பனைவெல்லம் -20 பலம் எடுத்துப் பாகுவைத்துத் தூளைத் தூவிக் கிளறி, தேவையான அளவு தேன், நெய் கலந்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்

உளைமாந்தை, சயம், இருமல் முதலியன தீரும்.

23. சேராங்கொட்டை இலேகியம்

சரக்கு

சுத்திசெய்த சேராங்கொட்டை 2 பலம்.

மஞ்சள்

திப்பிலி

எள்ளு

வாலுளுவை வித்து

கொடிவேலி வேர்

காட்டுச் சீரகம்

மிளகு

ஓமம்

பனைவெல்லம்

செய்முறை

இவைகள் வகைக்குப் பலம் 4 வீதம் எடுத்துக் கல்லுரலில் இட்டு நன்றாக இடித்து இலேகியம் போல் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இதனை ஒரு மாதம் கழித்துத் தினந்தோறும் சுண்டை அளவு எடுத்து 2 வேளை உட்கொண்டுவர வேண்டும்.

தீரும் நோய்

கிரந்திகள் நீங்கும். தாது விருத்தி உண்டாகி, உடல் தேறும்.

24. மஞ்சள் முள்ளங்கி இலேகியம்

1. 13-பலம் மஞ்சள் முள்ளங்கிக் கிழங்கை வில்லை வில்லைகளாக அரிந்து, பசுவின் பால் விட்டு வேக வைத்துப் பால் சுண்டின சமயம் பீங்கான் தட்டுகளில் போட்டுப் பரப்பி வெயிலில் சுக்கு போல் உலர்த்தி, இடித்துச் சூரணம் செய்து வைத்துக் கொள்க.

2. இரண்டுபடி பசுவின் பாலை ஒரு ஈயம் பூசிய வாய் அகன்ற பாண்டத்தில் இட்டு அடுப்பில் வைத்துச் சிறு தீயாக எரித்துச் சல்லிக்கரண்டி கொண்டு அடி பிடிக்காமல் கிளறிக் கொடுத்து வந்து, நன்றாய்ச் சுண்டி இலேகியப் பதமாகக் காணும் பாற்சுண்டியை எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

3. இருபத்தைந்து கோழிமுட்டைகளை வேகவைத்துத் தோலுரித்து மேலுள்ள வெண்கருவை நிக்கி, வெந்துள்ள மஞ்சட்கருவை எடுத்து வைத்துக்கொள்க.

4. ஆலமரத்து விழுதுகளின் நுணிகளிலுள்ள இளங் குருத்துக் குச்சிகளைச் கிள்ளிச் சேகரம் செய்து இடித்துச் சாறு பிழிந்து அதில் எட்டு ரூபாய் எடை சவ்வரிசியைப் போட்டு ஊறவைத்து உலர்த்தி இயந்திரத்தில் போட்டு அரைத்து மாவு பதத்தில் எடுத்து வைத்துக்கொள்க.

5. எட்டு ரூபாய் எடையுள்ள கொப்பரைத் தேங்காயைக் கொண்டு வந்து மேலுள்ள மெல்லிய தோலைச் சீவி, சன்னமாய்ப் பொடியாகும்பொருட்டு துருவிப்பலகையால் துருவி எடுத்து வைத்துக்கொள்க.

6. வாதுமைப்பருப்பு, அக்ரோட்பருப்பு வகைக்கு எட்டு ரூபாய் எடை வீதம் கொதிக்கின்ற நீரில் போட்டு ஊறவிட்டு, மேல் தோல் நீக்கி அம்மிக்கல்லில் வைத்து நன்றாய் அரைத்து வைத்துக்கொள்க.

7. கொட்டைப்பாக்கு, பேரீச்சங்காயின் கொட்டை ஆகிய இவ்விரண்டையும் வகைக்கு இரண்டு தோலா வீதம் இலேகியம் செய்வதற்கு இரண்டு தினத்திற்கு முன்னதாகவே ஒவ்வொன்றுக்கும் போதிய அளவு தண்ணீர் விட்டு ஊறவைத்து அம்மிக்கல்லில் வைத்து மைபோல் கெட்டி பதமாக அரைத்து, ஒவ்வொன்றையும் அடைதட்டி நெய்யில் காந்தாமலும் கருகாமலும் ரொட்டிபோல் நீர் சுண்ட, சுட்டு எடுத்து அரைத்து வைத்துக்கொள்க.

8. எட்டு ரூபாய் எடை அளவு வறுத்த கடலையைப் பொட்டு இல்லாமல் ஆய்ந்து இரும்பு உரலில் இட்டு இடித்துச் சல்லடை கொண்டு சலித்து மாவாக எடுத்து வைத்துக் கொள்க.

9. உலர்ந்த சீமைத் தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு தோலா - 10, ஏலரிசி தோலா-2, குங்குமப்பூ தோலா -1/2. இவற்றுள் தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கை இடித்துச் சூரணித்தும் மற்ற இரு சரக்குகளைக் கல்வத்தில் இட்டு அரைத்தும் ஒருமிக்கக் கூட்டிக் கலந்து வைத்துக்கொள்க.

10. கற்கண்டு பலம் -30, நெய் பலம்-12, தேன் பலம் -6.

செய்முறை

மேற் கூறப்பட்ட ஒன்பது அங்கங்களிலும் உள்ள சரக்குகளை எல்லாம் ஒரு பெரிய பேசினிலாவது அல்லது ஈயம் பூசிய தட்டிலாவது போட்டு நன்றாய் உறவாகும்படிப் பிசறி வைத்துக் கொள்ளவும். இதற்கு மேல் ஒரு பெரிய இரும்புக் கடாயை அடுப்பில் வைத்து, பத்தாவது அங்கத்தில் குறிப்பிட்ட கற்கண்டைப் பொடி செய்து போட்டு ஒரு படித் தண்ணீர் விட்டுச் சிறு தீயாக எரித்துப் பாகுபதம் வரும் போது முன் சுத்தப்படுத்திய சூரணத்தைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் போட்டுக் கிளறி அதில் தேனையும் நெய்யையும் விட்டு உறவாகும்படி நன்றாய்க் கிண்டிக் கீழிறக்கி ஆறவிட்டுத் தட்டுகளில் போட்டு அடை தட்டி இரண்டு மூன்று நாள் கடும் வெயிலில் வைக்கவும். அப்பால் இந்த இலேகியத்துடன் 1/2 வராகன் எடை தங்கச் செந்தூரத்தையும் 1-வராகன் எடை வெள்ளிப் பற்பத்தையும் கூட்டிப் பிசைந்து கல்லுரலுக்கும் உலக்கைப் பூணுக்கும் நெய் தடவி இந்த இலேகியத்தை விட்டுப் புரட்டிப் புரட்டி இடித்து நன்றாய் உறவான பதத்தில் சாடியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இந்த இலேகியத்தில் வேளைக்கு 1/2 ரூபாய் எடை தினம் இரு வேளை சாப்பிட்டுப் பால் அருந்தவும்.

தீரும் நோய்

இப்படி 40 நாள் சாப்பிட, நரம்புக் கூடுகளுக்குப் பலம் உண்டாகி, தாது அளவுக்கு மிஞ்சிச் சிற்றின்பத்தில் கவர்ச்சியை உண்டாக்கும். இளைத்த சரீரம் பெருக்கும். நல்ல உடல் ஒளியை உண்டாக்கும்.

குறிப்பு

இந்த இலேகியத்தில் தங்கச் செந்தூரம், வெள்ளிப் பற்பம் ஆகியவற்றைச் சேர்த்து இடிக்காமல் தனி இலேகியமாகக் கொடுக்கும்போது, அரிசி எடை அளவு தங்கச் செந்தூரமும் துவரம்பருப்பு அளவு வெள்ளிப் பற்பமும் கூட்டிக் கொடுக்கலாம். சயரோகங்களுக்குத் தங்கச் செந்தூரம், அரிசிப் பிரமாணமும், முத்துப் பற்பம் துவரம்பருப்புப் பிரமாணமும் கூட்டிக் கொடுத்தல் அதிக நன்மையைத் தரும். மேகவெட்டை உடையவர்களுக்கு வெள்வங்கப் பற்பத்தை வேளைக்கு 1/2குன்றிப் பிரமாணம் கூட்டிக்கொடுத்தல் நன்று.

பத்தியம்

நல்ல ஆகாரத்தைப் பசித்த நேரத்தில் உட்கொள்ளவும்.

25. ஆடாதோடை இலேகியம்

சரக்கு

இது குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் இருமலுக்கு உரிய மருந்தாகும். ஆடாதோடை, தூதுவளை, கண்டங்கத்தரி, கறுப்புப்பூனைக் காய்ஞ்சொறி.

செய்முறை

இவைகளின் ரசம் வகைக்குப் பலம் 3 ஒரு பழகிய புதுச் சட்டியில் இட்டு இந்நான்கிற்கும் சமபாகம் தேன் சேர்த்து, அதில் திப்பிலி, யானைத்திப்பிலி, அதிமதுரம், சிற்றரத்தை, பேரரத்தை, சுக்கு, அக்கிராகாரம், கடுக்காய், ஆகியவைகளின் சூரணம் வகைக்கு 1 1/2 வராகன் எடையாக நிறுத்துப் போட்டுச் சிறு தீயில் எரித்து இரசாயன முறைப்படி விரல் அழுந்தும் பாகுபதத்தில் காய்ச்சி வைத்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் இருமல், இரைப்பு முதலிய ஐயம் சம்பந்தமான நோய்களுக்குப் பருவத்துக்கேற்றபடி கடலை, மொச்சை அளவு தினம் மூன்று வேளை நாவில் தடவிக்கொண்டு வருக. இதனோடு ஆமை ஓட்டுப் பற்பம் சேர்த்துக் கொடுத்தல் சாலச் சிறந்தது. பத்தியம் அவசியமன்று.

தைலங்கள்

1. தூதுவளைத் தைலம்

சரக்கு

தூதுவளை
கையாந்தகரை
தேட்கொடுக்கி
ஆடாதோடை
சங்கம் கொழுந்து
கீழாநெல்லி
நொச்சில்
சுழலாவாரை
சிறுகத்தரிச் சமூலம்
பேராமுட்டி

இச்சரக்குகளின் கொழுந்து வகைக்கு ஒரு பிடி எடுத்துச் சிறுக அரித்து, 1 படி நல்லெண்ணெய் விட்டு

சுக்கு
திப்பிலி
வெட்பாலை அரிசி
ஓமம்
அழிஞ்சில் விதை
கோரைக் கிழங்கு
கறுஞ்சீரகம்
கடுகு
வாய்விளங்கம்
காட்டாமணக்கு வேர்
கண்டங்கத்தரி வேர்ப்பட்டை
மிளகு

அதிவிடயம்
சிறுதேக்கு
பெருங்குரும்பை
வசம்பு
பெருங்காயம்
கடுகுரோகணி
பெருமரப்பட்டை
தூதுவளை வேர்
கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை

செய்முறை

இச்சரக்குகளை வகைக்கு 1 வராகன் எடை வீதம் எடுத்துத் தண்ணீர் விட்டு அரைத்து மேற்கூறிய சரக்குகளுடன் குழப்பி, அடுப்பின் மேலேற்றிக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக 3 நாள் எரித்து, 4-ஆவது நாளன்று பக்குவப்படுத்தி இறக்கி வடிகட்டிக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

வேண்டும்போது காலை நேரங்களில், இத்தைலத்தில் ஒரு கழஞ்சு அளவு உட்கொண்டுவரவும்.

தீரும் நோய்

ஈளை, மூலம், சுவாசகாசம், பக்கசூலை, மந்தாக்கினி, வயிற்றிலுள்ள புழு, இருமல், குன்மம், பெருவயிறு, சுவையின்மை, நெஞ்சடைப்பு, கிராணி முதலான பற்பல நோய்களும் தீரும்.

2. அசனவில்வாதித் தைலம்

சரக்கு

வேங்கைச் சிராய்
சீந்தில் தண்டு
வில்வவேர்
சிற்றாமுட்டிவேர்

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு 8 பலம் எடுத்துத் தண்ணீர் 8 மரக்கால் விட்டு, அடுப்பின் மேலேற்றி மந்தாக்கினியால் எரித்து , 1 மரக்காலாகும் வரைச் சுண்டக் காய்ச்சவும். இதை 12 நாளைக்குக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக எரித்து வரவேண்டும். பதின்மூன்றாம் தினத்தன்று இக் குடிநீரை வடிகட்டி இத்துடன்,

அமுக்கரா வேர்ப்பட்டை
பேரேலம்
சிற்றரத்தை
சிற்றாமுட்டிவேர்
தக்கோலம்
கோரைக்கிழங்கு
விலாமிச்சைவேர்
கடுக்காய்த் தோல்
நெல்லி வற்றல்
சடாமாஞ்சில்
கிராம்பு
ஏலக்காய்
வெட்டிவேர்
நன்னாரிவேர்
பச்சிலை
பூலாங் கிழங்கு
தான்றிக்காய்த் தோல்
அதிமதுரம்
தேவதாரு
சுக்கு
தாமரையிலைச் சுருள்
இலவங்கப்பத்திரி
செங்கழுநீர்க் கிழங்கு

மஞ்சள்

மரமஞ்சள்

செண்பகப்பூ

சாதிக்காய்

இச்சரக்குகளை வகைக்கு ஒரு வராகன் எடை வீதம் எடுத்துப் பசுவின் பால் விட்டு அரைத்துக்கொண்டு, சுத்தமான எள்ளெண்ணெய் 4 படி விட்டு எல்லாவற்றையும் ஒன்று கலந்து, அடுப்பின் மேலேற்றி 5 நாளைக்கு மந்தமான அக்கினியால் எரிக்கவும். ஆறாவது நாளன்று பதமாக்கி இறக்கி வடிக்கட்டிப் பச்சைக் கற்பூரம், குங்குமப்பூ, புனுகு ஆகிய மூன்றிலும் வகைக்கு ஒரு வராகன். எடை வீதம் எடுத்துத் தூளாக்கி எண்ணெயுடன் கலந்து கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

மூன்று நாளைக்கு ஒருமுறை தலையில் தேய்த்துக் குளிக்கவும். 3 துளிகள் மூக்கிலும் நசியமாக இடவும்.

தீரும் நோய்

வாதம், பித்தம், கபம் தொடர்பானப் பலவித நோய்களும், காதடைப்பு, இரைச்சல், தலைவாயு, மண்டை நோய், கண் நோய்கள் முதலியனவும் தீரும்.

3. அழிஞ்சில் வேர்த் தைலம்

வடக்கே நோக்கிப் போகிற அழிஞ்சில் வேரைப் பார்த்து வெட்டிக்கொண்டு வந்து, தண்ணீர் விட்டு நன்றாக அரைத்து, அதன் விழுதில் எலுமிச்சங்காய் அளவு எடுத்து ஒரு படி நல்லெண்ணெயில் குழப்பி, அபின் இரு குன்றி அளவும் கூட்டி அடுப்பின் மேலேற்றிப் பதமாக எரித்து வடிக்கவும். தினந்தோறும் இதனால் தலைமுழுகிவரத் தீராத பீனிசங்கள் தீரும்.

4. ஆதண்டைத் தைலம்

சரக்கு

ஆதண்டைச் சாறு	2 படி
நல்லெண்ணெய்	1 "

இவைகளை ஒன்று கலந்து

சிற்றரத்தை	5 பலம்
மஞ்சள்	5 "

செய்முறை

இந்த இரண்டையும் சாறு விட்டரைத்து, மேற்படி எண்ணெயுடன் குழப்பி, அடுப்பின் மேலேற்றிப் பதமாக எரித்து வடிகட்டவும்.

பயன்பாடு

இதை 4 நாளைக்கு ஒருமுறை தலையில் தேய்த்துக்கொண்டு, சிகைக்காய் இட்டு வெந்நீரில் குளிக்கவும். இவ்வாறு 5 முழுக்குகள் இடவும். பீனிசங்கள் அனைத்தும் தீரும்.

5. இஞ்சித் தைலம்

சரக்கு

இஞ்சிச் சாறு, கஞ்சாங்கோரைச் சாறு, கற்பூரவல்லிச் சாறு, வெற்றிலைச் சாறு, பசுமஞ்சள் சாறு, நொச்சிச் சாறு, துளசிச் சாறு.

இச் சாறு வகைகளை வகைக்கு 1/2 படி எடுத்துச் சுத்தமான நல்லெண்ணெய் 1 படி விட்டுக் கலந்து கொள்ளவும்.

மரமஞ்சள், பேரரத்தை, கஸ்தூரி மஞ்சள், சதகுப்பை, கம்பிப்பிசின், கிராம்பு, கறுஞ்சீரகம், கோஷ்டம், வலம்புரிக்காய், அதிமதுரம், ஏலக்காய், சிற்றரத்தை, செண்பகப்பூ, வசம்பு, இந்துப்பு.

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு எடுத்து நன்றாகச் சாறு விட்டு அரைத்து, முன் சொன்ன சாறு கூட்டிய எண்ணெயுடன் குழப்பி, அடுப்பின் மேலேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்து, மெழுகு பதத்தில் இறக்கவும்.

பயன்பாடு

காலம், நோயின் வன்மை ஆகியவற்றை அறிந்து இதனால் தலைமுழுகி, நசியமும் செய்யவும்.

தீரும் நோய்

பீனிசம், நாசி நோய்கள் தீரும்.

6. எலுமிச்சைத் தைலம்

சரக்கு

நல்லெண்ணெய்	4 நாழி
பசுவின் பால்	4 "
எலுமிச்சஞ் சாறு	4 "
அவுரிச் சாறு	1 "
துளசிச் சாறு	1 "
சங்கம்பழச் சாறு	1 "

இவற்றை ஒன்றுகூட்டிக் கொள்ளவும்.

அதிமதுரம், நன்னாரி வேர், கோஷ்டம், சாதிப்பத்திரி, கிராம்பு, சிறுநாகப்பூ, சுக்கு, முந்திரிப்பழம், ஆத்திப்பூ, திப்பிலி, விலாமிச்சம் வேர், அகில் கட்டை, சந்தனம், வெட்டிவேர், மிளகு, கோரைக் கிழங்கு, சாதிக்காய், சங்கம் வேர்.

செய்முறை

இச்சரக்குகளை வகைக்கு ஒரு பலம் எடுத்துத் தூள் செய்து, பசுவின் பால் விட்டு அரைத்து, சாறு கூட்டிய எண்ணெயுடன் கலந்து அடுப்பின் மேலேற்றிச் சிறு தீயாக எரிக்கவும். 2 நாள் கழித்துப் பதத்தில் இறக்கவும்.

பயன்பாடு

தைலத்தைச் சிரசில் தேய்த்து, பயற்று மாவைக் கொண்டு கழுவவும்.

தீரும் நோய்

இவ்வாறு 3 முறை செய்யவும். இதனால் மூக்கிலிருந்து நீர் வடிதல், கபால சூலை, கபால வாயு, பீனிசங்கள் ஆகியவை தீரும்.

7. கண்டங்கத்தரித் தைலம்

சரக்கு

கண்டங்கத்தரி விரை

கொடிவேலி வேர்

ஓமம்

எருக்கம் வேர்

புங்கங்கொட்டை

செவ்வியம்

செய்முறை

இவ்வாறு சரக்குகளையும் வகைக்கு 2 காசெடை வீதம் எடுத்துப் பசுவின் கோமியம் விட்டு நன்றாக அரைத்து, அந்த விழுதிற்கு 4 மடங்கு சுத்தமான நல்லெண்ணெய் விட்டு அடுப்பின்மேல் வைத்துச் சிறு தீயிட்டு எரித்துப் பதத்தில் இறக்கவும்.

பயன்பாடு

தினந்தோறும் காலை, மாலை வேளைகளில், மும்மூன்று துளி வீதம் மூக்கில் விட்டு நசியம் செய்யவும். 10 தினத்தில் பீனிசம் தீரும்.

8. சாதிபலாதி தைலம்

சரக்கு

முன்னை வேர்

குமிழம் வேர்

தூதுவளை வேர்

சிற்றாமல்லி வேர்

வாகை வேர்

கண்டங்கத்தரி வேர்

பாதிரி வேர்

நெருஞ்சில் வேர்

பேராமல்லி வேர்

சிற்றாமுட்டி வேர்

இவ்வேர் வகைகள் பத்தையும் வகைக்கு ஒரு பலம் எடுத்துக் கொள்ளவும்.

கோரைக் கிழங்கு

சிறுதேக்கு

சீந்திற் கொடி

கோஷ்டம்

பற்பாடகம்

திப்பிலி

சிறுகாஞ்சொறி

இவைகள் வகைக்கு 1/8 சேர் (1 பலம்).

ஓமம்	$^1/_2$	பலம்
பிரண்டை	$^1/_2$	"
பேய்ப்பீர்க்கு	1	"
புரசம் வித்து	1	"
சுக்கு	$^1/_4$	"

செய்முறை

இந்தச் சரக்குகளையும் ஒன்று கலந்து இடித்துத் தூளாக்கி, வேண்டும்போது சிறிது தூளுடன் 8 மடங்கு நீர் விட்டு, நாலில் ஒரு பாகமாகக் காய்ச்சிக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

தினந்தோறும் பருகிவர நீர்க்கோவை தீரும்.

9. *சிற்றாமுட்டித் தைலம்*

சரக்கு

சிற்றாமுட்டி

சீந்திற்கொடி

சிறுகீரை வேர்

கோரைக் கிழங்கு

நிலவேம்பு

தூதுவளை

நன்னாரி

ஓரிதழ்த் தாமரை

அமுக்கராக் கிழங்கு

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு ஒரு பலம் எடுத்துக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்து, 6 படி தண்ணீர் விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி ஒரு படியாகச் சுண்டக் காய்ச்சி

பசுவின் பால் 1 படி, பசுவின் நெய் 1 படி, நல்லெண்ணெய் $^1/_2$ படி, ஊமத்தஞ்சாறு $^1/_2$ படி இவற்றையும் கூடவிட்டு

சுக்கு

திப்பிலி

மிளகு

சீரகம்

இந்துப்பு

கோஷ்டம்

அதிமதுரம்

கிராம்பு

இச்சரக்குகளை வகைக்கு $1^1/_4$ வராகன் எடை எடுத்துப் பால் விட்டு அரைத்து, சாறு கலந்த எண்ணெய் வகைகளுடன் ஒன்று கலந்து, அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துப் பதமாக இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இதனை ஒரு துட்டெடை வீதம் காலை, மாலை, பருகிவர மூக்கு நீர்ப் பாய்ச்சல் நீங்கி சரீரமும் பலம் பெறும்.

10. தாழை விழுதுத் தைலம்

சரக்கு

தாழை விழுதுச் சாறு

நெல்லிக்காய்ச் சாறு

தண்ணீர்விட்டான் சாறு

கையாந்தகரைச் சாறு

வரிக்கற்றாழஞ் சாறு

சீந்தில் கொடிச் சாறு

முசுமுசுக்கைச் சாறு

இச்சாறு வகைகள் வகைக்கு 1 படி.

சுத்தமான எள்ளெண்ணெய் 4 படி

பசுவின் பால் 1 படி

இவைகளுடன்

கிராம்பு
நன்னாரி வேர்
கோரைக் கிழங்கு
சாதிக்காய்
கோஷ்டம்
சாதிப்பத்திரி
பூலாங்கிழங்கு
தாமரையிலைச் சுருள்
மல்லிகைப்பூ
விலாமிச்சம் வேர்
வெட்டிவேர்
செங்கழுநீர்க் கிழங்கு
அதிமதுரம்
புனுகுச் சட்டம்
சடாமாஞ்சில்
குரோசாணி ஓமம்
முந்திரிகைப்பழம் (கொடிமுந்திரி)
மகிழம்பூ
சந்தனம்
செவ்வல்லிக்கொடி
கடுக்காய்த் தோல்
நெல்லிக்காய்த் தோல்
தான்றிக்காய்த் தோல்

செய்முறை

இம்மருந்து வகைகளை வகைக்கு 1 1/4 வராகன் எடை எடுத்துப் பசுவின் பால் விட்டு அரைத்துச் சாறு கூட்டிய எண்ணெய் வகையில் கலந்து அடுப்பின்
9 மீதேற்றி, மெதுவாக எரித்துப் பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டிக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இதனைத் தலையில் தேய்த்து முழுகிவரவும்.

தீரும் நோய்

தலை நோய்களும் சகல பீனிசங்களும் தீரும்.

11. மாதுளம்பூத் தைலம்

சரக்கு

மாதுளம்பூச் சாறு

துளசிச் சாறு

நொச்சிச் சாறு

தும்பைச் சாறு

செய்முறை

இவைகள் வகைக்குக் கால் சேர் எடுத்து, மிளகு 1 பலம் சேர்த்து அரைத்து, நல்லெண்ணெய் 1 சேர் விட்டுக் குழப்பி, அடுப்பின் மீதேற்றிப் பக்குவமாக எரித்து வடித்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

தலைமுழுகிவரச் சகல பீனிசங்களும் தீரும்.

12. மிளகுத் தைலம்

சரக்கு

ஒரு படி நல்லெண்ணெயில் $^1/_8$ படி மிளகை நுணுக்கிப் போட்டு 10 நாளைக்கு ஊற வைக்கவும். பின்பு அதைத் தலையில் தேய்த்துக் குளிக்கவும். மறுநாள்

ஆலம் மொட்டு

விடத்தேரை வேர்ப்பட்டை

செய்முறை

இவை இரண்டையும் வகைக்கு ஒரு எலுமிச்சங்காய் அளவு எடுத்து நன்றாக அரைத்து ஒரு படி பசுவின் நெய்யில் குழப்பி, அபினி 1 கழஞ்சும் கூட்டிப் பக்குவமாகக் காய்ச்சி வடிக்கவும்.

பயன்பாடு

இதைத் தினந்தோறும் காலையிலும் மாலையிலும் 3 துளிகள் வீதம் மூக்கில் நசியம் செய்ய, 18 வகை பீனிச நோய்களும் தீரும். பல விதத் தலைவலிகளும் குணமாகும்.

13. மிளகுத் தைலம் (வேறு முறை)

சரக்கு

மிளகு	2 பலம்
அறுகம் வேர்	1 பலம்
கோரைக் கிழங்கு	1 பலம்

செய்முறை

இவைகளை வெயிலில் வைத்துக் காய்ந்தபின் இடித்துக் கொள்ளவும். நல்லெண்ணெய் 1/2 படியும் நெய் 1/2 படியும் எடுத்துக் கலந்து, அதனுடன் மேற்படித் தூளை இட்டுச் சூரிய புடமாக வைக்கவும்.

பயன்பாடு

இதை 3 துளிகள் வீதம் காலை, மாலை இரு வேளையிலும் நசியம் இடவும். 10 நாள் செய்யவும். 4 நாளைக்கு ஒருமுறை இத்தைலத்தைத் தலையில் தேய்த்து மூழ்கி வரவும்.

தீரும் நோய்

பீனிசங்கள் தீரும்.

பத்தியம்

பசுவின் பாலை வேண்டிய மட்டும் சேர்த்து வரவும். மாமிசம் கூடாது.

14. முள்ளுக்கத்தரி தைலம்

சரக்கு

இந்துப்பு
வாய்விளங்கம்
முருங்கை வேர்

மிளகு

முள்ளுக் கத்தரிப் பழம்

துளசி வேர்

சுக்கு

நேர்வாள வேர்

திப்பிலி

செய்முறை

இச்சரக்குகளைத் தனித்தனியே சரி எடை எடுத்துப் பசுவின் கோமியம் விட்டு அரைத்து, விழுதிற்கு 4 மடங்கு நல்லெண்ணெய் சேர்த்து அடுப்பின் மேல் வைத்துப் பதமாக எரித்து வடிக்கவும்.

பயன்பாடு

இத்தைலத்தினால் நசியம் இட, துர்நாற்றம் எல்லாம் தீரும்.

15. மூதண்டத் தைலம்

சரக்கு

மிளகு	2 பலம்
அறுகம் வேர்	1 "
கோரைக் கிழங்கு	1 "

செய்முறை

இவைகளை வெயிலில் வைத்துக் காய்ந்தபின் இடித்து, நல்லெண்ணெய் $^1/_2$ படியும். நெய் $^1/_2$ படியும் எடுத்துக் கலந்து, அதனுடன் மேற்படித் தூளை இட்டுச் சூரிய புடமாக வைக்கவும்.

பயன்பாடு

இதை 3 துளிகள் வீதம் காலை மாலை இரு வேளையிலும் நசியம் இடவும். 10 நாள் செய்யவும். 4 நாளைக்கொருமுறை இத்தைலத்தைத் தலையில் தேய்த்து முழ்கிவரவும்.

தீரும் நோய்

தலை நோயும் பீனிசமும் தீரும்.

16. வில்வாதித் தைலம்

சரக்கு

செப்புநெருஞ்சிச் சாறு 1 படி

வில்வப்பழச் சாறு ஒரு விளாங்காய் அளவு.

மிளகு	$^1/_4$ சேர்
வலம்புரிக்காய்	$^1/_4$ "

செய்முறை

இவ்விரண்டையும் சாறுவிட்டு அரைத்து நல்லெண்ணெய் ஒரு படியில் கலந்து, அடுப்பின் மீதேற்றிப் பக்குவமாக எரித்து வடித்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

தினம் தலை முழுகி வர, சிராய்ப்பீனிசம், இரத்தப் பீனிசம் ஆகியவை தீரும்.

17. வெள்ளாட்டுப் பால் தைலம்

சரக்கு

வெள்ளாட்டுப் பால்	4 சேர்
கையாந்தகரைச் சாறு	4 "
நல்லெண்ணெய்	1 "

வாய்விளங்கம்

சுக்கு

கையாந்தகரைத் தூள்

அதிமதுரம்

கோஷ்டம்

செய்முறை

இச்சரக்குகளை 1 வராகன் எடை எடுத்து வெள்ளாட்டுப் பால் விட்டு நன்றாக அரைத்து, மேற்சொல்லிய சாறு கூட்டிய எண்ணெயுடன் குழப்பி, அடுப்பிலேற்றி எரித்துப் பக்குவமாக இறக்கவும்.

பயன்பாடு

இத்தைலத்தினால் 3 நாளைக்கு நசியம் செய்யத் தலை நோய்கள் தீரும்.

18. நாய்வேளைத் தைலம்

சரக்கு

இரசம், அபின், முடிக்காரம், சங்கு, கந்தகம், குருத்துருக்கம் பிசின், தாளகம்.

செய்முறை

இச்சரக்குகளைச் சமம் எடுத்துப் பசுவின் நெய்யினால் அரைத்துத் துணியில் ஊட்டி உலர்த்தித் திரியாகச் செய்துகொண்டு, நெய்யில் தோய்த்துக் கொளுத்தி அணைத்துவிடவும்.

பயன்பாடு

ஒரு கொருக்காய்த் தட்டைக் குழாய் வழியாகப் புகையை வரும்படிச் செய்து கவனமாக மூக்கினுள் அப்புகையைக் காலை, மாலை கொள்ளவும். எல்லா வகைப் பீனிசங்களும் தீரும்.

19. மயூரத் தைலம்

சரக்கு

மயிலின் ஊன்	5 பலம்
வெள்ளை வெங்காயம்	5 "
சீரகம்	2 "
சுக்கு	1 "
மிளகு	1 வராகன் எடை
பெருங்காயம்	1 "

செய்முறை

இவைகளை நன்றாகச் சூரணம் செய்து மாமிசத்துடன் பிசறி வைத்துக்கொண்டு, நல்லெண்ணெய் 5 சேர் விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துப் பதத்தில் இறக்கவும்.

பயன்பாடு

ஒரு ஆழாக்கு அளவு எடுத்து, தினம் 2 வேளை சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

8 நாளைக்குள் சயரோகம் தீரும். உளைமாந்தை, இருமல், வழலை முதலான நோய்களுக்கும் நல்லது.

20. நாசிரோக நாசத் தைலம்

சரக்கு

எள்நெய்
பசும் பால்
வழுக்கையுடைய இளநீர்

இம்மூன்றும் வகைக்கு 1 படி எடுத்து ஒரு பாத்திரத்தில் ஊற்றி அதில்

சந்தனம்
தாமரை வளையம்
வெட்டிவேர்
விலாமிச்சம் வேர்
கஸ்தூரி மஞ்சள்
தேற்றாங்கொட்டை
ஏலம்
கோரைக் கிழங்கு
சீரகம்
பூலாங்கிழங்கு
பச்சிலை
செங்கழுநீர்க் கிழங்கு
தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு
அதிமதுரம்
மஞ்சிட்டி
சண்பக மொக்கு

புனுகுச் சட்டம்

குங்குமப்பூ

ஆகியவற்றில் வகைக்கு 1 வராகன் எடை.

செய்முறை

கடைசி இரண்டு சரக்குகள் தவிர மற்றவைகளை இடித்துப் பொடித்து மேற்படியில் கலந்து, மெல்ல எரித்து, கடைசியாகக் கூறப்பட்ட குங்குமப் பூவையும் புனுகுச் சட்டத்தையும் பொடித்து இட்டுத் தைலத்தை வடிக்கவும்.

பயன்பாடு

இதில் தலை மூழ்கி வரவும்.

தீரும் நோய்

மூச்சைத் தடுக்கின்ற பீனிசம், இரத்தப் பீனிசம், பக்குப் பீனிசம் ஆகிய பீனிச நோய்களும் மாசு என்கிற கண்களில் வரும் திமிர நோய்களும் விலகும்.

21. நொச்சித் தைலம்

சரக்கு

நொச்சியிலைச் சாறு 1 படி

எண்ணெய் 1 "

இவைகளை ஒரு பாத்திரத்தில் சேர்த்து அதில்

சடாமாஞ்சில்

கல்லுப்பு

வளையலுப்பு

பூநீறு

வெடியுப்பு

அட்டுப்பு

திரிகடுகு

கற்கடகசிங்கி

கோஷ்டம்

சிறுதேக்கு

முப்பலை

கண்டங் கத்தரிவேர்

இவை வகைக்கு $^1/_4$ பலம்.

செய்முறை

இவைகளை மேற்படிச் சாற்றில் அரைத்துக் கரைத்து அடுப்பில் ஏற்றிப் பக்குவத்தில் எரித்து வடிக்கவும்.

பயன்பாடு

அளவுப்படி உள்ளுக்குச் சாப்பிட்டு மூழ்கியும்வர, திரிகபங்கள் என்று சொல்லப்பட்ட காசம், சுவாசம், சயம் என்னும் மூன்றும், உடற்கடுப்பும் தீரும்.

22. பீனிசத் தைலம்

சரக்கு

எள்ளெண்ணெய்

நொச்சிச் சாறு

கரிசாலைச் சாறு

இவை வகைக்கு 2 படி.

கிரந்திதகரம்

சுக்கு

கோஷ்டம்

தேற்றான்கொட்டை

இந்துப்பு

சிற்றரத்தை

திப்பிலி

ஆமணக்கு வேர்

குடசப்பாலை வேர்

சதகுப்பை

வாய்விளங்கம்

அதிமதுரம்

இவை வகைக்கு $^1/_2$ பலம்.

செய்முறை

இவற்றை வெள்ளாட்டுப் பாலால் அரைத்து மேற்படிச் சாற்றில் கரைத்து அடுப்பில் ஏற்றிக் காய்ச்சி, பக்குவத்தில் வடிக்கவும்.

பயன்பாடு

8 நாட்களுக்கு ஒரு முறை மூழ்கியும், 4 நாட்களுக்கு ஒரு முறை நசியம் செய்தும் வர, பீனிச நோய்கள் தீரும்.

23. பிருங்காமலத் தைலம்

சரக்கு

கையாந்தகரைச் சாறு
நெல்லிக்காய்ச் சாறு
வெண்ணெய்

வகைக்கு 1 படி, பசும்பால் 2 படி.

கற்கம்

அதிமதுரம்
சந்தனம்
கோஷ்டம்
விலாமிச்சம்
அரத்தை
இலவங்கம்
கடுகுரோகணி

வகைக்கு $^1/_4$ பலம்.

செய்முறை

கற்கச் சரக்குகளைப் பால் விட்டு அரைத்து மேற்படிச் சாறு, வெண்ணெய், பால் இவற்றுடன் கலந்து காய்ச்சிப் பதத்தில் வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

பயன்பாடு

இது தலை முழுகவும் உள்ளுக்கு அருந்தவும் மூக்கில் நசியமாகவும் உடம்பில் வைத்துக்கட்டவும் பயன்படும்.

தீரும் நோய்

கண் நோய், பித்தம், கை, கால், எரிவு, காதுமந்தம், பீனிசங்கள் நீங்கும். உடல் குளிர்ச்சி உண்டாகும். நூறாண்டு உயிர் வாழ்வர்.

24. நீர்க்குண்டித் தைலம்

சரக்கு

நொச்சி இலைச் சாறு
வெள்ளாட்டுப் பால்
எண்ணெய்

வகைக்கு 4 நாழி.

கற்கம்

சீரகம்
கறுஞ்சீரகம்
ஏலம்
கோஷ்டம்
செம்புளிச்சை
சாறணை
கஸ்தூரி மஞ்சள்
கடுகுரோகணி
முருங்கைவேர்
அமுக்கராக் கிழங்கு
சுக்கு
மிளகு
திப்பிலி
அகில்
சதகுப்பை
கடுக்காய்
நெல்லிக்காய்

தான்றிக்காய்

வகைக்கு 4 கழஞ்சு.

செய்முறை

இவற்றை அரைத்து முன் கலவையுடன் கலந்து காய்ச்சி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்

தலை மூழ்கியும், உடலில் தடவியும் வரச் சயம், சுவாசகாசம் தலைநோய் பீனிசம் ஆகியவை போகும்.

25. அசுவகந்தி பலாவாட்சாத் தைலம்

சரக்கு

அமுக்கராக் கிழங்கு

சிற்றாமுட்டி வேர்

கொம்பரக்கு

வகைக்கு 1 பலம்.

தணணீர் 16 பதக்கு

இவற்றைக் குடிநீரிட்டு $^1/_4$ பாகமாக வற்றிய பின் வடிகட்டிக்கொண்டு, அத்துடன்

எண்ணெய் 4 நாழி

பசுவின் தயிர்த் தெளிவு 1 பதக்கு

ஆகியவற்றைக் கலந்துகொள்ள வேண்டும்.

கற்கம்

சிற்றரத்தை

முந்திரிகை

சிற்றாமுட்டி

நன்னாரி

அதிமதுரம்

கோஷ்டம்

மரமஞ்சள்

சீரகம்

சதகுப்பை

கடுகுரோகணி

மஞ்சிட்டி

தேவதாரம்

பெருங்குரும்பை

சந்தனம்

கடுக்காய்

திப்பிலிமூலம்

அமுக்கரா

வகைக்கு 4 கழஞ்சு.

செய்முறை

இவற்றைக் கற்கமாக அரைத்து, மேற்படிக் கலவையுடன் கலந்து காய்ச்சிப் பதத்தில் வடிகட்டிக் கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்

உடலில் பூசப் பலமும், தாதுவிருத்தியும் உண்டாகும். சயம், இருமல். மாறல்சுரம், சுவாசகாசம், வயிற்றுப் பொருமல் ஆகியவை தீரும்.

26. சித்தபலாதி தைலம்

சரக்கு

சிற்றாமுட்டி	80 பலம்
மிளகு	30 "
நல்லெண்ணெய்	1 குறுணி
பசுவின் பால்	1 "

கோஷ்டம் , அதிமதுரம் வகைக்கு 4 பலம்.

செய்முறை

சிற்றாமுட்டி, மிளகை முறைப்படிக் குடிநீரிட்டுக்கொண்டு, கடைச் சரக்குகளைப் பாலில் அரைத்து, எண்ணெயில் கலந்து காய்ச்சிப் பதத்தில் வடிகட்டி வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்

தலையில் தேய்த்து மூழ்கிவரச் சயம், பீனிசம், தலை நோய்கள், கண் நோய்கள், மேக நோய்கள் ஆகியவை தீரும்.

27. கந்தகத் தைலம்

சரக்கு

கந்தகம்	3 பலம்
சாரம்	1 "
வீரம்	வராகன் எடை 2
இரசம்	1 பலம்
வெடியுப்பு	1 "
அரிதாரம்	வராகன் எடை 3
இலிங்கம்	$^1/_2$ பலம்
பூரம்	$^1/_2$ "
பசுவின் வெண்ணெய்	படி $^1/_2$

செய்முறை

இந்தச் சரக்குகளைக் கல்வத்தில் போட்டு 2 அல்லது 3 நாள் வரை அரைத்து, முழுச்சீலையில் தடவிச் சுருட்டி ஒரு குரட்டினால் திரியின் இடையில் பிடித்துக்கொண்டு அடிபாகத்தில் கொளுத்தி எரியும்போது, அதிலிருந்து வடியும் தைலத்தைச் சேகரித்து மெல்லிய சீலையில் வடித்துப் புட்டியில் அடக்கம் செய்க.

பயன்பாடு

இதனைத் தேக திடத்திற்குத் தக்கவாறு 1/4 அல்லது 1/2 காசு அகலம் பரவும்படியாகக் கையில் விட்டுச் சர்க்கரையில் பிசறி, 20 நாள் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

தீராத குட்டம், காசம், குன்மம், வலி குன்மம், விரணம், பாரிசவாய்வு முதலியன குணமாகும்.

பத்தியம்

இதற்குப் பத்தியம் இல்லை.

சூரண வகைகள்

1. குங்கிலியாதிச் சூரணம்

வெள்ளைக் குங்கிலியத்தைப் பொடி செய்து அதனுடன் சாறுவேளை வேர், வெள்ளைப்பூண்டு, வசம்பு ஆகியவைகளையும் சேர்த்து இடித்து வகைக்கு 1 பலம் எடுத்து, நல்லெண்ணெய் 2 சேர் விட்டுக் குழப்பி, அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்துப் பக்குவமாக இறக்கவும். இதனைத் தினமும் சாப்பிட்டுவரக் காசம், சுவாசகாசம் முதலியன நீங்கும்.

2. பஞ்சகோலாதிச் சூரணம்

சரக்கு

பஞ்சகோலம்
இலவங்கப் பட்டை
இலவங்கப்பத்திரி
கிராம்பு
ஏலக்காய்
சிற்றரத்தை
சிறுதேக்கு
மரமஞ்சள்
வாய்விளங்கம்
சாதிப்பத்திரி .
கொடிவேலி வேர்
அமுக்கராக் கிழங்கு
கோஷ்டம்
தாளிசப் பத்திரி
மிளகு
ஓமம்
சிறுநாகப்பூ
சீரகம்
சாதிக்காய்

செய்முறை

இவைகளை வகைக்குச் சம எடை எடுத்துக் கல்லுரலில் இட்டுச் சேதமாகாமல் இடித்துச் சூரணம் செய்துகொண்டு, இதற்குச் சம அளவு தேவதாரச் சூரணத்தைச் சேர்த்துக்கொண்டு பயன்படுத்தவும்.

தீரும் நோய்

கண்ணில் உள்ள காச வகைகள், திமிரம், சயரோகம், சுரம், பாண்டு, கடிவிடங்கள், குஷ்டம், குன்மம், அக்கினி மந்தம், பீனிசம், நீரடைப்பு ஆகியவைகள் தீரும்.

3. சித்திரமூலாதிச் சூரணம்

சரக்கு

கொடிவேலி வேர்
நிலவாகை
செந்தொட்டி வேர்
ஆடுதீண்டாப்பாளை
பிரண்டை

செய்முறை

இவைகளைச் சமூலமாகச் சமனெடை எடுத்துக்கொண்டு, நறுக்கி வெயிலில் காயப் போட்டு, மிளகு சரி எடை கூட்டிக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துச் சூரணம் செய்துகொள்ளவும்

பயன்பாடு

இதை ஒரு சுத்தமான பானையில் வைத்துக்கொண்டு வேண்டும்போது வெருகடியளவு (மூவிரல் கொள்ளும் அளவு) தூளை வெந்நீரில் கலந்து காலை நேரத்தில் குடிக்கவும். இருமல் தீரும். இதற்குப் பத்தியம் இல்லை.

4. முள்ளுக்கத்தரிவேர்ச் சூரணம்

முள்ளுக்கத்தரியின் வேர்த்தோலை நன்றாக உலர்த்திக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துச் சூரணம் செய்துகொண்டு, ஒரு வெருகடியளவுத் தூளை எடுத்து 4 படி நீரில் போட்டு, அடுப்பின் மேலேற்றி ஒரு சிறங்கை ஆகும் மட்டும் நன்றாக வற்றக் காய்ச்சி இறுத்துக் கொள்ளவும். பொரித்த வெங்காரம் ஒரு பணவெடையும் போட்டுச் சாப்பிடச் சுவாச காசங்கள், இருமல் முதலியவை தீரும்.

5. கடுக்காய்ச் சூரணம்

கடுக்காய்த் தோல், அதிவிடயம், காசுக்கட்டி இம்மூன்றையும் சமனெடை எடுத்துப் பொடி செய்து சூரணம் பண்ணித் தினம் காசெடை எடுத்துக் காலையில் தக்க அனுபானத்தில் சாப்பிட, ஈளை (கபக்கட்டு) தீரும்.

6. இலைக்கள்ளிச் சூரணம்

இலைக்கள்ளிச் செடியின் வடக்கே போகும் வேரை வெட்டிக் கொண்டு வந்து மேல் தோலைச் சீவிவிட்டு, துண்டு துண்டுகளாக நறுக்கி வெயிலில் காயவைக்கவும். பின்பு இதைக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துச் சூரணித்துக் கொள்ளவும். இச்சூரணத்தில் ஒரு அத்திக்காய் அளவு எடுத்து நெய்யுடன் குழைத்துக் காலை நேரங்களில் சாப்பிடவும். ஈளை, சோகை, இருமல், பித்தபாண்டு முதலியவை தீரும்.

7. வேலிப்பருத்திச் சூரணம்

வேலிப்பருத்தி இலை 2 காசளவு எடுத்து ஒரு புதுச்சட்டியில் இட்டு, அடுப்பின் மேலேற்றிச் சிவக்க வறுத்துக் கொள்ளவும். அதை இடித்துச் சூரணம் செய்து, அதனுடன் திப்பிலி, மிளகு, சுக்கு இவைகளையும் வகைக்கு 2 காசெடை எடுத்துச் சூரணித்துத் தேனில் குழைத்து வைத்துக்கொண்டு சாப்பிட்டுவரக் காசம், இருமல், ஈளை முதலிய நோய்கள் தீரும்.

8. நிலவிளாச் சூரணம்

நிலவிளா இலையைக் காயவைத்து இடித்துச் சூரணம் செய்து 1 1/2 வராகன் எடை தூளுடன் மிளகுப் பொடி 1 1/2 வராகன் எடையும் சேர்த்து 3 நாள் உண்டால் இருமல், கபம் தீரும்.

பத்தியம்

கீரை வகைகளையும் சாதத்தையும் உண்டு வரவும்.

9. இலவங்காதிச் சூரணம்

சரக்கு

கிராம்பு	வராகன் எடை 1
இலவங்கப்பட்டை	"
சதகுப்பை	"

மகரப்பூ	வராகன் எடை 1
கறுஞ்சீரகம்	"
ஏலம்	"
ஓமம்	"
கோஷ்டம்	"
குரோசாணி ஓமம்	"
வாய்விளங்கம்	"
மாசிக்காய்	"
அக்கராகாரம்	"
தனியா	"
சீரகம்	"
தாளிசப்பத்திரி	"
சிறுதேக்கு	"
திப்பிலி மூலம்	"
செவ்வியம்	"
சடாமாஞ்சில்	"
சாதிக்காய்	"
சாதிப்பத்திரி	"
சமுத்திராப்பழம்	"
சிறுநாகப்பூ	"
அரத்தை	"
சுக்கு	"
மிளகு	"
திப்பிலி	"
பொன்முசுட்டை வேர்	"
விலாமிச்ச வேர்	"

செய்முறை

இங்குக் கூறப்பட்ட இருபத்தொன்பது சரக்குகளையும் வெயிலில் உலர்த்தி நன்றாக இடித்துச் சூரணம் செய்து, சமனெடையாகச் சர்க்கரை கூட்டி வைத்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

வேளைக்கு $^1/_2$ தோலா விகிதம் தினம் இரு வேளை, இருபது நாள் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

சூதகவாயு, பேதி, சுரம், தாகம், கை, கால் எரிச்சல், இருதய அடைப்பு,. மயக்கம், மூலம், பெரும்பாடு, இருமல், இரைப்பு, எலும்புருக்கி முதலிய நோய்கள் குணமாகும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

10. இலவங்காதிச் சூரணம் (வேறு முறை)

சரக்கு

கிராம்பு
தக்கோலம்
கண்டங்கத்தரி வேர்
சாதிக்காய்
மிளகு
தூதுவளை
ஏலக்காய்
சுக்கு
சன்னலவங்கப்பட்டை
திப்பிலி

செய்முறை

இப்பத்து வகை சரக்குகளையும் சம அளவு எடுத்து நன்றாக வெயிலில் காயவைத்துக் கல்லுரலில் இட்டு இடிக்கவும். இச்சூரணத்தைத் துணியில் சலித்துக்கொண்டு ஒரு புதுப் பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இதில் மூவிரல் கொண்ட அளவு (வெருகடி அளவு) எடுத்துச் சர்க்கரை கலந்தோ அல்லது தேனிலோ அல்லது இளநீரிலோ உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

இவ்வாறு காலையிலும் மாலையிலும் சாப்பிட வயிற்றுப்பொருமல், பித்தம், வாந்தி, இருமல் முதலிய நோய்கள் தீரும்.

பத்தியம்

வாயுப் பண்டங்களை நீக்கிப் பத்தியமாகச் சாப்பிடவும். உளுந்து, மொச்சை, மாவுப் பண்டங்கள், கிழங்கு வகைகள் முதலியவைகளை நீக்கவும்.

11. கண்டங்கத்தரியாதிச் சூரணம்

சரக்கு

கண்டங்கத்தரி வேர்	1	"
சுக்கு	2	"
மிளகு	3	"
திப்பிலி	4	"
சீரகம்	5	"

செய்முறை

இவைகளை ஒரு இரும்புச் சட்டியில் இட்டு அடுப்பின் மேலேற்றிப் பொன் வறுவலாக வறுக்கவும். பின்பு இவைகளை ஒரு கல்லுரலில் இட்டு இடித்துச் சூரணம் செய்யவும்.

பயன்பாடு

மூவிரல் கொள்ளும் அளவு எடுத்துப் பசுவின் நெய்யுடன் குழைத்துக் காலையிலும் மாலையிலும் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

இருமல்.

12. திப்பிலிச் சூரணம்

சரக்கும் செய்முறையும்

ஒரு படி கொள்ளும் அளவுள்ள ஒரு பானையை எடுத்து அதில் பசுவின் பால் 1/2 படி விட்டு, அதன் வாய்க்கு ஒரு வெள்ளைத் துணியினால் வேடு கட்டவும். அதில் ஒரு பலம் திப்பிலியை வைத்துப் பானையை அடுப்பின் மேலேற்றி 2 நாழிகை எரிக்கவும். பின்பு திப்பிலியை எடுத்துச் சூரணித்து அதற்குச் சரி எடை கற்கண்டுத் தூள் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

தினம் $^1/_2$ வராகன் எடை சூரணத்தை வெந்நீருடன் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

10 நாளில் இருமல் தீரும்.

பத்தியம்

புகையிலை, புளி இவ்விரண்டையும் நீக்கவும்.

13. திப்பிலிச் சூரணம் (வேறு முறை)

சரக்கு

திப்பிலி	6 பலம்
மிளகு	$^1/_2$ "
கடுக்காய்	$^1/_2$ "
தான்றிக்காய்	$^1/_2$ "
கறுஞ்சீரகம்	$^1/_2$ "
சிற்றரத்தை	$^1/_2$ "
இலவங்கப்பட்டை	$^1/_2$ "
ஏலம்	$^1/_2$ "
சித்திரமூல வேர்ப்பட்டை	$^1/_2$ "

சுக்கு	$2^1/_2$	பலம்
வால் மிளகு	$^1/_2$	"
நெல்லிவற்றல்	$^1/_2$	"
நற்சீரகம்	$^1/_2$	"
ஏலம்	$^1/_2$	"
கிராம்பு	$^1/_2$	"
தாளிசப்பத்திரி	$^1/_2$	"
குரோசாணி ஓமம்	$^1/_2$	"
சோம்பு	$^1/_2$	"
இலவங்கப்பத்திரி	$^1/_2$	"

செய்முறை

மேற் கூறப்பட்ட பத்தொன்பது சரக்குகளையும் பொன்மேனியாக வாசனை கிளம்ப வறுத்து இடித்துச் சூரணம் செய்து கொள்க.

பயன்பாடு

வேண்டும்போது வெருகடி அளவு காலை, மாலையில் கொடுத்துக் கொண்டு வருக.

தீரும் நோய்

இருமல், ஈளை, சுவாசகாசம்.

பத்தியம்

குளிர்ச்சியான பண்டங்களைத் தள்ளி, இச்சாபத்தியமாக இருக்கவும்.

14. திப்பிலிச் சூரணம் (வேறு முறை)

சரக்கு

திப்பிலி	பலம் 3
மிளகு	கழஞ்சு 3
ஏலம்	"
இலவங்கப்பத்திரி	"
அதிமதுரம்	"

நெல்லிவற்றல்	கழஞ்சு 3
சாதிக்காய்	"
கிராம்பு	"
குரோசாணி ஓமம்	"
செவ்வியம்	"
நற்சீரகம்	"
கூகைநீறு	"
அமுக்கரா வேர்	"
சிற்றரத்தை	பலம் 3
வால் மிளகு	கழஞ்சு 3
இலவங்கப்பட்டை	"
கடுக்காய்	"
தான்றிக்காய்	"
சாதிப்பத்திரி	"
வாய்விளங்கம்	"
தாளிசப்பத்திரி	"
சிறுதேக்கு	"
கறுஞ்சீரகம்	"
மோடி	"
அமுக்கரா வேர்	"

செய்முறை

மேற்கூறப்பட்ட சரக்குகளை நன்றாக உலர்த்தி இடித்துச் சூரணம் செய்து வைத்துக் கொள்க.

தூதுவளை, கண்டங்கத்தரி, கரிசாலை ஆகியவற்றை நன்கு உலர்த்தித் தனியாக இடித்துச் சூரணம் செய்து சமனெடையாகக் கலந்து அதில் 1 படி அளவிற்கு எடுத்து அதனுடன் முன் சித்தப்படுதிய சூரணத்தைக் கலந்து மொத்த எடைக்கு அரைபாகம் வெள்ளைச் சர்க்கரை கூட்டி ஒருமித்து உறவாகும்படி கலந்து வைத்துக் கொள்க.

பயன்பாடு

வேண்டும் போது இந்தச் சூரணத்தை வேளைக்கு மூவிரல் அளவு காலை, மாலை கொடுத்து வருக.

தீரும் நோய்

ஈளை, இருமல், சயம், அரோசகம், வாந்தி, குடல் புரட்டல், வாயு, வயிற்று நோய், கோழை, வாந்தி.

பத்தியம்

புளிப்பு நீக்கி, இச்சாபத்தியம்.

15. ஏலாதிச் சூரணம்

ஏலக்காய்	5 பங்கு
கிராம்பு	5 "
சுக்கு	3 "
தாளிசப்பத்திரி	1 "
எவச்சாரம்	5 பங்கு
திப்பிலி	4 "
மிளகு	2 "
எண்ணெய் வெங்காரம்	1 "

செய்முறை

இவைகளை உலர்த்திக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துச் சூரணம் செய்து, சர்க்கரை 32 பலம் போட்டுக் கலந்து வைத்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

காலை வேளைகளில் ஒரு வெருகடித் தூளைத் (மூவிரலில் கொண்ட அளவு) தேனிலோ இஞ்சிச் சாற்றிலோ 20 நாளைக்கு உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

இருமல், இரைப்பு முதலியவை தீரும்.

16. ஏலாதிச் சூரணம் (வேறு முறை)

சரக்கு

ஏலக்காய்

கிராம்பு

திப்பிலி

மிளகு

சுக்கு

செய்முறை

இச்சரக்குகளைச் சமனெடை எடுத்து உலர்த்திக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்து சூரணம் செய்து, சரி எடை சர்க்கரை கூட்டிக் கலந்து கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

காலையிலும் மாலையிலுமாக 10 நாட்களுக்கு ஒரு வெருகடி அளவு சாப்பிட்டுக் கொண்டுவரவும்.

தீரும் நோய்

இருமல்.

17. ஏலாதிச் சூரணம் (வேறு முறை)

சரக்கு

ஏலக்காய்

கிராம்பு

வாய்விளங்கம்

கோரைக் கிழங்கு

சுக்கு

சிறுதேக்கு

புட்கரமூலம்

மிளகு

செய்முறை

இச்சரக்குகளை வகைக்கு 1/2 பலம் வீதம் எடுத்துக் காயவைத்துக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துச் சூரணம் செய்து கொண்டு, திப்பிலிச் சூரணம் 2 பலமும் போட்டுக் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

நோயின் பலத்தை அறிந்து 1 முதல் 1/2 தோலா எடுத்து வெந்நீருடன் உட்கொள்ளவும். தினம் காலையிலும் மாலையிலும் உண்டு வரவும்.

தீரும் நோய்

இருமல்.

பத்தியம்

புளி, புகையிலை முதலியவைகளையும் இதர வாயுப் பண்டங்களையும் நீக்கவும்.

18. ஏலாதிச் சூரணம் (வேறு முறை)

சரக்கு

குங்குமப்பூ

திப்பிலி

மிளகு

சுக்கு

ஏலக்காய்

இச்சரக்குகளை வகைக்கு 1 வராகன் எடை எடுத்து இடித்து வைத்துக்கொள்ளவும்.

கையாந்தகரைச் சாறு

நொச்சில் சாறு

கழற்சிக் கொடிச் சாறு

சாறடைச் சாறு

குப்பைமேனிச் சாறு

ஆதண்டைச் சாறு

முசுமுசுக்கைச் சாறு

செய்முறை

இவைகள் வகைக்குக் கால் சேர் வீதம் எடுத்துச் சூரண வகைகளுடன் கல்வத்தில் இட்டு, ஒவ்வொரு சாறாக விட்டு நன்றாக அரைத்து, அவ்விழுதை 11 உருண்டைகளாக உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இவ்வுருண்டையில் ஒன்றை எடுத்து அதை மூன்றிலொரு பங்கு செய்து வெந்நீரில் கரைத்து, காலை, மாலை இரு வேளையிலும் மூன்று துளிகள் வீதம் மூக்கில் நசியம் செய்யவும்.

தீரும் நோய்

பீனிசங்கள் தீரும்.

19. ஏலாதிச் சூரணம் (வேறு முறை)

சரக்கு

ஏலம்
இலவங்கம்
இலவங்கப்பட்டை
முந்திரி
திப்பிலி
இராயபுரிச் சர்க்கரை
பேரீச்சம் பழம்

வகைக்கு 1 பலம்.

செய்முறை

இவற்றை இடித்துச் சூரணித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

பயன்பாடு

கழற்சி விதையளவு தேனில் அனுபானித்து, தினமும் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்கள்

சயம்
மார்பு நோய்

தலைச் சுற்றல்

பிரமை

சோணித நோய்

அக்கினிமந்தம்

பித்தம்

வயிற்றுவலி

சூலை

காசம்

20. இலகு ஏலாதிச் சூரணம்

சரக்கு

ஏலம்	64	வராகன் எடை
சுக்கு	32	"
கூகைமாவு	16	"
தாளிசப்பத்திரி	8	"
சிறுநாகப்பூ	4	"
மிளகு	2	"
கிராம்பு	1	"

செய்முறை

மேற்கூறப்பட்ட ஏழு சரக்குகளையும் இடித்துச் சூரணம் செய்து மொத்த எடைக்குச் சம அளவு வெள்ளைச் சர்க்கரை கூட்டி வைத்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இச் சூரணத்தை வேளைக்குத் திரிகடி பிரமாணம் காலை, மாலை இருபது நாள் கொடுக்க வேண்டும்.

தீரும் நோய்

பித்தம் சம்பந்தமான பல பிணிகள், மேகஊறல், அரிகிரந்தி, பெரும்பாடு, எலும்புருக்கி முதலியவை தீரும்.

பத்தியம்

நோயின் வன்மை, மென்மைக்கு இசைந்தவாறு பித்தத்தை விருத்தி செய்யக்கூடிய பதார்த்தங்களைத் தள்ளி, இச்சாபத்தியமாக இருத்தல் வேண்டும்.

21. மகா ஏலாதிச் சூரணம்

சரக்கு

சிறுநாகப்பூ
சீரகம்
பெருங்கோரைக் கிழங்கு
சடாமாஞ்சில்
சந்தனத்தூள்
வெண்சாறணைவேர்
திப்பிலி
நெருஞ்சிமுள்
ஏலக்காய்
அதிமதுரம்
தாளிசப்பத்திரி
அதிமதுரம்
காட்டுமிளகு
சன்னலவங்கப் பட்டை
கறுஞ்சீரகம்
கொத்துமல்லி விதை
பேரீச்சங்காய்
சீந்திற் சர்க்கரை
தாமரைத்தாது
மூங்கிலுப்பு
சாதிக்காய்
கொடிமுந்திரிகைப் பழம்

நிலப்பனங் கிழங்கு

குங்குமப்பூ

கிராம்பு

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு 2 வராகன் எடை எடுத்து, இதற்குச் சமனெடை சர்க்கரை சேர்த்து இடித்துச் சூரணம் செய்துகொள்ளவும். இதனுடன் அப்பிரகச் செந்தூரம் 1 வராகன் எடை சேர்த்துக் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

ஒரு வராகன் எடை அளவு சூரணத்தைப் பசுவின் நெய்யுடன் குழப்பி உட்கொள்ளவும். தினம் 2 வேளை சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

பாண்டு, நீரடைப்பு, நீர்க்குத்தல், விக்கல், காமாலை, உள்சுரம், இரத்த மேகங்கள், சயரோகம், தலை மயக்கம் முதலானவை தீரும்.

22. மகா ஏலாதிச் சூரணம் (வேறு முறை)

சரக்கு

ஏலம்

மஞ்சள்

சுக்கு

திப்பிலி

செவ்வியம்

சந்தனத்தூள்

சாதிப்பத்திரி

தகரவிதை

திராட்சைப்பழம்

தாமரைக்கிழங்கு

நெல்லிவற்றல்

பருத்திவிதைப்பருப்பு

வில்வப்பழத்தின் ஓடு

நன்னாரி வேர்
முத்தக்காசு
இலவங்கப்பட்டை
அதிமதுரம்
மிளகு
மோடி
சிற்றரத்தை
சாதிக்காய்
கிராம்பு
வால்மிளகு
கச்சூர்க்காய்
கொத்துமல்லி விதை
நெற்பொரி
மாதுளம் வேர்ப் பட்டை
நிலப்பனங்கிழங்கு
அமுக்கரா வேர்
சீந்தில் சர்க்கரை

செய்முறை

இங்கு கூறப்பட்ட முப்பது சரக்குகளையும் வகைக்குக் கால் பலம் வீதம் நன்கு இடித்துச் சூரணம் செய்து, மொத்த எடைக்கு வெள்ளைச் சர்க்கரை கூட்டி வைத்துக் கொள்க.

பயன்பாடு

வேண்டும்போது இந்தச் சூரணத்தில் வேளைக்குத் திரிகடிப் பிரமாணம், காலையிலும் மாலையிலும் நோய்களுக்கு ஏற்றவாறு தாய்ப்பால், தேன், எலுமிச்சம்பழச் சாறு, மாதுளம்பழச் சாறு, முதலியவற்றில் ஏதேனுமொன்றில் அனுபானம் செய்து கொடுத்துக் கொண்டு வருக.

தீரும் நோய்

தேக எரிவு, தாகம், மயக்கம், பித்தத் தலைவலி, அத்திசுரம், வாயு, விடசுரம், ஈளை, இருமல், வயிற்றுப்புசம், சீதஞ்செறிவு.

பத்தியம்

பித்தத்தை விருத்தி செய்யும் பண்டங்களைத் தள்ளி, இச்சாபத்தியமாக இருக்க வேண்டும்.

23. திரிகடுகாதிச் சூரணம்

சரக்கு

திரிகடுகு (சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி)
சடாமாஞ்சில்
இந்துப்பு
கோரைக் கிழங்கு
கற்கடகசிங்கி
திரிபலா (கடுக்காய், நெல்லி, தான்றி)

செய்முறை

இச்சரக்குகளை வகை ஒன்றுக்குச் சம எடை (1 பங்கு) எடுத்து, நன்றாக உலர்த்திக் கல்லுரலில் இடித்துச் சூரணம் செய்து கொண்டு, இதற்குச் சமன் கண்டங்கத்தரி வேர்ச் சூரணம் போட்டுக் கலந்து கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இச்சூரணத்தில் மூவிரல் கொள்ளும் அளவு எடுத்துக் காலை வேளைகளில் வெந்நீருடன் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

ஒரு மாத உபயோகத்தில் ஈளை, இருமல் முதலியன தீரும்.

பத்தியம்

வாயு பதார்த்தங்கள், கருணைக் கிழங்கு, மாவுப் பண்டங்கள் பூசணிக் காய், பாகற்காய், அகத்தி முதலியவற்றை நீக்கி விடவும்.

24. அந்தரத்தாமரைச் சூரணம்

சரக்கு

அந்தரத்தாமரைத்தூள்	3 பலம்
உசிலம்பட்டைத் தூள்	3 "

திப்பிலித் தூள் 1 பலம்

செய்முறை

இவைகளை ஒன்று கலந்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

மூவிரல் கொள்ளும் அளவு இத்தூளை எடுத்துத் தேனில் குழைத்துச் சாப்பிட இருமல், ஈளை, வயிறுப்புசம் முதலான நோய்கள் தீரும்.

25. விளாங்காதிச் சூரணம்

சரக்கு

வாய்விளங்கம்

பெருங்காயம்

திப்பிலி

சுக்கு

சத்திச்சாரம்

இந்துப்பு

சிற்றரத்தை

செய்முறை

இவைகளைச் சம பாகமாக எடுத்துக் காயவைத்துக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துச் சூரணம் செய்து கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இதில் வெருகடி அளவு எடுத்துப் பசுவின் நெய்யுடன் கலந்து சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

காசம், சுவாசம், சயம் முதலிய நோய்கள் தீரும்.

26. விளாங்காதிச் சூரணம் (வேறு முறை)

சரக்கு

ஏலக்காய்

வாய்விளங்கம்

இலவங்கப்பட்டை

திப்பிலி

இவைகள் வகைக்கு 1 பலம்.

சுக்கு

கண்டத்திப்பிலி

வகைக்கு 4 பலம்.

செய்முறை

இவற்றை எடுத்துக் காயவைத்துக் கல்லுரலில் இடித்துச் சூரணம் செய்துகொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இச்சூரணத்திற்குச் சரிநிறை சர்க்கரை கூட்டித் தினந்தோறும் காலை வேளையில் 40 குன்றிமணி அளவு எடுத்து உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

ஈளை, இருமல் நீங்கும்.

27. இண்டம் வேர்ச் சூரணம்

சரக்கு

இண்டம்வேர்ப் பட்டை

சிறுதேக்கு

சுழலாவாரை வேர்

கண்டங்கத்தரி வேர்

செய்முறை

இவைகளைச் சரி எடை எடுத்து, வெயிலில் காய வைத்துக் கல்லுரலில் இடித்துச் சூரணம் செய்து கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இச்சூரணத்தில் மூவிரல் கொள்ளும் அளவு எடுத்துத் தேன் விட்டுக் குழைத்துக் காலையிலும் மாலையிலும் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

இருமல் முதலியன தீரும்.

28 அண்ட ஓட்டுச் சூரணம்

தானாகப் பொரித்த கோழி முட்டையின் ஓட்டில் ஒரு கொட்டைப் பாக்கு அளவு எடுத்து, எலுமிச்சம் பழச்சாறு விட்டு அரைத்து, இஞ்சிச் சாற்றில் குழைத்து, 3 நாளைக்குக் காலை வேளைகளில் உட்கொள்ளவும். ஈளை, இருமல் முதலிய நோய்கள் தீரும்.

29. ஆடாதோடைச் சூரணம்

சரக்கு

பேரரத்தை	1 பலம்
சிற்றரத்தை	1 "
ஆடாதோடைப் பூக்கதிர்	4 "
ஆடாதோடை வேர்ப் பட்டை	1 "
பூனைக்காஞ்சொறி வேர்	2 "
அரிசித் திப்பிலி	2 "
சாம்பிராணிப் பதங்கம்	1/2 பலம்
கறிமஞ்சள்	1 "
கோஷ்டம்	1/2 "
வாய்விளங்கம்	1 "
சிறுதேக்கு	1 "
கோரைக் கிழங்கு	1 "
இஞ்சிப்பட்டை	1 "
காட்டாத்திப்பூ	1/2 "
தூதுவளை இலை	2 "
கண்டங்கத்தரி	1 "

செய்முறை

மேற் கூறிய சரக்குகளில் சாம்பிராணிப் பதங்கம் நீங்கலாக மற்றவைகளை வெயிலில் உலர்த்தித் தனித்தனியே இடித்துச் சூரணித்து ஒருமிக்கக் கலந்து, சாம்பிராணிப் பதங்கத்தையும் கூட்டி நன்றாகக் கிளறி வைத்துக் கொள்க.

பயன்பாடு

வேளைக்கு அரைக்கால் தோலா விகிதம் பாலில் கலக்கித் தினம் இரு வேளை, 20 நாள் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

சீதளம், சுவாசகாசம் நீங்கும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

30. ஆடாதோடையாதிச் சூரணம் (வேறு முறை)

சரக்கு

ஆடாதோடை இலை

தூதுவளை

சங்கம் இலை

முருக்க இலை

செய்முறை

இவைகளைச் சமனாக எடுத்து, ஆவியில் வேகவைத்துப் பிழிந்து கொள்ளவும். இதை இறுத்துச் சுக்கு, திப்பிலி, மிளகு இவைகளைச் சமன்கூட்டி இடித்துச் சூரணித்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

வெருகடி அளவு எடுத்துத் தேன் 4 அல்லது 5 துளிகள் விட்டு ஒன்று கலந்து குடிக்கவும்.

தீரும் நோய்

காசம் தீரும்.

31. தாளிசப்பத்திரிச் சூரணம்

சரக்கு

தாளிசப்பத்திரி
ஓமம்
சீரகம்
கறுஞ்சீரகம்
சுக்கு
திப்பிலி
மிளகு
தான்றிக்காய்
சிற்றரத்தை
பெருநாகப்பூ
சிறுநாகப்பூ
கடுக்காய்
கிராம்பு
ஏலக்காய்
வெட்டிவேர்
விலாமிச்சை வேர்
சந்தனத்தூள்
சாதிக்காய்
இலவங்கப்பட்டை
இலவங்கப்பத்திரி

செய்முறை

இவைகளைச் சமமாக எடுத்துச் சரி எடை சர்க்கரை சேர்த்துச் சூரணம் செய்து கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இதில் வெருகடி அளவு எடுத்துத் தினம். ஒரு வேளை தேனில் கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

இருமல், எலும்புச் சுரம், சுவாசகாசம் முதலியன தீரும்.

32. தாளிசப்பத்திரிச் சூரணம் (வேறு முறை)

சரக்கு

தாளிசப்பத்திரி	1 பங்கு
மிளகு	2 "
சுக்கு	3 "
கூகை நீறு	5 "
இலவங்கப் பட்டை	1/2 "
ஏலக்காய்	1 "

செய்முறை

இவைகளைக் காயவைத்து ஒன்று சேர்த்துக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துச் சூரணம் செய்து, அதற்கு 2 பங்கு சர்க்கரை கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இச்சூரணத்தைத் தினம் ஒரு வெருகடி அளவு வீதம் சாப்பிடவும் .

தீரும் நோய்

ஈளை, இருமல், மந்தாக்கினி, சுவையின்மை முதலியவைகள் தீரும்.

33. தாளிசப்பத்திரிச் சூரணம் (வேறு முறை)

சரக்கு

தாளிசப்பத்திரி
சுக்கு
கொத்துமல்லி விதை
செவ்வியம்
கூகை நீறு
நெருஞ்சில் வேர்
கிராம்பு

திப்பிலி மூலம்
சாதிக்காய்
இலவங்கப்பத்திரி
ஏலக்காய்
பேரீச்சம்பழம்
மிளகு
கண்டத்திப்பிலி
திப்பிலி
சிறுநாகப்பூ
கடுக்காய்த் தோல்
வில்வ வேர்க்கட்டை
இலவங்கப்பட்டை
திராட்சைப் பழம்
கறுஞ்சீரகம்
கற்கடகசிங்கி
சடாமாஞ்சில்
சாதிப்பத்திரி
சீரகம்
மாதுளை ஓடு

செய்முறை

இச்சரக்குகளை வகைக்கு $^1/_2$ பலம் வீதம் எடுத்துச் சூரணித்துக் கொள்ளவும். இச்சூரணத்தை எலுமிச்சம் பழச் சாறு விட்டு நிழலில் உலர்த்தவும். மறுநாள் இஞ்சிச்சாறு விட்டு மீண்டும் நிழலில் உலர்த்தவும். பின்பு சூரணத்திற்குச் சரி எடை சர்க்கரை கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இச்சூரணத்தில் ஒரு வெருகடி அளவு காலையிலும் மாலையிலும் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

கபநோய், சுவாசகாசம், ஈளை முதலியன தீரும்.

34. தாளிசப்பத்திரிச் சூரணம் (வேறு முறை)

சரக்கு

ஏலம்
சாதிக்காய்
வால்மிளகு
வாய்விளங்கம்
சீரகம்
கோஷ்டம்
கடுக்காய்
நெல்லிவற்றல்
சோம்பு
கிராம்பு
சாதிப்பத்திரி
இலவங்கப்பட்டை
தனியா
திப்பிலி
அக்கராகாரம்
தான்றிக்காய்
சடாமாஞ்சில்

இவைகள் வகைக்கு வராகன் எடை 2.

தாளிசப் பத்திரி வராகன் எடை 18.

செய்முறை

இங்கே கூறப்பட்ட பதினெட்டுச் சரக்குகளையும் நன்கு உலர்த்திப் பொன் மேனியாகச் சிறு தீயில் வெதுப்பி இடித்துச் சூரணம் செய்து, மொத்த எடையில் அரை பாகம் வெள்ளைச் சர்க்கரை கூட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

வேண்டும்போது இந்தச் சூரணத்தில் வேளைக்குத் திரிகடிப் பிரமாணம் காலை, மாலையில் கொடுத்துக் கொண்டு வரவும்.

தீரும் நோய்

காசம், சயம், கை, கால் எரிவு, தாகம், விக்கல், சுரம், வாந்தி, அரோசகம், நெஞ்செரிவு, குன்மம், காமாலை.

பத்தியம்

நோயின் நிலைமைக்கேற்றவாறு புளி சேர்த்தும், சேர்க்காமலும் இச்சாபத்தியமாக இருத்தல் வேண்டும்.

35. தாளிசப்பத்திரிச் சூரணம் (வேறு முறை)

சரக்கு

மிளகு	2 1/2 வராகன் எடை
தாளிசப் பத்திரி	12 1/2 "
சுக்கு	2 1/2 வராகன் எடை
திப்பிலி	2 1/2 "
கடுக்காய்	2 1/2 "
தான்றிக் காய்	2 1/2 "
நெல்லிவற்றல்	2 1/2 "
சிற்றரத்தை	2 1/2 "
சாதிக்காய்	2 1/2 "
சாதிப்பத்திரி	2 1/2 "
அதிமதுரம்	2 1/2 "
கிராம்பு	2 1/2 "
கோஷ்டம்	2 1/2 "
கல்நார்	2 1/2 "
சிவதை வேர்	2 1/2 "
மாசிக்காய்	2 1/2 "

கருடன் கிழங்கு	2 $^1/_2$ "
கடுகுரோகணி	2 $^1/_2$ "
சன்னலவங்கப்பட்டை	2 $^1/_2$ "
ஓமம்	2 $^1/_2$ "
சாத்திரபேதி	2 $^1/_2$ "
இஞ்சி	2 பலம்
சீரகம்	2 "
கூகைநீறு	3 "

செய்முறை

இங்கே கூறிய இருபத்திநான்கு சரக்குகளில் இஞ்சியை மேல்தோல் சீவிச் சிறு சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி நெய் விட்டு வறுக்கவும். சீரகம், கூகைநீறு இவ்விரண்டையும் ஒரு நாள் பசும் பாலில் ஊறப்போட்டு, மறுநாள் பாலை வடித்து மற்ற சரக்குகளுடன் சேர்த்து வெயிலில் உலர்த்தி இடித்துச் சூரணம் செய்து சமனெடை சீனிச் சர்க்கரை சேர்த்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

வேளைக்கு 1/2 தோலா விகிதம் தினம் இருவேளை பசும் பாலிலேனும் நெய்யிலேனும் இருபது நாள் உட்கொள்ளவும்.

தீரும்நோய்

உட்டிண வாயு, மூலவாயு, உட்டிணசுரம், அட்டகுன்மம், மயக்கம், மேகச்சுரம்,பித்தச் சுரம், தாகம், கைகால் எரிச்சல், வியர்வை, நெஞ்சடைப்பு, அக்கினிமந்தம், கிறுகிறுப்பு, ஏப்பம், வாய் நீரூறல், மார்பு நோய் முதலியன குணப்படும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

36. அசுவகெந்திச் சூரணம்

சரக்கு

கிராம்பு	1 பலம்
சிறுநாகப்பூ	2 "

ஏலம்	3	பலம்
இலவங்கப்பட்டை	4	"
இலவங்கப்பத்திரி	5	"
சீரகம்	6	"
தனியா	7	"
மிளகு	9	"
திப்பிலி	16	"
சுக்கு	32	"
அமுக்கராக் கிழங்கு	64	எண்ணிக்கை

செய்முறை

மேற் கூறப்பட்ட பதினோரு சரக்குகளையும் வெயிலில் உலர்த்தி இடித்துச் சூரணம் செய்து, இவைகளின் மொத்த நிறைக்கு நிகரான அளவு சீனிச்சர்க்கரையைச் சேர்த்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

வேளைக்கு 1 தோலா வீதம் தினம் இரு வேளை 20 அல்லது 40 நாள், பாலிலேனும் நெய்யிலேனும் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

அதிவெட்டை, சுவாசம், ஈளை, பாண்டு, மேகஊறல், அரோசகம் முதலியவை குணமாகும்.

பத்தியம்

புளி நீக்கி, இச்சாபத்தியமாக இருக்க வேண்டும்.

37. அசுவகெந்திச் சூரணம் (வேறு முறை)

சரக்கு

சுக்கு
மிளகு
திப்பிலி
சாதிக்காய்

இலவங்கப்பத்திரி

அதிமதுரம்

கிராம்பு

கடுகுரோகணி

குரோசாணி ஓமம்

இந்த ஒன்பதும் வகைக்குப் பலம்- $^1/_2$.

சுத்தி செய்த அமுக்கராவேர்ச் சூரணம் பலம்-9.

செய்முறை

மேற்கூறப்பட்ட பத்து சரக்குகளையும் சிறு தீயில் வெதுப்பி ஆறவிட்டு இடித்துச் சூரணம் செய்து, இவற்றின் மொத்த எடை அளவு வெள்ளைச் சர்க்கரை கூட்டி வைத்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இந்தச் சூரணத்தை வேளைக்குத் திரிகடிப் பிரமாணம் காலை, மாலை ஆகிய இருபொழுதும் கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

- ❖ எலும்புருக்கி, பித்தப்பாண்டு முதலிய நோய்களுக்கு எருமையின் புளிப்பு மோரிலும்
- ❖ எலிக்கடியின் நஞ்சிற்கு இளநீரிலும்
- ❖ நச்சுப்பூச்சிகளின் நஞ்சிற்கு வேப்பெண்ணெயிலும்
- ❖ ஈளை, சோகை முதலியவற்றிற்கு வெள்ளாட்டு அமுரியிலும்
- ❖ பெரும்பாடுக்கு எள்ளெண்ணெய், வெல்லத்திலும்
- ❖ விரியன் பாம்புக் கடிக்கு வெந்நீரிலும்
- ❖ அட்டகுன்மம் -வாயு-அரோசகம்-சோபை -காமாலை முதலிய வற்றிற்குப் பழச்சாற்றிலும்
- ❖ சூலைரோகத்திற்குச் சிறுமக்கள் அமுரியிலும் (சிறுநீர்)
- ❖ மலட்டு நோய்க்குப் பிரமியிலைச் சாற்றுடன் நல்லெண்ணெய், பாகல் இலைச்சாறு, மிளகுத்தூள் கூட்டியும்

அனுபானம் செய்து காலையில் கொடுத்து வருதல் சாலச் சிறந்தது.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியமாக இருப்பதுடன், நோயின் வன்மை மென்மைக்கு ஏற்றவாறு புளி தள்ளாமலும் ஆகாரம் உட்கொள்ளலாம்.

38. ஆசமோதாதிச் சூரணம்

சரக்கு

ஓமம்
பெருங்காயம்
சுக்கு
அபின்
இந்துப்பு
புழுங்கலரிசி

செய்முறை

இவைகளைச் சரி எடை எடுத்து, துளசி ஒரு பிடியும் சேர்த்துச் சட்டியில் இட்டுப் பொன் வறுவலாக வறுத்துத் தூளாக இடித்துச் சூரணம் செய்துவைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

வேளைக்கு வெருகடி அளவு, காலை மாலை சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

பீனிச நோய்களும் வாய்வுகளும் தீரும்.

39. கடுகுரோகணியாதிச் சூரணம்

சரக்கு

கடுகுரோகணி	3 பலம்
கற்கடகசிங்கி	3 "
கண்டங்கத்தரி வேர்	
சடாமாஞ்சில்	
சிறுதேக்கு	
இந்துப்பு	

இவைகள் வகைக்கு 1 பலம்.

செய்முறை

இவைகளைக் கல்லுரலில் இட்டுச் சூரணித்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

வெருகடி அளவு (மூவிரல் செங்குத்தாகச் சேர்த்து எடுக்கும் அளவு) சூரணம் எடுத்துத் தேனில் குழைத்துக் காலையிலும், மாலையிலும் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

வாதரோகம், பீனிசங்கள் முதலியவை தீரும்.

40. கறுஞ்சீரகாதிச் சூரணம்

சரக்கு

கறுஞ்சீரகம்	1	பலம்
கழற்சிப்பருப்பு	2	"
மஞ்சள்	1	"

செய்முறை

இம்மூன்றையும் பொடித்துச் சூரணம் செய்துகொள்ளவும்.

பயன்பாடு

காலையிலும் மாலையிலும் சாப்பிட, நீர்க்கோவை (சலதோசம்) குணமாகும்.

41. சுக்காதிச் சூரணம்

சரக்கு

தான்றித் தோல்
கறுஞ்சீரகம்
திப்பிலி
தூதுவளை வேர்
வேலிப்பருத்தி வேர்
கடுக்காய்த் தோல்
பேய்ப்பீர்க்கம் விதை

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு 1 கழஞ்சு (1 $^1/_4$ வராகன் எடை) எடுத்து நன்றாக உலர்த்திக் கல் உரலில் இடித்துச் சூரணம் செய்யவும்.

பயன்பாடு

இதை நெய்யில் குழைத்து 1 வெருகடி வீதம் சாப்பிட்டுவரவும்.

தீரும் நோய்

பீனிசம், ஈளை முதலியவை தீரும்.

42. மிளகுச் சூரணம்

சரக்கு

மிளகுத்தூள்

எருக்கம்பூவின் மொட்டு

திப்பிலித்தூள்

செய்முறை

இவைகள் வகைக்கு ஒரு சிறங்கை அளவு எடுத்துச் சுத்தமான தேன் விட்டுக் கலந்துகொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இதில் ஒரு பாக்களவு எடுத்து, தினம் 2 வேளை சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

ஐய நோய்கள் கட்டுப்படும்.

பத்தியம்

பசுவின் நெய், தூதுவளங்காய், கத்தரிக்காய், முருங்கைப் பிஞ்சு முதலானவைகளை வேண்டிய அளவு உட்கொள்ளவும். புளிப்புச் சுவையுள்ள பதார்த்தங்களை நீக்கிவிடவும்.

43. அந்தரத்தாமரைச் சூரணம்

சரக்கு

அந்தரத்தாமரைத் தூள் 3 பலம்

உசிலம் பட்டைத் தூள் 3 "

திப்பிலித் தூள் 1 பலம்

செய்முறை

இம்மூன்றையும் ஒன்றாகக் கூட்டிக் கலந்துவைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இதில் ஒரு வெருகடி அளவு எடுத்துத் தேனில் குழைத்து உட்கொண்டுவரவும்.

தீரும் நோய்

இருமல், ஈளை, மந்தாரகாசம், கபநோய், வயிறு உப்புசம் முதலான நோய்கள் தீரும்.

44. குக்கிலாதிச் சூரணம்

சரக்கு

திப்பிலி

சிறுமூலம்

கிராம்பு

வளையலுப்பு

பெருந்தும்பை

எவச்சாரம்

கடுக்காய்த்தோல்

இந்துப்பு

அட்டுப்பு

பேராமுட்டி

மஞ்சள்

கோஷ்டம்

நெல்லிமுள்ளி

செவ்வியம்

விழலரிசி

கொடிவேலிவேர்

மாட்சிகம் (பொன் நிமிளை)

சுக்கு

யானைத்திப்பிலி

தும்மட்டிக்காய்

மிளகு

ஏலக்காய்

தான்றித்தோல்

கோரைக்கிழங்கு

இவைகள் வகைக்கு 1 பலம்.

சுத்தி செய்த குக்கில் 3 பலம்.

செய்முறை

இச் சரக்குகளைச் சட்டியில் இட்டு இள வறுப்பாக வறுத்துக் கல்லுரலில் இட்டுச் சூரணம் செய்து கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இச்சூரணத்தில் $3^3/_4$ வராகன் எடை அளவு எடுத்துத் தேனும் நெய்யும் விட்டுக் குழப்பி, தினந்தோறும் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

சுவாசம், காசம், சயரோகம், தொண்டைக் கரகரப்பு, நாட்பட்ட சுரம் முதலானவை நீங்கும்.

45. தீபாக்கினிச் சூரணம்

சரக்கு

இந்துப்பு

எவச்சாரம்

வெங்காரம்

சவர்க்காரம்

சுக்கு

கண்டுபாரங்கி

செவ்வியம்

திப்பிலிமூலம்

யானைத்திப்பிலி

வட்டத் திருப்பி

ஓமம்

மிளகு

வகைக்கு 1 பலம்.

செய்முறை

எல்லாம் சேர்ந்த எடைக்குப் பாதி அளவு செஞ்சித்திர மூலவேர்ப் பட்டை சேர்த்து இவைகளை முறைப்படி சுத்தித்து, வறுக்க வேண்டியவைகளை வறுத்துப் பொடிசெய்து, ஒன்றுபடக் கலந்து கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

அளவுப்படி தேனில் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

காசம், குன்மம், கிராணி, மூலம் ஆகியவைகள் தீரும்.

46. அமுக்கராச் சூரணம்

சரக்கு

கிராம்பு	1	பங்கு
சிறுநாகப்பூ	2	"
ஏலம்	4	"
மிளகு	8	"
திப்பிலி	16	"
சுக்கு	32	"
அமுக்கரா	64	"
சர்க்கரை	128	"

செய்முறை

சர்க்கரை நீங்கலாக மற்றவைகளை முறைப்படி சுத்தித்து, தனித்தனியே பொடித்து எல்லாவற்றையும் ஒன்றுபடக் கலந்து, பிறகு சர்க்கரையும் சேர்த்துக் கலந்து கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இதனை அளவுப்படி கொடுக்க, எண் வகை குன்மம், இடப்பாட்டு ஈரல் நோய், குத்து வாய்வு, வெட்டை, பிரமியம், விக்கல், பாண்டு, இரைப்பு, இளைப்பு, சயம், வறட்சி, கை கால் எரிவு தீரும். உடல் பெருக்கும்.

47. சிலேத்துமச் சூரணம்

சரக்கு

சுக்கு
திப்பிலி
அரத்தை
சீரகம்
கடுக்காய்
தாளிசப்பத்திரி
வெங்காரம்
பூவந்தி
கோரோசனை
இலவங்கம்

செய்முறை

இவற்றைப் பொடி செய்து, கத்தரி இலையை வாட்டிப் பிழிந்த சாற்றில் குழப்பி, உள்நாக்கில் தடவவேண்டும்.

48. ஈளை,காசத்திற்குச் சூரணம்

சரக்கு

பறங்கிச்சக்கை	3 பலம்
சிறுநாகப்பூ	6 "

கிராம்பு	1	பலம்
சாதிக்காய்	1	"
தான்றிக்காய்த் தோல்	1	"
பற்பாடகம்	1	"
வசம்பு	1	"
கோரோசனை	$^1/_2$	"
குப்பைமேனி இலைச் சூரணம்	2	"
கோஷ்டம்	1	"
சாதிப்பத்திரி	1	"
விளாம்பிசின்	1	"
பூண்டு	1	"
ஓமம்	1	"

செய்முறை

இவைகளை எல்லாம் இடித்துப் பீங்கான் தட்டுகளில் போட்டுப் பரப்பி வெயிலில் வைத்து நன்கு உலர்த்தவும். காய்ந்த பதத்தில் இடித்துச் சூரணம் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

வேளைக்குத் திரிகடிப் பிரமாணம், காலையும் மாலையும் ஒரு மண்டலம் கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

ஈளை, காசம், இருமல் முதலியன தீரும்.

பத்தியம்

பிணிக்கு ஏற்றவாறு புளியைத் தள்ளியும் சேர்த்தும் இச்சாபத்தியம் கோடல் நலம்.

49. சுவாசக் குடோரி சூரணம்

சரக்கு

சுக்கு

மிளகு

திப்பிலி

சிற்றரத்தை

அக்கராகாரம்

வால்மிளகு

மோடி

பொரித்த வெங்காரம்

இவைகள் வகைக்குப் பலம் $^1/_2$.

தாளிசப்பத்திரி பலம் 8.

செய்முறை

பொரித்த வெங்காரம் நீங்கலாக மற்ற சரக்குகளைச் சிறிது இளம் வறுப்பாக வறுத்து இடித்து, பொரித்து வைத்துள்ள வெங்காரத்துடன் கூட்டிக் கல்வத்தில் இட்டு நன்றாய்க் கலக்கும் பொருட்டு அரைத்துச் சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

வேண்டும்போது இந்தச் சூரணத்தில் வேளைக்குத் திரிகடிப் பிரமாணம், பிணிக்கு ஏற்றவாறு தேன், இஞ்சிச்சாறு, நெய் முதலிய அனுபானங்களில் கொடுத்து வரவும். இதனுடன் கபத்தைப் பரிகரிக்கக்கூடிய செந்தூரம், பற்பம் ஆகியவற்றைக் கூட்டிக் கொடுக்கப் பெரிதும் பயன் தரும்.

50. தாதுவிருத்திக்கு நிலப்பனைச் சூரணம்

சரக்கு

நிலப்பனங் கிழங்கு	1	பலம்
சீந்தில் சர்க்கரை	1	"
நெருஞ்சிமுள்	1	"
பெரும்பூனைக்காய்வித்து	1	"
நெல்லிவற்றல்	1	"
முள்ளிலவம் பிசின்	1	"
கற்கண்டு	1	"

செய்முறை

கற்கண்டையும் சீந்தில் சர்க்கரையையும் நீக்கி மற்ற ஐந்து சரக்குகளையும் நன்றாய் உலர்த்தி, நன்கு சூரணம் செய்து கல்வத்திலிட்டுக் கற்கண்டையும் சீந்தில் சர்க்கரையையும் கூட்டி அரைத்து மிருதுவான பதத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இந்தச் சூரணத்தில் வேளைக்குத் திரிகடிப் பிரமாணம் காலையும் மாலையும் பாலில் கலந்தாவது அல்லது பசுவின் நெய்யில் மத்தித்தாவது சில நாள் கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

தாது பலவீனம், பெண்களுக்குக் காணும் வெள்ளை, ஒழுங்கீனமான மாத விலக்கு ஆகியன குணமாகும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியமாக, நல்ல ஆகாரங்களை வேளை தவறாமல் சாப்பிடுவதுடன், காரத்தைக் கூடிய வரையிலும் குறைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

51. வாய்விளங்கச் சூரணம்

சரக்கு

வாய்விளங்கம்	1 பலம்
சுக்கு	1 "
ஓமம்	1 "
மிளகு	1 "
சீமை நிலாவாரை	2 "

செய்முறை

சீமை நிலாவாரையை இடித்துச் சூரணம் செய்து மூன்று முறை பசுவின் பாலில் வைத்துப் பிட்டு போல் அவித்து உலர்த்தி எடுத்த சூரணத்துடன், மற்ற சரக்குகளின் சூரணத்தைக் கூட்டி நன்றாய் உறவாகும்படி வைத்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இந்தச் சூரணத்தில் வேளைக்குத் திரிகடிப் பிரமாணம் தினம் 2 வேளை, சிறிது நாட்டுச் சர்க்கரை கூட்டிக் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

வாயு, பித்தம், வயிற்றுப் பொருமல், கபநோய், விக்கல், வாந்தி, உடல் எரிவு, சுவாசம், காசம், மகிபந்தம்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

52. இருமலுக்குத் திரிபலாதிச் சூரணம்

சரக்கு

தான்றிக்காய்த் தோல்
நெல்லிப்பருப்பு
சிறுதேக்கு
சடாமாஞ்சில்
சாதிகோஷ்டம்
வழுதுணை வேர்
கண்டங்கத்தரி வேர்ப்பட்டை
இந்துப்பு
கடுக்காய்த் தோல்
கற்கடகசிங்கி
திப்பிலி
சுக்கு
மிளகு
தூதுவளை வேர்ப்பட்டை
பூனைக்காஞ்சொறி வேர்
நெற்பொரி

செய்முறை

இங்கே கூறப்பட்ட பதினாறு சரக்குகளில் இந்துப்பு, நெற்பொரி நீங்கலாக உள்ள சரக்குகளை இளஞ் சூட்டில் வெதுப்பி எல்லாவற்றையும் ஒருங்கு கூட்டி இடித்துச் சூரணம் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இந்தச் சூரணத்தை வேளைக்குத் திரிகடிப் பிரமாணம் காலையும் மாலையும் தேனில் மத்தித்துச் சாப்பிட்டு வரவும்.

தீரும் நோய்

சீதள சம்பந்தமான ஈளை, காசம், இருமல்.

பத்தியம்

வாயு, சீதளமுள்ள பதார்த்தங்களைத் தள்ளி, இச்சாபத்தியமாக இருத்தல் வேண்டும்.

53. பூநாகச் சூரணம்

சரக்கு

பூநாகம்	1 பலம்
சுக்கு	1 "
மிளகு	1 "
திப்பிலி	$^1/_4$ பலம்
சீந்தில் கொடி	$^1/_2$ "
தூதுவளைச் சமூலம்	1 "
நெல்லிவற்றல்	அரைக்கால் பலம்
தான்றிக்காய்	"
சிற்றரத்தை	"
கற்கடகசிங்கி	"
கடுக்காய்த் தோல்	"
மூங்கிலுப்பு	"

செய்முறை

மேற் கூறப்பட்ட பன்னிரண்டு சரக்குகளையும் சூரணித்துச் சமனெடை சீனாகற்கண்டின் சூரணமும், கண்டங்கத்தரியை அரைத்து அதனிடையில் வைத்துப் பற்பம் செய்த பவழத்தில் 1-பலமும் கூட்டிக் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இச்சூரணத்தில் வேளைக்கு $^1/_4$ தோலா வீதம் தினம் இரு நேரம் பசு வெண்ணெயில் அயச்செந்தூரத்துடனாவது, காந்தச் செந்தூரத்துடனாவது மத்தித்துச் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

சயம், காசம், பாண்டு, குன்மம், நீராம்பல், கிராணி, மூலம், சூதவாய்வு, இரத்தகாசம், மேக அழலை முதலிய நோய்கள் அவைகளினது நிலைக்குத் தக்கவாறு 10,12,40 நாட்களில் குணப்படும்.

பத்தியம்

மோர், புகையிலை, புளி, பூண்டு, கடுகு, எள்ளு, இவைகள் ஆகா. பால், நெய், வறுத்த உப்பு முதலியவற்றையும் மற்றவைகளையும் சமயம் அறிந்து சேர்த்துக் கொள்ளவும்.

54. கபாங்குசச் சூரணம்

சரக்கு

கசகசா	5 வராகன் எடை	
பேதானா	5	"
சுரைப்பருப்பு	5	"
மூங்கிலுப்பு	$4^1/_2$	"
பருத்திப் பருப்பு	4	"
வெள்ளரிப் பருப்பு	$3^1/_2$	"
தர்ப்பூசணிப் பருப்பு	$3\ ^1/_2$	"
சந்தனத் தூள்	3	"
கபாசிப் பருப்பு	$2\ ^1/_2$	"

துத்தி வேர்ப்பட்டை	2 $^1/_2$	வராகன் எடை
கறுவேலம் பிசின்	2	"
அதிமதுரம்	1 $^1/_2$	"
பழையபற்பம்	1 $^1/_2$	"
நிசாஸ்தா	1 $^1/_2$	"
பாதாம் பிசின்	1	"
முலாம் பழப் பருப்பு	3 $^1/_2$	"

செய்முறை

மேற் கூறப்பட்ட பதினாறு சரக்குகளின் பருப்பு வகைகளைக் கல்வத்தில் இட்டு நன்கு நெகிழ அரைத்தும், மற்றவைகளை இடித்தும் சூரணித்து ஒருமிக்கக் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இந்தச் சூரணத்தை $^1/_4$ தோலா வீதம் சமனெடை கற்கண்டு சேர்த்து, வெள்ளாட்டுப் பாலில் கலக்கித் தினம் இரு நேரம் சாப்பிட்டு வரவும்.

தீரும் நோய்

சயம், உட்டிணஇருமல், உட்காங்கை, கை கால் எரிச்சல் முதலிய பிணிகள் நிவாரணமாகும்.

பத்தியம்

காரசார பதார்த்தங்களை உட்கொள்ளாமல் நெய், பால் முதலியவைகளை ஆகாரத்துடன் சேர்க்கலாம்.

55. தசதீபாக்கினிச் சூரணம்

சரக்கு

பெருங்காயம்	1 பலம்
வசம்பு	2 "
வாய்விளங்கம்	3 "
இந்துப்பு	4 "
ஓமம்	4 "
கடுக்காய்த் தோல்	6 "

சித்திரமூலம் வேர்ப்பட்டை	7	பலம்
கோஷ்டம்	8	"
திப்பிலி	9	"
சீரகம்	10	"

செய்முறை

இங்கே கூறப்பட்ட 10 சரக்குகளையும் பொன் மேனியாகத் தனித்தனியே வறுத்தெடுத்துச் சூரணித்துப் பின்னர் எல்லாவற்றையும் ஒருமிக்கக் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

வேளைக்கு 1/4 தோலா விகிதம் தினம் இரு வேளை உண்ணவும்.

தீரும் நோய்

அசீரணம், இருமல், சுரம், பேதி, பாண்டு, அரோசகம் முதலியவைகள் நீங்கும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

56. மகா சுதர்சனச் சூரணம்

சரக்கு

கடுக்காய்
நெல்லிவற்றல்
மரமஞ்சள்
சுக்கு
திப்பிலி
மருள்கிழங்கு
உருசபகம்
கழற்சிப் பருப்பு
யானைக்காய்ஞ்சொறி வேர்
முருங்கை விதை

இலவங்கப்பட்டை
அல்லிக்கிழங்கு
மூவிலைத் தாமரை
வெட்பாலை அரிசி
சிற்றாமுட்டி
பேய்ப்புடல்
மூங்கிலுப்பு
சந்தனம்
சித்திரமூலம்
கிராம்பு
கடுகுரோகணி
கோரைக்கிழங்கு
அதிமதுரம்
குடசப்பாலை
தாமரைக்கிழங்கு
வெட்டிவேர்
தான்றிக்காய்
மஞ்சள்
கண்டங்கத்தரி
முள்ளிக்கத்தரி
மிளகு
தகரை விதை
சீந்தில்கொடி
ஜீவிதம்
காகோலி
கிச்சிலிக்கிழங்கு
சிறுதேக்கு
வசம்பு

வெண்தாமரை
அதிவிடயம்
தேவதாரு
மூங்கிலுப்பு
சாதிப் பத்திரி
வாய்விளங்கம்
செவ்வியம்
தாளிசப்பத்திரி
பற்பாடகம்
வேப்பம்பட்டை
குரோசாணி ஓமம்
வெட்டிவேர்
உவர்மண் (பூநீறு)
கிரந்தித்தகரம்
ஓரிலைத்தாமரை

செய்முறை

இங்கே கூறப்பட்ட சரக்குகளை வகைக்கு ஒரு வராகன் எடையும், நிலவேம்பு 26 வராகன் எடையும் எடுத்துக் கொண்டு காய வைத்து இடித்துச் சூரணித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

தினம் காலை, மாலை 1 தோலா விகிதம் வெந்நீரில் கலக்கிச் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

சரீரத்தில் குடிகொண்டுள்ள நாட்பட்ட வாதச்சுரம், பித்தச்சுரம், கபச்சுரம், தொந்தச்சுரம், அத்திசுரம், பலவித மாறல் சுரம், இரத்தக் கெடுதல், மார்வலி, காமாலை, பக்கசூலை, சுவாசகாசம் முதலியவைகள் தீரும். சுரம் இருக்கும்போது அதனை விரைவில் நீக்கத் தக்க வேறு ஏதேனும் மருந்தை உண்டு பின்னர் இச்சூரணத்தை உபயோகிக்கவும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

57. சீதோபலாதிச் சூரணம்

சரக்கு

கற்கண்டு	10	பலம்
மூங்கிலுப்பு	8	"
திப்பிலி	4	"
ஏலரிசி	2	"
இலவங்கப்பட்டை	1	"

செய்முறை

இங்கே கூறப்பட்ட ஐந்து சரக்குகளையும் இடித்துச் சூரணித்து வைத்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இச்சூரணத்தில் வேளைக்கு 1/4 தோலா விகிதம் தினம் இரு வேளை பாலில் கலக்கிச் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

அருசி, வாந்தி, அக்கினி மந்தம், கைகால் எரிச்சல் முதலியவைகளைக் குணப்படுத்தும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

குறிப்பு

இந்தச் சூரணத்தின் எடைக்கு 1/2 பாகம் அதிமதுரச் சூரணமும் ஆடாதோடையிலைச் சூரணமும் கூட்டி உபயோகிக்கில், ஆரம்பமான சயகாசம், நாட்பட்ட இருமல் முதலியவை குணமாகும்.

பற்பங்கள்

1. பவழப் பற்பம்

சரக்கும் செய்முறையும்

இலந்தை இலையை அரைத்தாவது அல்லது தைவேளை இலையை அரைத்தாவது சிறிது நீர் சுண்ட வெயிலில் வைத்துக் குகை பிடித்து, அதற்குள் இரண்டு பலம் சுத்தி செய்த பவழத்தைப் போட்டு, முன் அரைத்த இலையைக் கொண்டே மேல்மூடி செய்து அடைத்து, அதன்மேல் ஏழு மண் சீலை செய்து சிறிது உலர்த்தி, 40-50 வறட்டியில் புடம் இடவும். பவழம் வெந்து நீற்றிருக்கும். இதைக் கோப்பையில் போட்டு ஆவின் பால் சிறிது தெளித்துக் காற்றுவாடையில் வைத்துப் பின் அரைத்துச் சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இந்தப் பற்பத்தில் வேளைக்கு 1/2 அல்லது 1 குன்றி எடை எடுத்துத் தேன் அல்லது நெய்யுடன் புளியங்கொட்டை அளவு கற்கண்டு கூட்டி அரைத்த கலவையில் அனுபானம் செய்து, இரு வேளை கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

மேகச்சூடு, தேகவறட்சி, சயம், ஈளை, இருமல், குணமாகும். இந்தப் பற்பத்தை நீராகாரத்தில் போட்டுக் கொடுக்க நீர்க்கடுப்பு குணமாகும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

2. பவழப் பற்பம் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

சுத்தி செய்த பவழம் பலம்-1, கிராம்பு, சடாமாஞ்சில், வீரம் வகைக்குக் கழஞ்சு-1. கல்வத்தில் போட்டு முயல் இரத்தம் விட்டு, நான்கு சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டி வெயிலில் உலர்த்தி எடுத்துக் கொள்ளவும். அப்பால் முயல் எலும்புகளை இரண்டொரு வறட்டிகளின் மேல் பரப்பி அதன் மேல் இரண்டொரு வறட்டி இட்டுத் தீ மூட்டி வெந்தபின் ஆறவைக்கவும். பின் எலும்புகளை எடுத்துக் கல்வத்தில் போட்டுக் குமரிச்சாறு விட்டு மெழுகு போல் அரைத்து, மூசையையும் மூடியையும் செய்து உலர்த்தி அதனில் முன் சித்தப்படுத்திய வில்லையைச் சிறு

துண்டுகளாக உடைத்துப் போட்டு மேல் மூடி இட்டு மண்சீலை 7-8 செய்து உலர்த்தி, 40-50 வறட்டியில் புடம் இடவும். ஆறின பின் பார்க்க மூசையில் இட்ட துண்டுகள் வெளுத்து இருக்கும். இதை அரைத்துச் சீசாவில் பத்திரப் படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இந்தப் பற்பத்தை வேளைக்குக் குன்றி எடை தினம் இரு வேளை கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

இருமல், காசம், சயம், நீர்ரோகம், மகோதரம் முதலியன தீரும். குளிர்ந்த உடலினருக்குத் தேனிலும் சூட்டு உடலினருக்கு நெய்யிலும் கொடுப்பது நல்லது.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம். கபத்தை விருத்தி செய்யும் பண்டங்களை நீக்கவும்.

3. பவழப் பற்பம் (வேறு முறை)

சரக்கு

நற்பவழம்	பலம் 1
சடாமாஞ்சில்	கழஞ்சு 5
வீரம்	கழஞ்சு 1
மிளகு	கழஞ்சு 4

செய்முறை

இவைகளைக் கல்வத்தில் போட்டுக் குமரிச்சாறு விட்டு நான்கு சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டி வெயிலில் உலர்த்தி, அகலில் வைத்து மேல் மூடிச் சீலைமண் செய்து 20-25 வறட்டியில் புடம் இடவும். புடம் நன்றாய் ஆறின பின் வில்லையைப் பார்க்க வெளுத்திருக்கும். இதை அரைத்துப் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

கற்கண்டைக் கல்வத்தில் போட்டுப் பசுவின் நெய் விட்டு வெண்ணெய் போல ஆகும் வரையில் அரைத்து வழித்து வைத்துக்கொண்டு, வேளைக்குச் சுண்டைக்காய்ப் பிரமாணம் காலை, மாலை மேற்படி பற்பம் ஒரு குன்றி எடை கூட்டி உண்ணவும்.

தீரும் நோய்

இருமல், சயம், மேகச்சுரம் முதலியவைகள் குணமாகும். இந்தப் பற்பத்தை நீராகாரத்தில் போட்டுக் கொடுக்க நீர்ச்சுருக்கு, நீர் எரிச்சல், வெட்டை முதலியன குணமாகும்.

4. பவழப் பற்பம் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

ஒரு குடுவையில் சுண்ணக் கற்களைப் போட்டு, அதன் நடுவில் ஒரு பலம் தாளகத்தை வைத்துப் பனங்கள் விட்டுத் தாளித்துச் சூடு தணிந்த பின்னர் அடுப்பேற்றிச் சிறு தீயில் 1/4 மணிநேரம் எரித்துத் தாளகத்தை நீர் விட்டு அலம்பி எடுத்துக்கொள்ளவும். இங்ஙனம் 5 முறை ஆனபின் அதனைக் கல்வத்தில் இட்டு வெள்ளெருக்கம் பாலால் 4 சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டிக் காயவைத்துச் சிறு துண்டுகளாக உடைத்து ஒரு சிறு குடுவையில் இட்டு, அதன் மேல் பழச்சாற்றில் சுத்தி செய்த ஒரு பலம் பவழத்தைப் போட்டு, இவை யாவும் மூழ்க வெள்ளெருக்கம் பால் விட்டு, வாய்க்கு ஓடு மூடிச் சீலை செய்து 50 வறட்டியில் புடம் இடவும். குடுவையில் இருக்கும் மருந்தை ஒரு பீங்கானில் போட்டு, மருந்து பூக்கும் வரையில் தாய்ப் பால் தெளித்துக் கொண்டு வரவும். பின்னர் அந்த ஈரம் நீங்க வெயிலில் வைத்துச் சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

வேளைக்கு 1 அல்லது $^1/_2$ குன்றி நிறை நெய்யிலேனும் வெண்ணெயி லேனும் தினம் இரு வேளை உண்ணவும்.

தீரும் நோய்

ஈளை, காசம் முதலிய கபநோய்கள் நீங்கும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

5. பவழப் பற்பம் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

பவழத்தைச் சுத்தி செய்து, முயலின் இரத்தம் விட்டு நன்றாக அரைத்துச் சிறு வில்லைகளாகச் செய்து ஒரு தட்டான் குகையில் வைத்து மற்றொரு

குகையினால் மூடிச் சீலைமண் செய்து, குக்குடபுடம் இடவும் (1 முழ நீள, அகல, உயரமுள்ள புடம்).

பயன்பாடு

இப்பற்பத்தில் $^1/_2$ குன்றி நிறை எடுத்துப் பசுவின் நெய்யுடன் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

சயம், சுவாசம் முதலானவை தீரும்.

6. பவழப் பற்பம் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

ஐந்து பலம் பவழத்தை எலுமிச்சம் பழச் சாற்றில் ஊறப்போட்டு, நான்காவது நாள் நன்றாய் அலம்பி ஒரு சிறு குடுவையில் போட்டு, வெள்ளெருக்கம் பால் பவழத்திற்கு மேல் ஒரு அங்குலம் இருக்கும்படி விட்டுக் குடுவையின் வாய்க்குச் சில்லுமூடிச் சீலை செய்து காய வைத்துக் குழிதோண்டி, 35 வறட்டியில் புடம் போடப் பற்பமாகும். இதனைக் கல்வத்தில் இட்டுப் பூலாம்பழச் சாற்றில் 4 சாமம் அரைத்து வில்லை செய்து காய வைத்து அகலில் இட்டுச் சீலை செய்து காய்ந்தபின் முன்போல் புடமிடுக. இது நன்கு பூத்திருக்கும்.

பயன்பாடு

வேளைக்கு $^1/_2$ குன்றி எடை நெய், வெண்ணெய் முதலியவைகளில் கொடுத்துக் கொண்டுவரவும்.

தீரும் நோய்

சர்வ கபநோய்களையும், மேகம் சம்பந்தமான உடல் எரிச்சல், காங்கை, நீர் எரிச்சல், நீர்க்கட்டு முதலியவற்றையும் குணப்படுத்தும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

7. பவழச் சிலாசத்துப் பற்பம்

சரக்கும் செய்முறையும்

சுத்தி செய்த பவழம் பலம்-1. சுத்தி செய்த கற்பூர சிலாசத்து பலம்-1. இவ்விரண்டையும் கல்வத்தில் போட்டுப் பிரண்டைச்சாறு விட்டு நான்கு சாமம்

அரைத்து வில்லை தட்டி வெயிலில் உலர்த்தி அகலில் அடக்கி மேல் மூடிச் சீலைசெய்து முழுப்புடம் இடவும். புடம் ஆறின பின் பார்க்க வில்லை வெளுத்துப் பற்பமாக இருக்கும். இதைக் கல்வத்திலிட்டு அரைத்துச் சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இந்தப் பற்பத்தில் வேளைக்கு ஒரு குன்றி எடை, தினம் இரு வேளை வெண்ணெய், நெய் முதலிய அனுபானங்களில் கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

மேகச்சுரம், எலும்புருக்கி, மதுமேகம், வெள்ளை, வெட்டை, நீர்ச்சுருக்கு நீர் எரிச்சல், உட்டிண இருமல் முதலியன குணமாகும்.

இந்தப் பற்பத்தைத் தேனில் கொடுக்க மேக ஊறல், குன்மம், வாயு, ஆகியன தீரும்.

பத்தியம்

புளி தள்ளி, இச்சாபத்தியம்.

8. பலகறைப் பற்பம்

சரக்கும் செய்முறையும்

ஒரு மட்கலயத்தில் தேவையான அளவு பலகறையைப் போட்டு, அவைகள் மூழ்க எலுமிச்சம் பழச்சாறு விட்டு, ஒரு இரவு வைத்து மறுநாள் கலயத்தின் வாய்க்குப் பொருத்தமான மூடியால் மூடிச் சீலை, செய்து, 30-40 வறட்டியில் புடம் இடவும். புடம் நன்றாய் ஆறின பின் கலயத்திலிட்ட பலகறையைப் பார்க்க வெளுப்பாகப் பூத்திருக்கும். இதை நன்றாய் அரைத்துக் குப்பியிலிடவும்.

பயன்பாடு

இந்தப் பற்பத்தை வேளைக்குக் குன்றி எடை, தினம் இரு வேளை நெய், வெண்ணெய் முதலிய அனுபானங்களில் கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

நீர் எரிச்சல், பக்கசூலை, மார்பு நோய், வயிற்றுவலி, ஈரல் நோய், கபக்கட்டு ஆகியவைகள் தீரும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

9. வெள்ளைச் சங்கு பற்பம்

சரக்கும் செய்முறையும்

மூன்று பலம் சங்குத் தண்டுகளைக் கொண்டு வந்து, கறுந்துளசி இலையை நெகிழ அரைத்துச் சிறு தேங்காய் அளவு உருண்டையாகத் திரட்டி, அதனுள் செருகி மண்சீலை ஏழு செய்து, சிறிது ஈரம் வற்றச் சாம்பலில் புரட்டி எடுத்து, 50-60 வறட்டியில் புடம் இடவும். இது வெளுத்து இருக்கும். இந்தத் தண்டுகளை ஒரு கோப்பையில் போட்டுக் காற்று வாடையில் வைத்துவிடத் தானாகப் பூத்து மலரும். இதை அரைத்துச் சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இந்தப் பற்பத்தில் வேளைக்கு ஒரு குன்றி எடை தினம் இரு வேளை வெண்ணெய், நெய் முதலியவற்றில் 3-5 நாள் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

வெள்ளை, நீர்ச்சுருக்கு, நீர் எரிச்சல், நீர்க்கட்டு, தேகக்காங்கை, இருமல், காமாலை முதலியன குணமாகும்.

10. சிங்கி பற்பம்

சரக்கும் செய்முறையும்

அகத்திக்கீரையை அரைத்துச் சுமார் ஒரு தேங்காய் அளவு ஒரு சட்டியில் போட்டு, அதனிடையில் மான்கொம்பு சீவலைத் தேவையான அளவு செருகி அடுப்பில் வைத்து, மூலிகை தீயும் வரையில் எரித்து ஆறவிட்டு, மான்கொம்பு சீவலை எல்லாம் சேதப்படாமல் எடுத்து வைத்துக் கொள்க. அப்பால் நீர்முள்ளி இலையை நன்கு அரைத்துச் சுமார் ஒரு தேங்காய் அளவு உருண்டையாகத் திரட்டி, முன் எடுத்து வைத்துள்ள மான்கொம்பு சீவலை உள்ளே செருகி மண்சீலை 7 அல்லது 8 செய்து சிறிது உலர்த்தி 70-80 வறட்டியில் புடம் இடவும். புடம் நன்றாய் ஆறிய பின் நீர்முள்ளிக் கவசத்தில் இட்ட மான்கொம்பு சீவலைப் பார்க்க நன்றாய் வெளுத்து இருக்கும். இதை அரைத்துக் குப்பியிலிடுக.

இத சரியாக வெளுப்பு நிறமாகக் கண்களுக்குப் புலப்படாவிடில் மீண்டும் கல்வத்திலிட்டு வெள்ளாட்டுப் பால் அல்லது ஆவின் பாலைச் சிறுக விட்டு 1-2 சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டி உலர்த்தி அகலில் இட்டு, மேல் அகல் மூடிச் சீலை செய்து 50-60 வறட்டியில் புடமிட நல்ல பற்பம் ஆகும்.

பயன்பாடு

கபம் அதிகரித்தபோது இந்தப் பற்பத்தில் வேளைக்கு 2-3 குன்றி எடை தினம் இரு வேளை தேனில் கொடுத்து வருக.

தீரும் நோய்

மார்பு நோய், இடுப்புவலி முதலியவற்றிற்குக் குன்றி எடையாகத் தினம் இரு வேளை நெய்யில் கொடுத்து வருக.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

11. சிங்கி பற்பம் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

இரண்டு பலம் எடையுள்ள மான் கொம்பைக் கொண்டுவந்து சுண்டுவிரல் கனமும், 1 அங்குல நீளமும் இருக்கும்படி பிளந்து வைத்துக் கொள்க.

அகத்திக் கீரையும் உளுத்தம்பருப்பும் சமனெடையாகக் கூட்டி அரைத்து முன் சித்தப்படுதிய ஒவ்வொரு துண்டுக்கும் விரல்கனம் இருக்கும்படி கவசம் இட்டுச் சிறிது உலர்த்திப் புற்றுமண்ணைச் சிறிது நீர் விட்டுப் பதமாக அரைத்துச் சீலைக்குத் தடவி, ஒவ்வொன்றிற்கும் ஏழு சுற்று சுற்றி, ஈரம் வற்றச் சாம்பலில் புரட்டி எடுத்து 60-70 வறட்டிகளின் நடுவில் பரப்பிவைத்துத் தீமூட்டவும். மான்கொம்புகள் வெந்து வெளுத்திருக்கும். இப்படி வெளுத்த மான்கொம்புகளைக் கல்வத்தில் போட்டுக் குமரிச்சாறு விட்டு நான்கு சாமம் அரைத்துக் காலணா கனமும் அரையணா அகலமும் இருக்கும்படி வில்லைகள் செய்து வெயிலில் உலர்த்தி, அகலில் பரப்பி மேல் அகல் மூடிச் சீலை செய்து 50 வறட்டியில் புடம் இடவும். இது நல்ல பற்பமாகும். இதை அரைத்துக் குப்பியிலிடுக.

பயன்பாடு

இந்தப் பற்பத்தில் வேளைக்கு ஒரு குன்றி எடை தினம் இரு வேளை நெய். தேன் முதலிய அனுபானங்களில் கொடுத்து வருக.

தீரும் நோய்

மார்பு நோய், இருமல், கபக்கட்டு, அக்கினிமந்தம் முதலியன குணமாகும். இதனுடன் சிறிது பவழப்பற்பம் கூட்டிக் கொடுக்க மிகுந்த நன்மையைத் தரும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

குறிப்பு

அகத்திக்கீரையையும் உளுந்தையும் கூட்டி அரைத்துக் கவசமிட்டுப் புடம் இட்ட மான் கொம்பு தண்டுகளைக் குமரிச் சாற்றில் அரைப்பதற்குப் பதிலாகப் பொடுதலை இலையை அரைத்துக் கவசமிட்டு மண்சீலை செய்து 40-50 வறட்டியில் புடம் இட்டு எடுத்துக் கொள்வதும் சிலர் வழக்கம்.

12. சிங்கி பற்பம் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

சிருங்கி என்று சொல்லப்பட்ட புள்ளிமான் கொம்பைக் கொண்டுவந்து சிறு துண்டுகளாக நறுக்கிப் பலபக்குச்சி கனத்திற்குப் பிளந்து, மூன்று பலம் எடைக்கு ஒரு மட்கலயத்தில் போட்டு, இவைகள் மூழ்கச் சிற்றாமணக்கெண்ணெய் விட்டு 10 நாள் வரையில் ஊறவிட்டு எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

முழ அகலம், நீளமுள்ள சீலையை இரண்டு மடிப்பாக மடித்துப் போட்டு, அதனில் முன் ஊறப்போட்டு வைத்துள்ள மான்கொம்பு துண்டுகளை வைத்துச் சுருட்டி, சிற்றாமணக்கெண்ணெயில் தேய்த்து 20-30 வறட்டியின் நடுவில் வைத்துத் தீ மூட்டவும். புடம் ஆறினபின் மான் கொம்புகளைப் பார்க்க நன்றாய் வெந்திருக்கும். இவற்றைச் சேதப்படாமல் எடுத்துக் கல்வத்தில் போட்டு வெள்ளாட்டுப் பால் விட்டு நான்கு சாமம் அரைத்து மெழுகு பதத்தில் காலணா அகலமும் கனமும் உள்ள வில்லைகளாகச் செய்து உலர்த்தி அகலில் பரப்பி மேல் அகல் மூடிச் சீலை செய்து 30-40 வறட்டியில் புடமிட நல்ல பற்பமாகும். இதைக் கல்வத்தில் இட்டு நன்கு அரைத்துக் குப்பியிலிடுக.

பயன்பாடு

இந்தப் பற்பத்தில் வேளைக்குக் குன்றி எடை, தினம் இரு வேளை வெண்ணெய், நெய், தேன் முதலிய அனுபானங்களில் கொடுத்து வருக.

தீரும் நோய்

கபம் சம்பந்தமான இருமல், ஈளை, வாயு சம்பந்தமான மார்புவலி, வயிற்றில் சஞ்சரிக்கும் வாயு, தேக உளைச்சல் முதலியன குணமாகும்.

பத்தியம்

வாத, சீதளப் பண்டம் நீக்கி, இச்சாபத்தியமாக இருத்தல் நன்று.

13. சுவர்ணமுத்துப் பற்பம்

சரக்கும் செய்முறையும்

சுருள் தங்கரேக்கு, கெட்டிமுத்து, நற்பவழம் வகைக்கு ஒரு வராகன் எடையாகக் கல்வத்தில் போட்டு, பிரண்டைச்சாறு விட்டு மூன்று சாமம் நன்றாய் அரைத்து வில்லை தட்டிக் காயவைத்துப் பொருத்தமான அகலில் வைத்து மேல் மூடிச் சீலை செய்து, 75 வறட்டியில் புடம் இடவும். இது நன்றாய் ஆறினபின் அகலில் இட்டு வில்லையைப் பார்க்கச் சுண்ணமாக இருக்கும். இதை அரைத்துச் சீசாவில் பத்திரப்படுத்துக.

பயன்பாடு

இந்தச் சுண்ணத்தில் வேளைக்கு 1 $^1/_2$ அரிசிப் பிரமாணம் தினம் இரு வேளை, நோய்க்கு ஏற்ற அனுபானங்களில் கொடுத்து வருக.

தீரும் நோய்

இருமல், சயம், காசம், ஈளை, எலும்புருக்கி முதலியன குணமாவதுடன், நல்ல தேக ஒளிர்வும் பலமும் உண்டாகும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

குறிப்பு

இது சுண்ணமானபடியால் ஆரம்பிக்கும்பொழுது முதலில் சிறிது கடுமையானதாக இருக்கும். ஆகையால் கற்கண்டைக் கல்வத்தில் போட்டுப் பசுவின் நெய்விட்டு வெண்ணெய் பதத்திற்கு அரைத்து வைத்துக்கொண்டு, வேளைக்குச் சுண்டைக்காய் அளவு எடுத்து அதனில் இந்தப் பற்பத்தை மத்தித்துக் கொடுக்க, மருந்தின் வேகம் குறையும். அல்லது ஒரு பெரிய தேங்காயைத் துருவி எடுத்து அதனில் புளியங்கொட்டை மேல் தோலை இடித்துச் சூரணம் செய்து சுமார்

2 $^1/_2$ தேக்கரண்டி அளவு கூட்டிப் பிசறிப் பிழிய நெய் காணும். வேளைக்கு 20 துளியாக விட்டு அதனில் இச்சுண்ணத்தைக் கூட்டிக் கொடுப்பது சாலச் சிறந்தது.

14. நாகரசப் பற்பம்

சரக்கும் செய்முறையும்

இலுப்பை எண்ணெயில் இருபத்தொரு முறை உருக்கிக் காய்ந்த நான்கு தோலா நாகத்துடன், நான்கு தோலா வாலைரசத்தைத் தொந்தித்துக் கல்வத்தில் போட்டு, அதனுடன் எட்டு தோலா சுத்தி செய்த சங்கு பாடாணத்தைக் கூட்டி 80-தோலா எடையுள்ள வெள்ளைச் சாட்டரணைச் சாற்றைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக விட்டுக் கை ஓயாமல் நன்றாக அரைத்து, மெழுகுபதம் வந்த சமயம் பட்டாணி அளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும்.

அப்பால் குழம்புச் சட்டியைப் போன்ற வாயகன்ற சட்டியைக் கொண்டு வந்து, நடுவில் முன் முடித்து வைத்துள்ள மாத்திரையைக் குவித்து அதன் மேல் 10-தோலா எடை உள்ள செப்புத்தட்டை 3-அங்குலம் உயரமும் 4-அங்குலம் அகலமும் இருக்கும்படியாகக் கிண்ணம் போல் செய்து மூடவும். சட்டியின் அடிப்பாகத்திற்கும் கிண்ணத்தின் பொருத்து வாய்க்கும் இடையில் ஏற்பட்ட சந்துக்கு உளுந்து சீலை செய்து காயவிட்டு, இரண்டரை வீசை இந்துப்பைப் பொடி செய்து போட்டு அழுத்தி அடுப்பில் வைத்து, அரசங்கட்டையில் ஒரு சாமம் தீபாக்கினியாகவும், இரண்டு சாமம் கமலாக்கினியாகவும், மூன்று சாமம் காடாக்கினியாகவும் எரிக்கவும். இரண்டு நாள் ஆறவிட்டுச் சட்டியில் இட்ட மாத்திரைகளை அரைத்துப் பத்திரப்படுத்துக. இது வெளுப்பாக இருக்கும். சில சந்தர்ப்பம் எரிப்புக் குறைவால் சரிவர முடியாமல் நிறம் பேதப்பட்டால் மறுபடியும் கல்வத்திலிட்டு வெள்ளைச் சாட்டரணைச் சாற்றில் இரண்டு சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டி உலர்த்தி அகலில் வைத்து மேல் மூடிச் சீலை செய்து 20 வறட்டியில் புடமிட வெளுக்கும்.

பயன்பாடு

இந்தப் பற்பத்தில் வேளைக்கு 2-3 அரிசி அளவு நெய், தேன் முதலிய அனுபானங்களில் கொடுத்து வருக.

தீரும் நோய்

மஞ்சள், வெள்ளை, பட்சவாதம், திமிர், சயம், காசம் முதலியவை குணமாவதுடன் நல்ல ஒளிர்வும் பலமும் சுக்கில விருத்தியும் உண்டாகும்.

பத்தியம்

புளி தள்ளி, இச்சாபத்தியம்.

15. வெள்வங்கப் பவழப் பற்பம்

சரக்கும் செய்முறையும்

ஒரு பலம் சுத்தி செய்த வெள்வங்கத்தை ஒரு இரும்புக் கரண்டியில் போட்டு உருக்கி, ஒரு பலம் பாதரசத்தைத் தொந்தித்துக் கல்வத்தில் போட்டு அரைக்கப் பொடியாகும். இதனில் ஒரு பலம் சுத்தி செய்த பவழத்தைப் பொடி செய்து போட்டுச் சுண்ணநீர் விட்டு, நாள் ஒன்றுக்கு நான்கு சாமம் வீதம், இரண்டு மூன்று நாள் அரைத்து மெழுகு பதத்தில் வில்லை தட்டிக் காயவைத்து அதன்மேல் 7 சுண்ணச் சீலை செய்து நன்குலர்த்தி 30-40 வறட்டியில் புடம் இடவும். புடம் ஆறின பின் சுண்ணச் சீலையை நீக்கி வில்லையைக் கல்வத்தில் போட்டுச் சுண்ண நீர்விட்டு நான்கு சாமம் அரைத்துச் சிறு வில்லைகளாகத் தட்டி உலர்த்தி ஒரு அகலில் பரப்பி மேல் அகல் மூடிச் சீலை செய்து உலர்த்தி, 30 வறட்டியில் புடம் இடவும். இவ்விதம் பின்னும் ஒரு புடம் இட்டு எடுக்க நல்ல பற்பமாகும். அரைத்துக் குப்பியில் இடவும்.

பயன்பாடு

இந்தப் பற்பத்தில் வேளைக்கு $^1/_2$ -1 குன்றி எடை எடுத்து நெய், வெண்ணெய் முதலிய அனுபானங்களில் தினம் இரு வேளை, 7நாள் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

மூலம், அத்திசுரம், எலும்புருக்கி, தீராத வெள்ளை, நீர்ச்சுருக்கு, மேகவாயு, சூலை, கிரந்தி முதலியவை குணமாகும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

குறிப்பு

சிலர் சுண்ணநீருக்குப் பதிலாகக் குப்பைமேனிச் சாற்றால் அரைத்துப் புடம் இடுவது வழக்கம்.

16. வெள்ளிப் பற்பம்

சரக்கும் செய்முறையும்

ஒரு பலம் வெள்ளிச் சரிகையை ஒரு குடைவான மண்ணோட்டில் வைத்துக் கன்னான் உலையில் இட்டு ஊதிச் செந்நிறமாக இருக்கும்போது மணித்தக்காளி இலைச் சாற்றில் கொட்டவும். மீண்டும் இந்தச் சரிகையை எடுத்து மண்ணோட்டிலிட்டு உலையில் வைத்து ஊதிச் செந்நிறமாக இருக்கும்போது முன்போல் மணித்தக்காளி இலைச்சாற்றில் கொட்டவும். இப்படி 5 முறை செய்தபின் கல்வத்தில் போட்டு மணித்தக்காளிச் சாறு விட்டு 4 சாமம் நன்றாய் அரைத்து ஒரே வில்லையாகத் தட்டி வெயிலில் உலர்த்தி, அகலில் வைத்து மேல் அகல் மூடிச் சீலை செய்து, 20 வறட்டியில் புடம் இடவும். புடம் ஆறின பின் அகலில் இட்ட மருந்தைப் பிரமதண்டு இலைச்சாறு, உப்பிலாங் கொடிச்சாறு, சிறுகாஞ்சொறி இலைச்சாறு ஆக ஒவ்வொன்றிலும் தனித்தனியே 4 சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டி உலர்த்தி முன்போல் புடமிட்டு எடுக்க நல்ல பற்பமாகும். இதை அரைத்துச் சீசாவில் இடவும்.

பயன்பாடு

இந்தப் பற்பத்தில் வேளைக்கு ஒரு துவரம் பருப்பு அளவு தினம் இரு வேளை தாதுவிருத்திக்குரிய ஏதேனும் ஒரு இலேகியத்தில் அனுபானமாக வைத்து 20 நாள் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

தாதுவிருத்தி உண்டாகும். இருமல் குணமாகும்.

பத்தியம்

பத்தியம் இல்லை. நல்ல ஆகாரம் உட்கொள்ளவும்.

17. மான்கொம்புப் பற்பம்

சரக்கும் செய்முறையும்

அரத்தினால் இராவி எடுத்த 5 தோலா மான்கொம்புப் பொடியுடன் சமனெடை ஓமம் சேர்த்து ஒரு குடுவையில் போட்டு நிறைய வெள்ளெருக்கம் பால் விட்டு 3 நாள் ஊறவைத்து, நான்காவது நாள் ஓடுமூடிச் சீலை செய்து காய்ந்தபின் 150 வறட்டியில் புடமிடுக. ஒருவேளை கறுத்திருப்பின் அதனை வெள்ளெருக்கம் பாலால் அரைத்து வில்லை செய்து காயவைத்து ஒட்டிடைக்குச் சீலை செய்து 100 வறட்டியில் புடமிடவும். நல்ல பற்பமாகும்.

பயன்பாடு

இதனில் வேளைக்கு 1/2 குன்றி அளவு தினம் இரு நேரம், 14 நாள் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

சுரம், இருமல், பேதி இத்தியாதி கூடிய சயம் ஆகியவை குணமாகும்.

பத்தியம்

கோதுமை ரவையை நெய்யில் வறுத்துப் பாலிட்டுக் கஞ்சி செய்து பருகவும். வேறொன்றும் ஆகாது.

18. மான்கொம்புப் பற்பம் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

இரண்டு பலம் புள்ளிமான் கொம்பைச் சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி, கோமியத்தில் ஒரு நாள் ஊறப்போட்டு, மறுநாள் அலம்பி எடுத்துப் பத்து வறட்டியின் நடுவில் வைத்துப் புடம் இடவும். வெந்தபின் கல்வத்தில் இட்டுக் கற்சங்கன் இலைச் சாற்றால் இரண்டு சாமம் அரைத்து வில்லை செய்து காயவைக்கவும். பின் கழற்சி இலையை அரைத்து விளாங்காய் அளவு கவசம் இட்டு, மண்சீலை செய்து, சாம்பலில் புரட்டி, 40 வறட்டியில் புடமிடப் பற்பமாகும்.

பயன்பாடு

வேளைக்குப் பணவெடை அளவு தினம் இரு வேளை நெய், வெண்ணெய் ஆகியவைகளில் உண்ணவும்.

தீரும் நோய்

நீரடைப்பு, நீர் எரிச்சல், சயம், ஈளை, மேகக்காங்கை, மார்பு நோய் முதலியவைகளைக் குணப்படுத்தும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

19. மேகராசாங்கப் பற்பம்

சரக்கும் செய்முறையும்

கல்மதம், கல்நார், சிலாசத்து வகைக்குப் பலம்-1. இம்மூன்றினையும் ஒரு மட்பாத்திரத்தில் போட்டு, அரைப்படி பனங்கள் ஊற்றிச் சிறு தீயாக எரித்து

ஆறியபின் நீர் விட்டு அலம்பிக் கல்வதில் இட்டுக் கோங்கிலவம்பட்டைச் சாற்றில் எட்டு சாமம் அரைத்து வில்லை செய்து காயவைத்து அகலில் அடக்கிச் சீலை செய்து காய்ந்த பின், 25 வறட்டியில் புடம் இடுக. இம்மருந்துடன் கெட்டிமுத்து பலம் 1/4, நற்பவழம் பலம் 1/4 கூட்டிப் புளிப்புமாதுளம் பழச்சற்றில் 8 சாமம் அரைத்துச் சிறு வில்லைகள் செய்து வெயிலில் உலர்த்தி, அகலில் பரப்பி மூடிச் சீலை செய்து காய்ந்த பின் 20 வறட்டியில் புடம் இடுக. இதனை மறுபடியும் புளிப்புமாதுளம் பழச் சாற்றில் அரைத்து முன்போல் 5 புடம் போடப் பற்பமாகும்.

பயன்பாடு

வேளைக்கு $^1/_2$ அல்லது 1 பணவெடை தினம் இரு வேளை வெண்ணெயில் உட்கொள்ள அத்திசுரமும்; இளநீரிலுண்ணக் கல்லடைப்பு, நீரடைப்பு, சதையடைப்பும்; நெய், தேன் இவைகளில் கொள்ள நாட்பட்ட சயம், காசம், புண்புரை, எலும்புருக்கி முதலியனவும் தீரும். இதனைப் பிணியாளர் எவ்வகை நிலையில் இருப்பினும் மெதுவாகக் கொடுத்துக் கொண்டு வரலாம். மருந்தினால் உபத்திரவம் ஒன்றும் உண்டாகாது.

20. பூநாகப் பற்பம்

சரக்கும் செய்முறையும்

ஒரு வீசை செம்மண் பூநாகம் கொண்டுவந்து மோரில் போட்டு எல்லாம் கக்கின பின் சுத்தமாக அலம்பிக் காய வைத்து இடிக்கவும். பின் கல்வத்தில இட்டு ஆடுதின்னாப் பாளைச் சாற்றில் ஒரு நாள் அரைத்து வில்லை செய்து காயவைத்து அகலில் இட்டுச் சீலை செய்து, 100 வறட்டியில் புடமிடவும். இங்ஙனம் 9 புடமிடப் பற்பமாகும்.

பயன்பாடு

வேளைக்கு $^1/_2$ அல்லது ஒரு குன்றி நிறை நெய், தேன் முதலியவற்றுள் தினம் இரு வேளை 15 நாள் கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

கொடிய காசம், மேகச்சுரம், தாகம் முதலியவைகளைப் பரிகரிக்கும்.

பத்தியம்

சமயத்துக்கேற்றவாறு பத்தியம் இருத்தல் நலம்.

21. இரசப் பற்பம்

சரக்கும் செய்முறையும்

சுத்தி செய்த பாதரசம் 4 வராகன் எடை எடுத்து ஒரு கொப்பரைத் தேங்காய்க்குள் அடைத்து நன்றாக மூடவும். குதிரை லாயத்தில் சிறிய குழி தோண்டி, மூத்திரம் சாரும் வண்ணம் பூமியில் மேற்சொன்ன கொப்பரையைப் புதைத்து 40 நாட்கள் சென்றபின் இரசத்தை தனியாக எடுத்து, ஒரு செப்புக் குழாய்க்குள்ளோ அல்லது பித்தளைக் குழாய்க்குள்ளோ அடைக்கவும். பின்பு சீலைமண் செய்து ஒரு பானைக்குள் இதை வைக்கவும். பானைக்குள் மணலைப் போட்டு, பானையை அடுப்பின் மேலேற்றி 60 நாழிகைக் கமலாக்கினியாக எரிக்கவும். சூடாறிய பின் இதை எடுத்து உடைக்கத் துல்லியமான பாதரசப் பற்பம் கிடைக்கும்.

பயன்பாடு

தக்க அனுபானங்களில் கொடுத்துவரக் காசம், சுவாசம், இரைப்பு, ஈளை, இருமல் ஆகியவைகள் குணமாகும்.

22. இரசப் பற்பம் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

சீற்றாமணக்கு வேர்ப்பட்டையைத் தண்ணீர் விட்டு நன்றாக அரைத்து விளாங்காய் அளவு எடுத்துக் குகையாகச் செய்யவும். அதனுள் சுத்திசெய்த பாதரசத்தை 8 வராகன் எடை விட்டு மறுபடியும் அதன் வேர்ப்பட்டையை அரைத்த விழுதினால் மூடவும். ஒரு சட்டியில் உப்பைப் பரப்பி அதன்மேல் மேற்சொல்லிய விழுதை வைத்து மறுபடியும் உப்பைப் போட்டு மூடி மேலே வாய்க்குப் பொருந்தும் ஒரு சட்டியினால் மூடிச் சீலைமண் செய்யவும்.

நன்றாகக் காய்ந்த பின்னர் இதனை அடுப்பின் மேலேற்றி 2 நாட்கள் வரை இரவு, பகல் விடாமல் ஒரே விதமான விறகினால் எரிக்கவும்.

பின்னர் மருந்து தானாகவே ஆறிய பின் மூன்றாம் நாள் காலை சீலைமண்ணைத் திறந்து பார்க்க இரசப்பற்பம் கிடைக்கும். இதனைப் பொடி செய்து ஒரு சிமிழில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

காலை நேரங்களில் தேனில் உட்கொள்ளவும். இவ்வாறு 3 நாட்கள் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

ஐய நோய்கள் குணமாகும்.

பத்தியம்

பசுவின் பால், நெய் சேர்த்துக் கொண்டு புளிப்பு, உப்பு, முதலான சுவையுள்ள பதார்த்தங்களை நீக்கிவிடவும்.

23. தாளகப் பற்பம்

சரக்கும் செய்முறையும்

தாளகம் ஒரு பலம் எடுத்துச் சுத்தி செய்து, சர்க்கரை 2 பலத்துடன் கூட்டி வெற்றிலைக் காம்பின் சாற்றினால் 2 நாழிகை அரைத்து வில்லைகளாகத் தட்டி, நிழலில் காயவைத்துக் கொள்ளவும். இதைக் காகிதத்திற்குள் வைத்துச் சுருட்டி மேலே புளியஞ்சாம்பலைக் குழைத்துப் பூசவும். இவ்வாறு மூன்று தடவை பூசவும். அதற்கு மேல் 4 தடவை சீலைமண் செய்து, ஒரு முழ நீள, அகலமுள்ள குழியில் வறட்டிகளை அடுக்கி அதன் நடுவில் இதை வைத்து மேலும் எருமுட்டைகளை வைத்துப் புடம் இடவும்.

பயன்பாடு

இப்பற்பத்தை எடுத்துத் தேனில் குழைத்துச் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

சூலை, வாத, ஐய, சுவாச காசங்கள் தீரும்.

24. முத்துச்சிப்பிப் பற்பம்

ஐந்து பலம் முத்துச்சிப்பியை 10 வறட்டியின் நடுவில் வைத்துப் புடம் இட்டு வெந்தபின் கல்வத்தில் இட்டுக் குமரிச்சாற்றினால் இரண்டு சாமம் அரைத்து வில்லை செய்து வெயிலில் உலர்த்தவும். பொன்னாங்காணி இலையை அரைத்துச் சிறு தேங்காய் அளவு அவ்வில்லைக்குக் கவசம் செய்து, இரண்டு மூன்று சீலை செய்து சாம்பலில் புரட்டி, 30 வறட்டியில் புடம் இடப் பற்பமாகும்.

பயன்பாடு

வேளைக்கு 1 அல்லது $^1/_2$ பணவெடை தினம் இரு வேளை, ஏழு அல்லது பத்து நாள் நெய்யில் கொள்ள, உட்டிணத்தால் உண்டான கபநோய்கள் ...ர்த்தியாகும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

25. வெங்காரப் பற்பம்

சரக்கும் செய்முறையும்

இரண்டு பலம் பொரித்த வெங்காரத்தைக் கல்வத்தில் இட்டு, வயல் நண்டுச் சாற்றினால் இரண்டு சாமம் அரைத்து வில்லை செய்து உலர்த்தவும். முள்ளங்கி இலையை அரைத்து விளாங்காய் அளவு வில்லைக்குக் கவசமிட்டு, மண்சீலை செய்து சாம்பலில் புரட்டி, 30 வறட்டியில் புடம் இடப் பற்பமாகும்.

பயன்பாடு

வேளைக்கு $^1/_2$ அல்லது 1 குன்றி எடை, சமயத்துக்கேற்ப அனுபானங்களில் கொடுக்கச் சீதள சம்பந்தமான இருமல், சுரம் முதலிய பிணிகள் நீங்கும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

26. மகா பூபதி பற்பம்

சரக்கு

பவளப் பற்பம்	1	பங்கு
வெங்காரப் பற்பம்	2	"
மான்கொம்புப் பற்பம்	3	"
ஆமையோட்டுப் பற்பம்	4	"
முத்துச்சிப்பிப் பற்பம்	5	"
கருடக்கல் பற்பம்	6	"
படிகாரப் பற்பம்	7	"
சங்குப் பற்பம்	8	"

செய்முறை

இவைகளைக் கல்வத்தில் இட்டு அரைத்துச் சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

வேளைக்கு 1 அல்லது 2 குன்றி நிறை எடுத்து நெய் அல்லது வெண்ணெயில் தினம் இரு வேளை உண்ணவும்.

தீரும் நோய்

நீரடைப்பு, கல்லடைப்பு, சதையடைப்பு, நீரெரிச்சல், நீர்க்கட்டு, மார்புநோய், சயம், ஈளை, மேகக்காங்கை முதலியவைகள் தீரும்.

பத்தியம்

பிணிக்கேற்ற பெற்றி அறிந்து ஒவ்வாத பதார்த்தங்களை நீக்கி உண்க.

27. கறுவங்கப் பற்பம்

சரக்கும் செய்முறையும்

சுத்தி செய்த இரண்டு பலம் கறுவங்கத்தை உருக்கி, வெள்ளைப்பூ, வாடாமல்லிச் சமூலத்தைச் சிறுக நறுக்கிக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாய்ப் போட்டுக் கரண்டியால் தோய்த்துக் கொண்டிருக்க, 2-3 மணி நேரத்திற்குள் மஞ்சள் வண்ணமான பற்பமாகும். இதனைக் கல்வத்தில் இட்டு மேற்குறித்த மூலிகைச் சாற்றில் 4 சாமம் அரைத்து, விரல்போல் திரட்டிக் காயவைத்துக் கல்லாலங்கட்டையை (குருவி ஆலங்கட்டை) ஒரு முழ நீளமுள்ளதாகக் கொண்டுவந்து நெடுக சாண் ஆழம் இறங்க நடுவில் தமரிட்டுக் குடைந்து அதில் முன்னே சித்தப்படுத்திய கறுவங்கத்தைச் செலுத்தித் துவாரத்திற்கு முன் குடைந்தெடுத்த சக்கைகளைப் போட்டு அடைத்துக் கோணியினால் சீலை செய்து உலர்த்திக் குழிவெட்டிக் கனபுடமாக 800 வறட்டிகளைக் கட்டைக்குக் கீழும் மேலும் அடுக்கி, புளியம்புறணி போட்டுப் புடம் வைத்து 5-6 நாள் சென்றபின் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக மேல் சாம்பலைத் தள்ளிச் சீலையின் மத்தியிலிருக்கும் பற்பத்தைக் கவனமாக எடுத்துச் சீசாவில் பதனம் செய்யவும்.

பயன்பாடு

வேளைக்கு $^1/_2$ முதல் 1 குன்றி நிறை வரை தினம் இரு வேளை நெய்யிலேனும் வெண்ணெயிலேனும் 7 நாள் குழைத்து உண்ணவும்.

தீரும் நோய்

கறுமேகம், மேகவிரணம், வெள்ளை முதலிய கடும் பிணிகள் தீரும். இதன் குணத்தை மருந்து உண்டது முதல் சற்றேறக் குறைய 15 நாள் வரையில் பொறுமையுடன் இருந்துப் பின் போதிய குணம் இல்லை எனின் மற்றொரு முறையும் உட்கொள்ளல் வேண்டும். வியாதி எத்துணைக் கடினமுடையதேனும் மூன்று முறையில் குணமாகும் என்பது தேற்றம். குட்டத்திற்கும் மேகத்தடிப்பிற்கும் 6 முறையாக 10 நாள் இடைவிட்டு விட்டுச் சாப்பிடுதல் வேண்டும். இந்தப் பற்பத்தை

அதிசாரபேதி, பிரசவத்திற்குப்பின் வரும் கிராணி, சயம், ஈளை, இருமல், தீரா விக்கல், எலிக்கடி முதலிய பிணிகளுக்குத் தேனிலேனும் நெய்யிலேனும் குழைத்துக் கொடுத்தல் நலம்.

28. செம்புப் பற்பம்

சரக்கும் செய்முறையும்

சுத்தி செய்த செம்பு 10 கழஞ்சு எடுத்து ஈசலிறகைப் போல் மெல்லிய தகடாகத் தட்டிக்கொள்ளவும். ஒரு விரற்கடை நீளம் உள்ளதாக அதைக் கம்பியாகக் கத்தரித்துக் கொள்ளவும். இத்துண்டுகளை எருக்கம் பாலில் 3 நாள் ஊறவைக்கவும்.

ஒரு கல்வத்தில் சுத்திசெய்த இரசம் 3 கழஞ்சு, சுத்தி செய்த நெல்லிக்காய் கந்தகம் 5 கழஞ்சு, சுத்தி செய்த வெள்ளைப் பாடாணம் 1 கழஞ்சு போட்டு நன்றாக மத்திக்கக் கறுப்பான பொடியாகும். பின்பு அழிஞ்சில் பருப்பு ஒரு உழக்குப் போட்டு, எருக்கம் பழுப்புச் சாறு விட்டு நன்றாக அரைத்து ஒரு குகை செய்து கொள்ளவும். இதை நிழலில் நன்றாக உலர்த்திக் கொள்ளவும். முன்னே சொல்லப்பட்ட தூளையும் செம்புத் தகட்டைக் கம்பிகளாக்கியதையும் தூளாக்கிக் குகைக்குள்ளே வைத்து மூடி, வெள்ளைத் துணியினால் அதன் மேல் சுற்றவும். இவ்வாறு மூன்று அல்லது நான்கு தடவை சுற்றவும்.

ஒரு சட்டியை எடுத்து அதற்குள்ளே துணி சுற்றிய குகையை வைத்துச் சட்டியின் வாயைத் தகுந்த ஒரு ஓட்டினால் மூடிச் சீலைமண் செய்யவும். ஒரே அளவு நிறையுள்ள வறட்டிகளை வராகபுடமாக அடுக்கி, அதன் நடுவில் சட்டியை வைத்துப் புடமிடவும்.

பயன்பாடு

புடம் ஆறியபின் கலசத்தைத் திறந்து மருந்தை எடுத்துக் கொள்ளவும். நோயின் பலம் அறிந்து தேனில் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

குன்மம், ஈளை, இருமல், காசம் முதலியன.

29. அரிதாரப் பற்பம்

சரக்கும் செய்முறையும்

வெந்த மண்டையோட்டைக் கொண்டு வந்து, கல்வத்தில் இட்டுச் சுண்ணாம்பு நீர் விட்டு நன்றாக அரைத்துத் தட்டான் பொன்னை உருக்குவதற்கு

வைத்திருக்கும் மண் குகையைப் போல் வேண்டிய அளவுக்குக் குகை செய்து கொள்ளவும்.

அது நன்றாகக் காய்ந்தவுடன், சுத்திசெய்த தாளகத்தை அதனுள் வைத்து மூடிச் சீலை மண் செய்யவும். சாண் நீள, அகலம் உள்ளக் குழியை வெட்டி அதில் வறட்டிகளை அடுக்கி அதனுள் மேற்படி குகையை வைத்துப் புடம் போடவும்.

பயன்பாடு

சுத்தமான தாளகப் பற்பம் கிடைக்கும். இதை நோயாளியின் உடம்பு பலம், காலம், ஆகியவைகளை அறிந்து ஒன்று அல்லது 2 அரிசி எடை வீதம் தேனில் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

ஈளை, இருமல், உளைமாந்தம், மந்தாரகாசம், சயம், வண்டுக்கடி, குட்டம், எலிக்கடி முதலிய நோய்கள் தீரும்.

30. அரிதாரப் பற்பம் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

அரிதாரம் 2 பலம் ஒரே கட்டியாக எடுத்துச் சுண்ணாம்பிற்குள் பொதித்து வைத்து 2 அல்லது 3 நாட்கள் சென்ற பின்பு எடுத்து நன்றாகக் கழுவிவிடவும். பின்பு கற்றாழஞ் சாற்றில் ஒரு நாள் அரைக்கவும். புரசம்பட்டைச் சாற்றில் மறுநாள் அரைக்கவும். எருக்கம் பாலில் ஒருநாள் முழுவதும் அரைத்து வில்லைகளாகச் செய்யவும். நன்றாக உலர்ந்தபின், ஒரு புதுச்சட்டியில் 2 படி உப்பை இட்டு அதற்கு மேல் ஒரு உழக்குப் புளியஞ் சாம்பல் போட்டு அதன் மேல் வில்லைகளை வைக்கவும். அதன்மேல் மறுபடியும் புளியம்புறணி சுட்ட சாம்பலை இட்டு 2 படி உப்பைப் போடவும். அச்சட்டியின் வாய்க்குப் பொருந்தும்படியான ஒரு மூடியால் அகலினால் மூடிச் சீலைமண் செய்யவும். இதனை அடுப்பின் மேலேற்றி 12 சாமங்கள் மந்தாக்கினியாக எரிக்கவும். சுத்தமான அரிதாரப் பற்பம் கிடைக்கும்.

பயன்பாடு

இதில் 3 $^{1}/_{2}$ குன்றி அளவு எடுத்துச் சாப்பிட்டு வரவும்.

தீரும் நோய்

- ❖ தும்பைச் சாற்றில் உட்கொள்ள குளிர் சுரம் தீரும்.
- ❖ திப்பிலிச் சூரணத்துடன் உட்கொள்ள சந்தி தீரும்.

- ❖ தேங்காய்ப் பாலுடன் அருந்திவர வாத, கப நோய்கள் குணமாகும்.
- ❖ வெற்றிலைச் சாற்றுடன் சேர்த்துச் சாப்பிடக் கபம் போகும்.
- ❖ வெண்ணெயுடன் குழைத்து நல்க விக்கல் நிற்கும்.
- ❖ சுக்கு, திப்பிலி, மிளகுச் சூரணத்துடன் சாப்பிடச் சுவாசகாசம் தீரும்.
- ❖ மோரில் உட்கொள்ள அதிசாரம் தீரும்.
- ❖ நெற்பொரிமாவுடன் சாப்பிட வாந்தி நிற்கும்.
- ❖ மருதம்பட்டைச் சாற்றில் சாப்பிட்டால் சுக்கிலமேகம் நிற்கும்.
- ❖ முறைக்காய்ச்சலுக்குக் குப்பைமேனிச் சாற்றில் உண்ணவும்.
- ❖ இரத்தப்பித்தம் தீரவேண்டுமானால் செங்கழுநீர்க் கிழங்குச் சாற்றில் நல்கவும்.
- ❖ கபரோகங்கள் நிவர்த்தியாகவேண்டுமானால் வெள்ளை நொச்சியிலைப் பொடியுடன் கூட்டிச் சாப்பிடவும்.
- ❖ அதிமூத்திர நோய் நிற்கத் தேட்கொடுக்கியிலைச் சாற்றில் உட்கொள்ளவும்.
- ❖ கடிவிடங்கள், சுரம், குட்டம் முதலான நோய்கள் தீர வேண்டுமெனில் இப்பற்பத்தைத் திப்பிலித்தூள், தேன் ஆகியவற்றுடன் கூட்டிச் சாப்பிடவும்.
- ❖ கொடிவேலிச் சாற்றிலிடக் (சாக்கிரதையாக நாக்கு, ஈறு முதலான இடங்களில் படாமல் விழுங்கவும்) கிராணிகள் தீரும்.
- ❖ நாயுருவி இலைச் சாற்றுடன் உட்கொள்ள மூல நோய்கள் தீரும்.
- ❖ பருத்திவிதைப் பொடியுடன் இதைச் சாப்பிடக் குளிர் நிற்கும்.

31. நாகப் பற்பம்

சரக்கும் செய்முறையும்

துத்தநாகம் ஒரு பலத்தை ஒரு கடாயில் இட்டு உருக்கிப்

பசுவின் மூத்திரம்

எருக்கம் பால்

நல்லெண்ணெய்

இம்மூன்றில் தனித்தனியே விட்டுச் சுத்தி செய்து கொள்ளவும். இந்நாகத்தை ஒரு புதுச் சட்டியில் இட்டு உருக்கிப் புளியம் புறணியை அதில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் போட்டு ஒரு கோலினால் கிளறி வரவும். நாகம் பற்பமாகும்.

இதனுடன் சுத்திசெய்த இரசம் கூட்டிப் பிசைந்து ஒரு அகலில் வைத்துச் சீலைமண் செய்து காய்ந்த பின்பு புடம் போடவும். சுத்தமான பற்பம் கிடைக்கும்.

பயன்பாடு

இப்பற்பத்தில் ஒரு உளுந்து அளவு எடுத்துச் சர்க்கரையில் வைத்துக் காலையிலும் மாலையிலும் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

இதனால் இருமல், நீரிழிவு, பாண்டு, பிரமியம், குடல் வாதங்கள், ஐயநோய்கள், வளிநோய்கள், குட்டம் முதலானவை தீரும்.

32. தங்கப் பற்பம்

சரக்கும் செய்முறையும்

பொன் தகடு 2 $^1/_2$ பலம் எடுத்துச் சுத்திசெய்து கொள்ளவும்.

சுத்திசெய்த பாதரசம் 8 பலம்

நெல்லிக்காய் கந்தகம் 6 பலம்

கல்வத்தில் இட்டு நன்றாக அரைத்துக் கொள்ளவும். பின்பு பொன் தகட்டைச் சிறு சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி அவற்றுடன் சேர்த்து

செம்பரத்தம்பூச் சாறு

அரசங்கொழுந்துச் சாறு

ஆலங்கொழுந்துச் சாறு

தாமரைப்பூச் சாறு

சோற்றுக் கற்றாழைச் சாறு

முதலான சாறு வகைகளைக் கொண்டு தனித்தனியே ஒவ்வொரு சாமம் அரைத்து வழித்துக் கொள்ளவும்.

பின்பு இதனை ஒரு காசிக்குப்பிக்குள் முக்கால் பாகம் வரும் வண்ணம் இட்டு, அதன் வாய்க்குத் தக்கபடி ஒரு மூங்கில் குச்சியைத் தக்கையாகச் செய்து அடைத்துவிடவும். பின்பு காசிக்குப்பிக்கு 7 தடவை சீலைமண் செய்யவும். ஒரு பானையில் அரைவாசி மணல் போட்டு, அதன்மேல் மேற்சொல்லிய காசிக்குப்பியை (நன்றாக உலர்ந்த பின்பு) வைத்து மேலும் அதன் கழுத்துவரை மணல் போட்டுவிடவும். பின்பு அந்தப் பானை வாய்க்குச் சீலைமண் 3 தடவை செய்து காயவைக்கவும்.

இந்தப் பானையை அடுப்பின் மேலேற்றி 3 நாட்கள் இரவும் பகலும் விடாமல் எரிக்கவும். புடம் தானாகவே ஆறியபின் இதை உடைத்து மருந்தைக் கவனமாக எடுத்து கல்வத்திலிட்டு நுணுக்கிக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இதில் 3 $^1/_3$ குன்றி அளவு எடுத்து அதனுடன் கிராம்பு , திப்பிலி, சாதிக்காய், கற்பூரம் ஆகியவற்றின் சூரணத்துடன் சேர்த்து உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

கபநோய் நீங்கும். தாதுநீற்றல் முதலான பற்பல வியாதிகளும், நரை, திரையும் மாறும்.

செந்தூரங்கள்

1. தனிரசச் செந்தூரம்

சரக்கும் செய்முறையும்

ஒரு சீனாக் கோப்பையிலாவது அல்லது எனாமல் கோப்பையிலாவது ஒரு பலம் வாலை ரசத்தை விட்டு வெயிலில் வைத்து, இரசம் முழுகும் அளவு செந்தூர திராவகம் விடவும். 1 மணி நேரத்திற்கு ஒரு முறை துடைப்பக் குச்சியால் கிளறிக் கொடுக்கவும். ஒரு சமயம் திராவகம் சுண்டி விட்டதாகப் புலப்படின் மீண்டும் சிறிது திராவகம் விடவும். இவ்வாறு விட்டுக் கிளறிக் கொடுத்துக் கொண்டுவர இரசம் உருவுமாறி வெளுப்பாக மாவு போல் ஆகும். இதை ஒரு பனை ஓலையைக் கொண்டு வழித்து ஏழு சீலை செய்து வைத்துள்ள குப்பியில் விட்டு வாயைப் பலப்பக்கல்லால் அடைத்துச் சீலை செய்து, நான்கு சாமம் எரித்து, ஒரு இரவு ஆறவிட்டு, மறுநாள் பார்க்க இரசம் சிவந்து அடியில் இருக்கும். இதை ஒரு குடைக்கம்பி கொண்டு சுறண்டி எடுத்துக் கல்வத்தில் போட்டு அரைத்துப் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இந்தச் செந்தூரத்தில் $^1/_2$ அரிசி அளவு எடுத்து நெய், தேன் இவற்றில் ஒரே வேளை கொடுக்கவும். மூன்று நாள் வரையில் சிறுகீரை வேர்க் குடிநீரைக் காலை, மாலையில் கொடுத்து வரவும். இதில் குணம் தெரியாவிடின் நான்காவது நாள் ஒரு வேளை முன்போல் கொடுத்துச் சிறுகீரை வேர்க் குடிநீரைக் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

இருமல், சுவாசகாசம், வாதப்பிணிகள் தீரும்.

பத்தியம்

இரண்டு நாள் வரையில் பால் சாதம் கொடுக்கவும். மூன்றாவது நாள் புளி தள்ளி, இச்சாபத்தியமாக அன்னம் கொள்ளவும்.

2. சண்முகதளச் செந்தூரம்

சரக்கும் செய்முறையும்

இலிங்கம்,வீரம், பூரம், தாளகம் வகைக்குப் பலம் $^1/_4$. வாலைரசம் பலம்-2, கந்தகம் பலம்-1. இவற்றுள் இலிங்கம் முதல் தாளகம் ஈறாக உள்ள சரக்குகளைக் கல்வத்தில் போட்டு நன்கு அரைத்து எடுத்துக் கொள்க. பின்பு கந்தகத்தைக் கல்வத்தில் போட்டுக் கம்மாறு வெற்றிலைச் சாறு விட்டுக் குழம்பு பதமாக அரைத்து, ஒரு சிறு விளாங்காய் அளவுள்ள குடுவையின் உட்புறத்திலும் அதன் வாய்க்குப் பொருத்தமான அகலின் உட்புறத்திலும் தழும்பப் பூசி ஒரு நாள் நிழலில் காயவிட்டு, மறுநாள் இந்தக் குடுவையில் முன் அரைத்து வைத்துள்ள தூளில் முக்கால் பாகம் போட்டு நடுவில் பள்ளம் செய்து அதனில் வாலைரசத்தை விட்டு, மிகுதியுள்ள தூளை மேலேபோட்டு அசையாமல் மேல் மூடியிட்டு, மண் சீலை ஏழு எட்டு செய்து வெயிலில் வைத்துக் காய்ந்தபின் எடுத்துக்கொள்க.

இதற்கு மேல் $2^1/_2$ படி அளவு கொள்ளத்தக்க ஒரு மட்பாண்டத்தில் இரண்டு படி வறுத்த உப்புடன் இடித்து எடுத்து 15-பலம் பிரண்டையைப் போட்டுப் பிசறி 2-3 விரற்கடை உயரம் இருக்கும்படியாகப் போட்டுப் பரப்பி நடுவில் முன் சீலை செய்து வைத்துள்ள குடுவையை வைத்து மிகுதியுள்ள உப்பைக் கொட்டி அழுத்தி அப்பாண்டத்திற்குப் பொருத்தமான மூடியைக் கொண்டு மூடிச் சீலை செய்து வெயிலில் உலர்த்தி அடுப்பில் வைத்து ஒரு சாமம் தீபாக்கினியாகவும், இரண்டு சாமம் கமலாக்கினியாகவும், மூன்று சாமம் காடாக்கினியாகவும் எரித்து, ஒரு இரவு ஆறவிட்டு மறுநாள் குடுவையின் வாய் ஓட்டை நீக்கிப் பார்க்க உருகிக் கட்டியாக இருக்கும். இதைக் கல்வத்தில் இட்டு அரைக்கச் சிவந்து காணும். இதைப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்துக.

பயன்பாடு

இந்தச் செந்தூரத்தில் வேளைக்கு $^1/_4$ -$^1/_2$ குன்றி எடை, தினம் இரு வேளை தேன், நெய் முதலிய அனுபானங்களில் 5 நாள் கொடுக்கவும். மீண்டும் கொடுப்பது

அவசியமானால் 10 நாள் விட்டு மறுபடியும் ஒரு முறை 5 நாள் கொடுக்கவும். இவ்வாறு பெரிய நோய்களுக்கு 20-40 நாள் வரையிலும் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

மேகம் சம்பந்தமான பல அழுகிய புண்கள் ஆறும். திமிர், குட்டம், குன்மம், சூலை, கபநோய்கள், கணுச்சூலை, சுரம், சந்தி, வாத நோய்கள், காக்கைவலிப்பு, குமரகண்டவலி, முயல்வலி, உட்குத்து, புறங்குத்து, மூர்ச்சை முதலியன குணமாகும்.

இம்மருந்தை உண்ணும்போது சூடு செய்வதாக உணர்ந்தால், சிரசில் நெய் தடவிக் குளிர்ந்த நீரில் குளிக்க வேண்டும்.

3. சண்முக நவநீதச் செந்தூரம்

சரக்கும் செய்முறையும்

இலிங்கம் பலம் 1, இரசச் செந்தூரம் பலம் $^1/_2$, இரசக்கற்பூரம் பலம் $^1/_4$, தாளகம் பலம் $^1/_4$, வீரம் பலம் $^1/_{16}$, கந்தகம் பலம் 1 $^1/_2$. இங்கு கூறப்பட்ட ஆறு சரக்குகளையும் கிரமப்படி சுத்தி செய்து கல்வத்தில் போட்டு நான்கு சாமம் கை ஓயாமல் அரைத்துச் சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இந்தச் செந்தூரத்தில் வேளைக்குத் துவரம் பருப்பு அளவு தினம் இரு வேளை கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, ஆகியவற்றைச் சமனெடையாக வெதுப்பி இடித்த சூரணத்தில் சமன் பனைவெல்லம் கூட்டிப் பிசைந்து வைத்துக்கொண்டு அதனில் புளியங்கொட்டை அளவு எடுத்துச் செந்தூரம் கூட்டித் தினம் இரு வேளை கொடுத்துவர வாத சம்பந்தமான பல பிணிகள் குணமாகும். புளியங்கொட்டை அளவு பனைவெல்லத்தில் செந்தூரம் கூட்டித் தினம் இரு வேளை கொடுத்துவர ஈளை, இருமல், காசம் குணமாகும்.

இன்னும் இந்தச் செந்தூரத்தைத் தேனில் மத்தித்துத் தினம் இரு வேளை கொடுக்கச் சுரம், சந்திதோடம், குணமாகும். முருங்கைப்பட்டைச் சாற்றில் தேன் கூட்டி அதில் செந்தூரமிட்டுத் தினம் இரு வேளை கொடுக்கப் பாரிச வாதம், நாக்கு வாதம், தனுர்வாதம் குணமாகும்.

பத்தியம்

நோய்க்கு ஏற்றவாறு ஆகாரம் கொடுக்கவும்.

4. பஞ்சாமிர்தச் செந்தூரம்

சரக்கும் செய்முறையும்

வீரம், பூரம், இரசச் செந்தூரம், இலிங்கம் வகைக்குப் பலம் $^1/_2$ இவற்றைக் கிரமப்படி சுத்தி செய்து கல்வத்தில் போட்டு மிருதுவாக அரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். அப்பால் $^1/_2$ பலம் படிகாரத்தைக் கல்வத்தில் இட்டு நன்றாய் அரைத்துத் தூள் செய்யவும். அதில் அரை பாகம் எடுத்து ஒரு புது மண் சட்டியில் போட்டுப் பரப்பி, அதன் மேல் முன் அரைத்து வைத்துள்ள தூளைப் போட்டு, அதன் மேல் மிகுதியுள்ள படிகாரத் தூளைப் போட்டு அடுப்பிலேற்றிச் சிறுக எரிக்கவும், படிகாரம் பொங்கி அடங்கின உடன் கீழிறக்கி ஆறவிட்டு மருந்தை எடுத்துக் கல்வத்தில் போட்டு நன்கு அரைத்துச் சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இந்தச் செந்தூரத்தில் வேளைக்குத் துவரம்பருப்பு அளவு தினம் இரு வேளை 2-5 நாள் தேனில் கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

கப சம்பந்தமான சுரம், பேதி சம்பந்தமான சுரம், வாய் ஓயா இருமல் முதலியன குணமாகும். இருமலுக்குக் கொடுக்கும்போது தாளகப் பதங்கத்தை $^1/_2$ அல்லது 1 அரிசி அளவு சேர்த்துக் கொடுப்பது சாலச்சிறந்தது.

பத்தியம்

சுர நோய்க்காவது இருமலுக்காவது கொடுக்கும்போது பால்கஞ்சி உத்தமம். அன்னம் சேர்க்கக் கூடாது.

5. தங்கலிங்கச் செந்தூரம்

சரக்கும் செய்முறையும்

ஒரு பலம் எடை அளவு இலிங்கத்தை மழுமழுப்பு இருக்கும்படி தேய்த்து அதன் மேல் ஒரு வராகன் எடை தங்கச்சுருள் ரேக்கைக் குன்றிமணி பசை கொண்டு சந்து விடாமல் சுற்றி, நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும்.

அப்பால் ஒரு கிண்ணத்தைப் போன்ற மட்பாண்டத்தில் ஐந்து பலம் நெய் விட்டு அதில் மூக்கு வெட்டி நீக்கிய $2\frac{1}{2}$ பலம் சேங்கொட்டையை இரண்டிரண்டாக நறுக்கிப் போட்டு, அதன் மத்தியில் இலிங்கக் கட்டியை வைத்து, அடுப்பில் வைத்து சிறு தீயாக எரிக்கக் கொட்டைகள் தீப்பற்றி எறியும். அப்போது அதனைக் கீழிறக்கி ஆறவிட்டுப் பார்க்கத் தங்கம் இலிங்கத்துடன் உறவாகி இருக்கும். சில சந்தர்ப்பங்களில் அரைகுறையாக உறவாகி இருப்பதுண்டு. இதனால் குற்றமில்லை. இலிங்கத்தையும் உறவாகாமல் இருக்கும் தங்கத்தையும் சேதப்படாமல் எடுத்துக் கல்வத்தில் போட்டுத் தண்ணீர் விட்டான் கிழங்குச் சாறு விட்டு ஒரு சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டிக் காயவைக்கவும். பின்பு ஓர் அகலில் வைத்து, மேல் அகல் மூடிச் சீலை செய்து உலர்த்தி, $\frac{1}{2}$ படி பச்சரிசி நெல் உமியின் நடுவில் வைத்துத் தீ மூட்டவும். புடம் ஆறின பின் வில்லையை எடுத்து மீண்டும் கல்வத்தில் போட்டு முன் போல் இரு முறை தண்ணீர் விட்டான் கிழங்குச் சாறு விட்டு அரைத்துப் புடமிட்டு எடுக்க நல்ல செந்தூரமாகும். இதை அரைத்துச் சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இந்தச் செந்தூரத்தில் வேளைக்குத் துவரம்பருப்பு அளவு தினம் இரு வேளை, தாதுவிருத்திக்குரிய இலேகியங்களில் அனுபானம் செய்து 20 நாள் கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

பாரிசவாதம், காசம், சயம், நரம்பின் துர்ப்பலம் நீங்கும். தேகத்தில் நல்ல ஒளிர்வும், ஆண் தன்மையும் உண்டாகும்.

பத்தியம்

நல்ல ஆகாரத்தை உட்கொள்ள வேண்டும். நல்ல சுகம் காணும் வரையில் பெண் போகமும் போதைப் பொருள் பழக்கமும் கூடாது.

6. சடாதாரச் செந்தூரம்

சரக்கு

பூரணச்சந்திரோதயச் செந்தூரம்

இரசச் செந்தூரம்

அப்பிரகச் செந்தூரம்

வெள்ளிப் பற்பம்

வெள்வங்கப் பற்பம்

பவழப் பற்பம்

இவைகள் வகைக்கு கழஞ்சு -1.

செய்முறை

இங்கே கூறப்பட்ட ஆறு பற்பச் செந்தூரங்களைக் கல்வத்தில் போட்டுக் கலியாணப்பூசணிக் காய்ச் சாறு விட்டு ஒரு சாமம் அரைத்துக் கல்வத்துடன் வெயிலில் ஒரு பகல் உலர்த்தி, மருந்தை எல்லாம் சிறிதும் சேதப்படாமல் நன்றாய்ச் சுரண்டி எடுத்துப் பின்னும் ஒரு முறை மிருதுவாகும்படி அரைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

வேண்டும் போது இந்தச் செந்தூரத்தில் வேளைக்கு ஒரு குன்றி எடையாக தினம் இரு வேளை பஞ்சகௌவிய இலேகியத்திலாவது அல்லது பஞ்சகௌவிய நெய்யிலாவது அனுபானம் செய்து 20-40 நாள் கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

பெரும்பாடு, அத்திவெட்டை, சயம், மேகம், பிரமேகம், மதுமேகம், புலால் மேகம், நீரிழிவு, மூலம், பவுத்திரம், நாட்பட்ட வெட்டை, எலும்புருக்கி முதலியவைகள் குணமாகும்.

பத்தியம்

நோய்க்கு ஏற்றவாறு ஆகாரம் உட்கொள்ள வேண்டும்.

7. அயத்தங்கச் செந்தூரம்

சரக்கும் செய்முறையும்

சுத்தமான அயத்தூள்	5 பலம்
தங்கம்	1 வராகன் எடை
சங்குபாடாணம்	$^1/_4$ "
வாலைரசம்	6 "
கந்தகம்	1 பலம்

இவற்றுள் முதலில் வாலைரசத்தைக் கல்வத்தில் போட்டுப் பின் தங்கச்சுருள் ரேக்கைப் பொடிப்பொடியாகக் கத்தரித்துச் சேர்த்து அரைக்கவும்.

இவை இரண்டும் நன்றாய் உறவான சமயம் கந்தகத்தைக் கூட்டி அரைக்கவும். இவைகள் எல்லாம் நன்றாய்க் கறுத்து உறவான பதத்தில் அயம், பாடாணம் முதலியவற்றையும் சேர்த்து அரைத்து எல்லாம் ஒருமித்த சமயம் எலுமிச்சம்பழச்சாறு விட்டு, நாள் ஒன்றுக்கு 2-3 சாமம் வீதம், நான்கு நாள் அரைத்து, மெழுகு பதத்தில் பட்டாணி அளவு மாத்திரைகள் செய்து உலர்த்தவும். பின் ஏழு சீலை செய்த குப்பியில் போட்டு, வாயைப் பலப்பக்கல்லால் அடைத்துச் சீலை செய்து வாலுகா யந்திரத்தில் வைத்து நான்கு சாமம் எரிக்கவும். ஒரு இரவு ஆறவிட்டு மறுநாள் குப்பியை எடுத்து வாய் திறந்து மாத்திரைகளை வெளிப்படுத்திப் பார்க்கச் சிவந்திருக்கும். ஒரு சமயம் நிறம் சரியாகப் புலப்படாவிடின் இதை அரைத்து ஒரு புதுச் சட்டியிலிட்டுச் நெருப்பைப் போலாகிற வரையில் வறுத்து ஆறவிட நல்ல நிறம் வரும். அப்படிச் செய்தும் அன்னபேதிச் செந்தூர நிறம் ஏற்படாவிடின் கல்வத்தில் போட்டு முற்கூறிய எடைப் பிரகாரம் இரசக் கந்திப் பாடாணம் கூட்டி எலுமிச்சம்பழச் சாற்றால் 2-3 சாமம் அரைத்து மாத்திரைகள் செய்து முன்போல் குப்பியில் போட்டு வாய் மூடிச் சீலை செய்து, வாலுகா யாத்திரத்தில் வைத்து எரித்து ஆறவிட்டு மாத்திரைகளைப் பொடித்து வறுத்து எடுக்க, உயர்தரமான செந்தூரமாகும். இதை அரைத்துச் சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும். இது ஒருவிதமான காயகற்பச் செந்தூரத்திற்கு ஒப்பாகும்.

பயன்பாடு

இந்தச் செந்தூரத்தில் வேளைக்கு 1/2 அல்லது 1 குன்றி எடை அளவு தினம் இரு வேளை தகுந்த அனுபானங்களில் கொடுத்து வரவேண்டும்.

தீரும் நோய்

காசம், பாரிசவாதம், முகவாதம், பாண்டு, சோபை, காமாலை, வீக்கம், மதுமேகம் ஆகியன குணமாவதுடன் நல்ல உடல் ஒளிர்வும் ஆண் தன்மையும் உண்டாகும். பூரண சுகத்திற்குக் குறைந்தது ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ளவேண்டும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியமாக நல்ல ஆகாரத்தை வேளை தவறாமல் உட்கொள்ள வேண்டும்.

குறிப்பு

இந்தச் செந்தூரத்தை மூதண்ட இலேகியத்தில் கொடுக்கப் பல பிணிகள் குணமாகும் என்பது மருத்துவர்கள் அனுபவத்தில் கண்ட உண்மையாகும்.

8. அப்பிரகச் செந்தூரம்

சரக்கும் செய்முறையும்

ஐந்து பலம் கிருஷ்ண அப்பிரக நவநீதத்தைக் கல்வத்தில் போட்டு, ஆடுதீண்டாப்பாளைச் சாறு விட்டு, நான்கு சாமம் அரைத்து மெழுகு பதத்தில் காலணா அகலமும் கனமும் உள்ள வில்லைகளாகச் செய்து வெயிலில் நன்றாய் உலர்த்தி, நான்கு படி பச்சரிசி நெல் உமியில் வைத்துப் புடம் இடவும். இப்படியே ஆடுதீண்டாப்பாளைச் சாற்றால் அரைத்து அரைத்துப் பத்து முறை புடம் இடவும். இப்படி பத்து புடம் இட்டு எடுத்துப் பார்க்கச் சிவந்திருக்கும். தளுக்குச் சிறிதும் இராது. உயர்தரமான செந்தூரமாகும். இதை அரைத்துச் சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இந்தச் செந்தூரத்தில் வேளைக்கு ஒரு குன்றி எடை, எடுத்துத் தினம் இரு வேளை தகுந்த அனுபானங்களில் கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

நீரிழிவு, மதுமேகம், சயம், தேக துர்ப்பலம் நீங்கும்.

பத்தியம்

நல்ல ஆகாரத்தை வேளை தப்பாமல் உண்ண வேண்டும். இனிப்புப் பண்டங்களையும் பெண் போகத்தையும் சில நாள் நீக்குவது நல்லது.

9. அப்பிரகச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

ஐந்து பலம் கிருஷ்ண அப்பிரக நவநீதத்தைக் கல்வத்தில் போட்டுச் செப்பு நெருஞ்சிச்சாறு விட்டு நான்கு சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டி வெயிலில் உலர்த்தவும் அந்த வில்லைக்குக் கீழும் மேலும் மாம்பட்டையை அரைத்து அங்கி பூட்டி அகலில் அடக்கிச் சீலை செய்து, 100 வறட்டியில் புடம் போடவும். அதன்பின் புடத்தில் இட்ட வில்லையை எடுத்துக் கல்வத்தில் போட்டு நெல்லிவற்றல் குடிநீருடன் வாழைக்கிழங்குச்சாறு கூட்டிக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக நான்கு சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டி வெயிலில் நன்றாய் உலர்த்தவும். அந்த வில்லைக்கு நெல்லிவற்றலையும் தேற்றாங் கொட்டையையும் மெழுகு போல் அரைத்து அங்கி பூட்டி அகலில் அடக்கி, மேல் அகல் மூடிச் சீலை செய்து, 100 வறட்டியில் புடம்

இடவும். இவ்வாறு முடிவு பெற்ற அப்பிரகத்தை இரண்டு முறை குமரிச்சாறு விட்டு நான்கு சாமம் அரைத்துச் சிறு வில்லைகளாகச் செய்து அகலில் பரப்பி வெயிலில் புடம் இடவும். இப்படியே நாவல் பட்டைச்சாறு, மாம்பட்டைச்சாறு, ஒதியம்பட்டைச்சாறு முதலியவற்றால் இரண்டிரண்டு புடமிட்டு எடுக்க உயர் தரமான செந்தூரமாகும். தளுக்குச் சிறிதும் இராது. இதை அரைத்துச் சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

வேளைக்கு ஒரு குன்றி எடை வீதம் இரு வேளை தகுந்த அனுபானங்களில் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

நீரிழிவு, மதுமேகம், சயம், தேக துர்ப்பலம் முதலியவைகள் தீரும்.

பத்தியம்

நல்ல சத்துள்ள ஆகாரத்தை உட்கொள்ள வேண்டும்.

10. அப்பிரகச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

கல்லத்தி, ஆல், அரசு, அத்தி ஆகிய மரங்களின் வேர்ப்பட்டையைப் பச்சையாக ஒவ்வொரு வீசை கொண்டுவந்து சிறு துண்டுகளாக நறுக்கிப் பஞ்சு போல் நசுக்கி ஒரு பெரிய மட்பாண்டத்தில் போட்டுப் பட்டைக்கு மேல் 1/2 அடி உயரம் இருக்கும்படி சுத்தமான தண்ணீர் விட்டுப் பிசைந்து பிசைந்து 2-3 நாள் ஊறவிட்டு வைக்கவும். அப்பால் ஐந்து பலம் கிருஷ்ண அப்பிரக நவநீதத்தைக் கல்வத்தில் போட்டு முன் சித்தப்படுத்தி வைத்துள்ள பட்டைகளின் ஊறல் நீரை விட்டு நான்கு சாமம் அரைத்து மெழுகு பதத்தில், வில்லை தட்டி உலர வைத்து, அதன்மேல் கனமாக எருக்கிலையைச் சுற்றி நூலால் கட்டி மண்சீலை ஏழு செய்து 60-70 வறட்டியில் புடமிடவும். இவ்வாறு அரைத்து அரைத்து வில்லை தட்டி உலர்த்தி எருக்கிலையைச் சுற்றி மண்சீலை செய்து இருபத்தொரு புடமிடக் காவிக்கல் நிறமாகத் தளுக்கற்றுச் சிவந்திருக்கும். இதை அரைத்துச் சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இந்தச் செந்தூரத்தை வேளைக்குக் குன்றி எடை, தினம் இரு வேளை தக்க அனுபானங்களில் கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

மேகம், சயம், கிராணி முதலியன குணமாகும். இன்னும் இந்தச் செந்தூரத்தினால் பருத்த சரீரம் பலம் குன்றாமல் இறுகும்.

பத்தியம்

நோய்க்கு ஏற்றவாறு ஆகாத பண்டங்களைத் தள்ளி, நல்ல உணவைச் சேர்க்கவும்.

11. தங்கச் செந்தூரம்

சரக்கும் செய்முறையும்

ஒரு மண் தோண்டியில் 3 அல்லது 4 செவ்விளநீரில் உள்ள நீரை விட்டு, அந்நீருக்கு 7-8 விரற்கடை உயரத்தில் இருக்கும்படி 1/2 வராகன் எடை வீரத்தைச் சீலையில் முடிந்து தொங்கவிட்டு, துலாயந்திர விதிப்படி நீர்ச்சுண்ட எரித்து வீரத்தை எடுத்துப் பொடி செய்து கொள்ளவும். அதில் ஆண் விஷ மூங்கில் இலையை இடித்துச் சாறு பிழிந்து ஆழாக்கு அளவிற்கு விட்டுக் குலுக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். மறுநாள் பார்க்கச் சாறு தெளிந்து நீர் போலிருக்கும். அசையாமல் வடித்துக் கொண்டு திப்பியைத் தள்ளி விடவும்.

அப்பால் ஒரு வராகன் எடை தங்கச்சுருள் ரேக்கைப் பொடிப் பொடியாகக் கத்தரித்துப் போட்டு, முன் சித்தப்படுத்திய தெளிவு நீரைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக விட்டு இரண்டு சாமம் அரைத்து, மெழுகு பதத்தில் வழித்து வில்லை தட்டி வெடிக்காமல் நிழலில் உலர்த்தவும். இது நன்றாய்க் காய்ந்த பதத்தில் ஒரு பொருத்தமான அகலில் வைத்து மேல் அகல் மூடிச் சீலை செய்து வெயிலில் உலர்த்தி, 15 வறட்டியில் புடம் போடவும். புடம் ஆறின பின் வில்லையைப் பார்க்கச் சிவந்திருக்கும். இதை அரைத்துக் குப்பியிலிடவும்.

பயன்பாடு

இந்தச் செந்தூரத்தில் வேளைக்கு இரண்டு அரிசிப் பிரமாணம் காலை, மாலை தாதுவிருத்திக்குரிய ஏதேனும் ஒரு இலேகியத்தில் அனுபானம் செய்து கொடுத்துக் கொண்டு வரவும்.

தீரும் நோய்

தேகத்திலுள்ள பல பிணிகளை நீக்குவதுடன் மன்மதனுக்கு ஒப்பாக நல்ல ஒளிர்வும் பலமும் பொருந்தி இருக்கச் செய்யும்.

12. தங்கச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

ஒரு வராகன் எடை தங்கச் சுருள் ரேக்கைப் பொடிப்பொடியாகக் கத்தரித்து வைத்துக் கொள்ளவும். அதன்பின் ஒரு சுத்தமான கல்வத்தில் நான்கு வராகன் எடை வாலைரசத்தை விட்டு முன் கத்தரித்து வைத்துள்ள தங்க ரேக்குத் துண்டுகளைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் போட்டு அரைத்துக் கொண்டுவர இரசத்துடன் உறவாகி விடும். அப்போது மாசிப்பத்திரி இலைச்சாறு விட்டு நான்கு சாமம் அரைத்து மெழுகு பதத்தில் வில்லையாகத் தட்டி உலர்த்திப் பொருத்தமான சிறு அகலில் புடமிடவும். இப்படி அரைத்து, அரைத்து 3 புடமிடத் தங்கச் சாயம் இன்றி நல்ல செந்தூரமாகும். இதை அரைத்துக் குப்பியிலிடவும்.

பயன்பாடு

இந்தச் செந்தூரத்தில் வேளைக்கு $1\ ^1/_2$ அரிசி எடை, தினம் இரு வேளை தாதுவிருத்திக்குரிய இலேகியங்களில் கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

மதுமேகம், சயம், காசம், தாது நட்டம், தேக துர்ப்பலம் முதலியன குணமாகும்.

பத்தியம்

நல்ல ஆகாரம் உட்கொள்ள வேண்டும்.

13. தங்கச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

தங்கரேக்கு, வாலை ரசம் வகைக்கு வராகன் எடை- 2. இவை இரண்டையும் கல்வத்தில் இட்டு ஒருங்கு கலக்கும் வரை அரைத்துப் பின்னர் வராமுள்ளிப் பூவின் சாற்றில் 4 சாமம் அரைத்து வில்லை செய்து உலர்த்தி, அகலில் வைத்து மேலகல் மூடி 7 சீலை செய்து காய்ந்தபின், 20 வறட்டியில் புடமிடுக. இங்ஙனம் இரண்டு மூன்று முறை அரைத்துப் புடமிடச் செந்தூரமாகும்.

பயன்பாடு

இதனில் அரிசி எடை தாதுவிருத்திக்கு உரிய ஏதேனும் ஒரு இலேகியத்தில் வைத்துத் தினம் இரு வேளை, 20 நாள் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

இந்திரியம் இறுகி நல்ல அழகு உண்டாகும். பிணிக்கு ஏற்றவாறு அனுபானங்களில் ஒரு மண்டலம் கொள்ள மதுமேகம், சயம் முதலிய கொடும்பிணிகள் தீரும்.

14. தங்கச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

தங்கரேக்கு, வாலைரசம் வகைக்கு வராகன் எடை-5. இரண்டினையும் கல்வத்தில் இட்டு அரைத்துப் பின்னர் வெள்ளைக் காக்கட்டான் வேர்ப்பட்டைச் சாற்றில் 4 சாமம் அரைத்து வில்லை செய்து காயவைத்து, அகலில் இட்டு 7 சீலை செய்து நன்கு காய்ந்தபின், 25 வறட்டியில் புடமிடுக. இங்ஙனம் இரண்டு புடமிடச் செந்தூரமாகும். இது தங்கச் சாயலாக இருப்பின் மேலும் இரண்டொரு புடமிட வேண்டியது அவசியம்.

பயன்பாடு

காலை மாலை, உளுந்து அளவு பிணிக்கு ஏற்றபடி, தக்க அனுபானங்களில் கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

அக்கினி மந்தம், நீரிழிவு, மேகம், காசம், சயம் முதலியவை நீங்கும். உடல் ஒளிர்வும் தாதுவிருத்தியும் உண்டாகும்.

பத்தியம்

மருந்தை உண்ணும் போது இச்சாபத்தியமாக இருக்க வேண்டும்.

15. தங்கச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

இரண்டு வராகன் எடை தங்கரேக்கைக் கல்வத்தில் இட்டுத் திருநீற்றுப்பச்சை இலை முப்பத்திரண்டைக் கூட்டி, இரண்டு மணி நேரம் அரைக்க மெழுகு போலாகும். அதனை வெள்ளைக் காக்கட்டான் இலைச் சாறு விட்டு நான்கு சாமம் நன்றாக அரைத்து வில்லை செய்து காய்ந்தபின் பொருத்தமான அகலில் வைத்து மேலகல் மூடி ஏழு சீலை செய்து, இருபத்தைந்து வறட்டியில் புடமிடுக. இப்புடத்திலேயே செந்தூர நிறத்தைக் காண்பினும் அதைக் கல்வத்தில்

இட்டுக் காக்காட்டான் இலைச் சாற்றில் அரைத்து வில்லை செய்து முன்போலவே ஐந்து புடமிடத் திவ்வியமான செந்தூரமாகும்.

பயன்பாடும் பத்தியமும் மேற்கூறியவாறு.

16. தங்கச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

சுத்தி செய்த பொன் தகட்டின் மேல், பொன்னிமிளையையும் எலுமிச்சம் பழச்சாற்றையும் விட்டு நன்றாக அரைத்து ஒரே சீராகப் பூசி ஒரு அகலில் வைத்து, அதன் வாய்ப் பொருந்தும்படியான வேறொரு அகலை வைத்து, மூடிச் சீலைமண் செய்து புடம் இடவும்.

அதனை மறுபடியும் கல்வத்தில் இட்டு அரசம் பட்டைச் சாறும், எருக்கம்பாலும் விட்டு மத்தித்து அதற்குச் சமனெடை சுத்தி செய்த இலிங்கம் கூட்டி நன்றாக அரைக்கவும். பின்பு பூனைக்காலி வேர்ச்சாறு, சிறுபுள்ளடிச்சாறு ஆகியவைகளை விட்டு நான்கு தடவை அரைத்துக் காட்டெருவை (தானாகக் காய்ந்த வறட்டி) அடுக்கிப் புடமிடவும். இவ்வாறு 5 தடவைகள் இடவும். தங்கச் செந்தூரம் கிடைக்கும்.

பயன்பாடும் தீரும் நோய்களும் மேற்கூறியவாறு.

17. தங்கச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

சரக்கு

சுத்தி செய்த பாதரசம்

சுத்தி செய்த நெல்லிக்காய் கந்தகம்

செய்முறை

இவ்விரண்டையும் கல்வத்தில் இட்டு நன்றாகக் கறுப்பாகும் வரை அரைத்துப் பொன் தகட்டின்மேல் பூசவும். இவ்வாறு 7 முறை பூசிவிடவும். பொன் தகட்டில் இக்கலவை ஏறிவிடும். பின்பு இதை ஒரு அகலில் வைத்து மற்றொரு வாய் பொருந்தும்படியான அகலினால் நன்றாக மூடிச் சீலைமண் செய்து யானைப் புடம் இடவும். இவ்வாறு மும்முறை செய்யவும். உயர்ந்த செந்தூரம் கிடைக்கும்.

பயன்பாடு

இதில் நெல்லெடை எடுத்துத் தேனுடன் குழைத்து அருந்திவரச் சயரோகம் தீரும்.

18. அயவெள்ளிச் செந்தூரம்

சரக்கும் செய்முறையும்

சுத்தி செய்த சரிகை வெள்ளி அல்லது சன்னமாக இராவிய வெள்ளிப் பொடி வராகன் எடை -2. புதியதாக இராவிய அயப்பொடி வராகன் -2. இவ்விரண்டையும் கல்வத்தில் போட்டு ஒரு கோழிமுட்டையின் வெண் கருவை விட்டு நன்றாக அரைத்து மெழுகு பதத்தில், கடலை அளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தவும். அதைக் கரு நீக்கிய ஒரு காலி முட்டை ஓட்டிற்குள் போட்டு, வாய்ப்புறத்தில் மற்றோர் முட்டை ஓட்டைச் செருகி மண்சீலை 5-6 செய்து, 10 வறட்டியில் புடமிடவும். புடம் ஆறினபின் முட்டை ஓட்டிற்குள் அடக்கம் செய்த மாத்திரைகளை மீண்டும் கல்வத்தில் போட்டு ஒரு முட்டையின் வெண்கருவை விட்டு அரைத்து முன்போல் மாத்திரைகள் செய்து, முட்டை ஓட்டில் வைத்துப் புடமிடவும். இப்படி 10 புடமிடச் செந்தூரமாகும். இதை அரைத்துக் குப்பியிலிடுக.

பயன்பாடு

இந்தச் செந்தூரத்தில் வேளைக்குத் துவரம்பருப்பு அளவு, தினம் இரு வேளை தாதுவிருத்திக்குரிய இலேகியங்களில் கொடுத்து வருக.

தீரும் நோய்

நாட்பட்ட தேக துர்ப்பலம், நரம்பின் தளர்ச்சியால் நேர்ந்த தாது இழப்பு ஆகியன குணமாகும். நல்ல இரத்தம் உண்டாகும்.

19. அயச் செந்தூரம்

சரக்கும் செய்முறையும்

சுத்தமான அயப்பொடியை நல்லெண்ணெய் விட்டு வறுத்துச் சிகைக்காயைக் கொதிக்க வைத்து எடுத்த நீர் விட்டு எண்ணெய் போக அலம்பவும். அதில் மூன்று பலம் பொடியைக் கல்வத்தில் இட்டுப் பழரசம், கோநீர், வெள்ளாட்டு நீர், வேசரி நீர் இவைகளைத் தனித்தனியே விட்டு நான்கு சாமம் அரைத்து, காசளவில் வில்லைகள் செய்து காயவைக்கவும். அடி கனமான ஒரு மட்பாண்டத்தில் நான்கு படி ஆலம் பழுப்பை ஒன்றிரண்டாக இடித்துச் சூரணம் செய்து போட்டு, அதன்மீது முன் சித்தப்படுத்திய வில்லைகளைப் பரப்பி, முன்போலவே சூரணத்தைக் கொட்டிக் கையால் அழுத்தி, அடுப்பின் மேல் வைத்து 5 சாமம் முத்தீயாக (காடாக்கினி, கமலாக்கினி, தீபாக்கினி) எரித்து, ஓர் இரவு

ஆறவைக்கவும். மறுநாள் முன்போல் சூரணத்தினிடையில் மேற்படி வில்லைகளைக் கீழ்மேலாகத் திருப்பி வைத்து 4 சாமம் எரிக்கச் செந்தூரமாகும்.

பயன்பாடு

1 முதல் $1^1/_2$ குன்றி அளவு உடல் வன்மைக்குத் தகுந்தபடி தேனில் உண்ணவும்.

தீரும் நோய்

சுவாசகாசம், ஈளை, இருமல் முதலியன தீரும். நல்ல இரத்தம் உண்டாகும். மேனி அழகுறும்.

பத்தியம்

புளி நீக்கி, இச்சாபத்தியமாக இருத்தல் நலம்.

20. கல்நார் செந்தூரம்

சரக்கும் செய்முறையும்

எருமைக்கொம்பு கல்நார் பலம் 2, மிளகரணை இலை பலம் 2. இவைகளைக் கல்வத்தில் இட்டுப் பொடுதலைச் சாற்றில் நன்றாக அரைத்து வில்லை செய்து உலர்த்தி, அகலில் வைத்துச் சீலை செய்து காய்ந்தபின் 20 வறட்டியில் புடமிடுக. இங்ஙனம் புடத்திற்குப் புடம் 5 வறட்டி அதிகப்படுத்தி, 5 புடமிட நல்ல செந்தூரமாகும்.

பயன்பாடு

நாளொன்றுக்கு இரு முறை குன்றி எடை நெய்யில் குழைத்து உண்ணவும்.

தீரும் நோய்

மேகம் சம்பந்தமான அழலை, நீர் எரிச்சல், கைகாலெரிச்சல், எலும்புருக்கி, குத்தல் முதலியன நிவாரணமாகும். ஆண் தன்மை அதிகரிக்கும். மாதர்களுக்குச் சிறப்பு அவயவங்கள் சிறந்து, நரம்புக்கூடுகள் பெரிதும் வலுப்படும்.

21. கௌரி சிந்தாமணிச் செந்தூரம்

சரக்கும் செய்முறையும்

இரசம், கந்தகம் வகைக்கு ஒரு பலமாகக் கல்வத்தில் இட்டு நான்கு சாமம் அரைக்கக் கறுப்பாகும். அதனுடன் ஒரு பலம் வெங்காரம் கூட்டி ஒரு சாமம் அரைக்கவும். 32 கிழியாக முரட்டுத் துணியில் கட்டி, இரண்டு படி அளவுள்ள

சட்டியில் முக்கால் பாகம் மணல் கொட்டிப் பரப்பி அதனில் ஒன்றின்மீது ஒன்று தட்டாமல் ஊன்றி வாய் வரம்புவரையில் மணல் நிறைத்து, மேலோடு மூடிச் சீலை செய்து வைத்துக் கொள்க. பூமியில் குந்தாணியைப் போல் ஒரு கஜ ஆழமும் அடிப்பாகத்தில் ஒரு சாண் அகலமும் மேற்பாகத்தில் ஒரு கஜம் அகலமும் இருக்கும்படிக் குழி தோண்டி மண் இளகலாய் நீர் விட்டுப் பிசைந்து, உட்புறத்தில் சுத்தமாகப் பூசி உலரவிட்டு அதனில் சாண் உயரம் எரு அடுக்கித் தீ மூட்டவும். புடமானது வெந்து ஆறிய பின் சட்டியிலிருக்கும் மருந்தைப் பக்குவமாக எடுத்து மேல் சாம்பல் போகத் துடைத்துப் பார்க்கப் பூலாப்பழத்தைப் போல் கறுஞ்சிவப்பாக இருக்கும்.

பயன்பாடு

உடல் வன்மைக்கு ஏற்றவாறு தக்க அனுபானத்தில் கொள்ள ஐய நோய்கள் தீரும்.

22. சுவாசகுடோரி செந்தூரம்

சரக்கும் செய்முறையும்

சுத்திசெய்த தாளகம் தோலா 1, இரசச் செந்தூரம் தோலா 1, சுத்தி செய்த வீரம் தோலா 1. இவைகளில் முதலிரண்டு சரக்கைக் கல்வத்தில் இட்டு நன்றாய் ஒரு சாமம் அரைத்துப் பின்னர் மூன்றாவது சரக்கைச் சேர்த்து 3 சாமம் அரைத்துச் சிறு குடுவையில் போட்டு ஓடு மூடிச் சீலை செய்யவும். மூன்று சிறு கற்களை அடுப்பு போல் அமைத்து, அதன் மேல் குடுவையை வைத்துக் கீழே ஒரு அகலை வைத்து விளக்கெண்ணெய் விட்டுச் சுட்டுவிரல் கனதியுள்ள திரியால் 3 சாமம் எரித்து ஆறவிட்டுப் பார்க்கச் செந்தூரமாயிருக்கும்.

பயன்பாடு

இதனில் இரண்டு அரிசி அளவு தேனில் தினம் ஒரு நேரம், 3 நாள் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

கபம் நிறைந்து வெளிக்கு வராமல் சுவாசம் திண்டாடி, இழுப்பு கண்டு சிரமத்தைக் கொடுக்கும் சுவாசகாசமாக இருந்தாலும் எளிதில் கபத்தைக் கரைத்து வெளியாக்கிச் சுகமடையச் செய்யும். பின்னர் சுவாசகாசத்திற்காக இந்நூலில் கூறப்பட்டுள்ள வேறு எம்மருந்தையும் கொடுத்துப் பூரண குணம் உண்டாக்கலாம்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம். பால் சேர்ந்த கஞ்சி உத்தமம்.

23. பூரண சந்திரோதயச் செந்தூரம்

சரக்கு

தங்கம்	1 பங்கு
இரசம்	8 "
கந்தகம்	16 "

செய்முறை

இவற்றைச் செம்பரத்தம் பூச்சாறு, கற்றாழைச் சாறு ஆகியவற்றால் ஒவ்வொரு நாள் அரைத்து, மணி போல் உலர்த்திக் காசிக் குப்பியில் வைத்து வாய் மூடி சீலைமண் செய்து வாலுகா யந்திரத்தில் 12 சாமம் எரிக்கவும். ஆறியபின் பார்க்க மாந்தளிர் நிறத்தில் மருந்து இருக்கும்.

பயன்பாடு

திப்பிலி, சாதிக்காய், சர்க்கரை, சமுத்திரா, சோழி விதை, கஸ்தூரி ஆகியவற்றைக் குப்பியில் உள்ள மருந்திற்கு $^1/_4$ பங்கு எடுத்து சுத்திசெய்து சூரணித்துச் செந்தூரத்துடன் பணவெடை அளவு, தாம்பூலத்துடன் அருந்த வேண்டும்.

தீரும் நோய்

சயசுரம், வெட்டை தீரும். தாது விருத்தியும் தேக வன்மையும் தோன்றும். அழகு தரும். பெண்கள் பால் இச்சை உண்டாகும்.

பத்தியம்

கைப்பு, புளிப்பு ஆகாது. பால், நெய், மருந்துப்பு சேர்க்கவும்.

24. பூரண சந்திரோதயச் செந்தூரம் (வேறு முறை)

சரக்கு

சுவர்ணப் பற்பம்	5 வராகன் எடை
சுத்தி செய்த பாதரசம்	40 "
சுத்தி செய்த தாளகம்	10 "

சுத்தி செய்த கந்தகம் 30 வராகன் எடை

செய்முறை

முதலில் இரசத்தையும், கந்தகத்தையும் ஒரு சுத்தமான கல்வத்தில் போட்டு நன்றாகக் கறுப்பாகும் வரை அரைக்கவும். பின்பு தாளகத்தையும் சுவர்ணப் பற்பத்தையும் ஒன்று கூட்டி, கற்றாழைச்சாறு விட்டு 4 சாமம் அரைக்கவும். இதை வில்லைகளாகத் தட்டிக் காயவைத்து, மறுபடியும் செம்பருத்திப் பூச்சாறு விட்டு 4 சாமம் அரைக்கவும். சிறுசிறு வில்லைகளாகத் தட்டிக் காயவைத்துக் கொள்ளவும். இவைகளைப் பட்டுத் துணியில் சுற்றிச் சீலைமண் செய்து, வளையல் குப்பியில் இட்டு (காசிக்குப்பி) மறுபடியும் சீலைமண் செய்து அதை ஒரு குண்டுச்சட்டிக்குள் வைக்கவும். குப்பியின் வாயை மூடிவிட்டு குண்டுச் சட்டிக்குத் தக்க ஒரு சில்லிட்டு வைத்து மணல் சொரியவும். இச்சட்டியை அடுப்பின் மேலேற்றி 3 விறகால் (மூன்று விரல் கனமுள்ளவை) நாலு சாமத்திற்குத் தீபாக்கினியாக எரிக்கவும். பின்பு நான்கு சாமம் கமலாக்கினியாக எரிக்கவும். இப்படி 12 சாமங்கள் எரித்துப் பூசை செய்தபின் குப்பியை உடைத்துச் செந்தூரத்தை எடுத்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

குங்குமப்பூ, பச்சைக் கற்பூரம், சாதிக்காய், மிளகு ஆகியவைகளை ஒரு பணவெடை எடுத்துச் சூரணித்து, அத்துடன் இச் செந்தூரத்தை அரைக்கால் பணவெடை கூட்டிக் காலையில் வெற்றிலையில் கொள்ளவும். மாலையில் தேனில் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

சயம், காசம் ஆகியன தீரும். திரிகடுகுச் சூரணத்துடன் சாப்பிடச் சுவாசகாசம், இளைப்பு, உப்புசம், ஈளை, புகைச்சல் முதலியன குணமாகும்.

25. நாகச் செந்தூரம்

சரக்கும் செய்முறையும்

சுத்தி செய்த துத்தநாகம் 5 பலம் எடுத்துத் தகடாகத் தட்டி, இலுப்பெண்ணெயும் பசுவின் நெய்யும் தனித்தனியே ஒரு கரண்டி அளவு எடுத்துக் கலந்து, தகட்டின்மேல் பூசவும். அதை ஒரு சட்டியில் இட்டு அடுப்பின் மேல் வைத்து உருக்கவும். அது உருகியபின் அதை வெள்ளாட்டுப் பாலில் சாய்க்கவும். இவ்வாறு 20 தடவை செய்யவும்.

ஒரு புதுச் சட்டியை எடுத்து அதில் சுக்கு, ஓமம், வெடிப்பு ஆகியவைகளை வகைக்கு 5 பலம் எடுத்துச் சூரணித்துப் போட்டு, அதை ஒரே சீராக நிரவி விடவும். அதன்மேல் மேலே சொன்னபடி சுத்தி செய்த துத்தநாகத்தைப் போட்டு, அடுப்பின்மேல் ஏற்றவும். சிவப்பு நாயுருவியைச் சமூலமாக எடுத்துச் சிறுசிறு துண்டுகளாக்கிக் கொண்டு, சிறுகச் சிறுகப் போட்டுச் சட்டியில் இருக்கும் நாகத்துடன் வறுக்கவும். முருக்கம் பூவை ஒத்த சிவப்பு நிறமான செந்தூரம் கிடைக்கும்.

பயன்பாடு

இச்செந்தூரத்தில் ஒரு பணவெடை ($3^1/_2$ குன்றி) எடுத்து, அதனுடன் மிளகு, சுக்கு, இரண்டையும் சமனெடை எடுத்து வெதுப்பிச் சூரணித்த தூளில் ஒரு வெருகடி அளவு எடுத்துத் தேனிலிட்டுக் குழைத்துக் காலையிலும் மாலையிலும் 40 நாளைக்குச் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

ஈளை, இருமல், காசம், சுவாசம் நெஞ்சிலுண்டாகும் நோய்கள் முதலியவை நீங்கும்.

26. சுத்த மண்டூரச் செந்தூரம்

சரக்கும் செய் முறையும்

இரண்டு பலம் மண்டூரத்தைச் சுத்திசெய்து கல்வத்தில் இட்டுக் கறுப்புப் பூனைக்காய்ஞ்சொறி சாற்றினால் 7 நாள் அரைத்து வில்லை செய்யவும். காய்ந்த வில்லைகளை அகலில் வைத்து, மேல் அகல் மூடிச் சீலை செய்து காய்ந்தபின், 30 வறட்டியில் புடமிடுக. இங்ஙனம் 10 புடமிட நல்ல செந்தூரமாகும்.

பயன்பாடு

1 முதல் $1^1/_2$ குன்றி எடை, தேனிலேனும் நெய்யிலேனும் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

சுவாசகாசம், பாண்டு முதலிய பிணிகளும் உதிரக் குறைபாட்டால் உண்டாகும் எல்லா நோய்களும் நீங்கும்.

பத்தியம்

கூடியவரை புளியைக் குறைத்து, இச்சாபத்தியம் கொள்ளல் வேண்டும்.

27. பஞ்சரத்தினச் செந்தூரம்

சரக்கு

அயம்	1 தோலா
காந்தம்	1 "
தாளகம்	1 "
இரசம்	1 "
தங்கம்	1 வராகன் எடை

செய்முறை

இங்கே கூறப்பட்ட ஐந்து சரக்குகளில் முதலில் இரசத்துடன் தங்கத்தைச் சேர்த்து அரைத்து நன்கு கலந்து பின் மற்ற சரக்குகளையும் சேர்த்துக் குமரிச் சாற்றில் நான்கு சாமம் அரைத்து, ஒரே வில்லையாகத் தட்டிக் காயவைத்து அகலில் அடக்கிச் சீலை செய்து காய்ந்தபின் இருபத்தைந்து வறட்டியில் புடம் வைக்கவும். மருந்தைக் கல்வத்தில் இட்டு மேனிச் சாற்றில் அரைத்து முன்போல் புடமிடவும். இங்ஙனமே இம்மருந்தை முற்கூறப்பபட்ட ஒவ்வொரு மூலிகையினாலும் மாற்றிமாற்றி அரைத்து ஐந்து புடமிட நல்ல செந்தூரமாகும்.

பயன்பாடு

வேளைக்கு 1/2 அல்லது 1 குன்றி எடை, நெய்யிலேனும் தேனிலேனும் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

சயம், சுவாசகாசம் முதலியவற்றையும் அதனால் உண்டான துர்ப்பலத்தையும் குணப்படுத்தும். சயரோகத்தால் உண்டான சுரத்தையும் இது பரிகரிக்கும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

28. சயகுலாந்தகச் செந்தூரம்

சரக்கும் செய்முறையும்

தாளகம் பலம் ஒன்றை முற்றிய வெண்பூசணிக்காய் நீரில் தோலாந்திரமாக எரிக்கவும். இவ்விதமாகவே செங்கிளுவைச் சாற்றினாலும் செய்யவும். சுத்தியான

தாளகத்தின் எடைக்குச் சமன் இரசக்கற்பூரம், மனோசிலை சேர்த்து எருக்கம் பாலால் அரைத்து, வில்லை தட்டிக் குகையில் இட்டு, இலகுபுடமாகப் போட, பற்பம் சாம்பல் நிறமாக இருக்கும். அந்தப் பற்பத்தின் எடைக்குச் சம அளவு பவழம், கல்நார் ஆகிய இரண்டையும் சேர்த்து முன்போலவே எருக்கம் பாலால் ஆட்டிப் புடமிடவும். புடமிட்டு எடுத்த மருந்தெடைக்கு, இலிங்கம் $^{1}/_{4}$ பங்கும் தங்கம் $^{1}/_{2}$ பங்கும் கந்தி $^{1}/_{4}$ பங்கும் காந்தம் 1 பங்கும் கொண்டு, குமரி நீராலும் முருக்கம்பூ நீராலும் அரைத்துப் புடமிடவும். இவ்வாறே மறுமுறை ஒரு புடமும் போட்டு எடுக்கச் செந்தூரமாகும்.

பயன்பாடு

தக்க அளவில் திரிகடுகு, தேன் முதலியவற்றில் அனுபானித்துக் கொடுக்கச் சயம், காசம், சுவாசம், கபநோய்கள் தீரும்.

பத்தியம்

வெள்ளாட்டுப் பால் கூட்டவும். மருந்துண்ணும் நாள் அளவு 10.

29. வெள்ளிச் செந்தூரம்

சரக்கும் செய்முறையும்

ஐந்து பலம் கந்தகத்தைப் பொடித்து ஒரு சட்டியில் இட்டு, ஒரு பலம் வெள்ளியைத் தகடு தட்டிச் சுருட்டி அதன் மத்தியில் முழுகும்படி அமர்த்தி, மூடி கொண்டு மூடி, சிரட்டைஓடு 100 கொண்டு எரித்து எடுக்கச் செந்தூரமாகும். இதை மிக்க கவனத்தோடு செய்யவும்.

பயன்பாடு

ஒரு நெல்லரிசி அளவு அனுபானமறிந்து கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

சுரம், சன்னிபாதம், பாண்டு, காமாலை, குன்மம், சூலை, சயம், பிடிப்பு, தேமல், மேகநீர் ஆகியன நீங்கும்.

30. இராசமிருகாங்க இரசம்

இரசப்பற்பம்	3 பலம்
சுவர்ணப் பற்பம்	1 "
வெள்ளீயப் பற்பம்	4 "

தாமிரப் பற்பம்	4 பலம்
முத்துப் பற்பம்	1 "
சுத்தி செய்த மனோசிலை	1 "
சுத்தி செய்த கந்தகம்	1 "
சுத்தி செய்த தாளகம்	1 "

செய்முறை

இவைகளைச் சுத்தமான கல்வத்தில் இட்டுத் தனித்தனியாக நன்றாக நுணுக்கிக் கொண்டு, பின்பு கவனமாக ஒன்று கலந்துகொண்டு ஒரு பெருங்கிளிஞ்சலுக்குள் வைத்து வேறொரு கிளிஞ்சலினால் நன்றாக மூடி விடவும். பின்பு அந்தக் கிளிஞ்சலின் வாயை, வெங்காரத்தை ஆட்டுப்பால் விட்டு அரைத்த விழுதினால் மூடிவிடவும். இதை நன்றாகக் காயவைக்கவும்.

ஒரு புதுப்பானையில் 4 விரட்கடை அளவு உப்பு போட்டு ஒரே சீராக நிரவிவிடவும். அதன் மேல் கிளிஞ்சலை வைத்து மறுபடியும் உப்பை 4 விரலளவு இருக்கும்படி போட்டுப் பானையின் வாயக்குத் தகுந்தபடி ஒரு மூடிபோட்டுச் சீலைமண் செய்யவும்.

சீலைமண் காய்ந்தபின் யானைப்புட ம் இடவும். புடம் காய்ந்தவுடன் பானையைத் திறந்து உள்ளிருக்கும் கிள்ிஞ்சலைக் கவனமாக எடுத்துக் கல்வத்தில் வைத்து நன்றாக அரைத்து வைத்துக்கொண்டு, ஒரு மூங்கில் குழாயில் வைத்துப் பதனம் பண்ணவும்.

பயன்பாடு

தக்க அனுபானத்தில் இம்மருந்தை 3 $^1/_2$ குன்றி அளவு எடுத்து உட்கொள்ள, கப நோய்கள் தீரும்.

பத்தியம்

பசுவின் பால், பசுவின் நெய் இவைகளைச் சேர்த்துச் சாதம் சாப்பிடவும். கத்தரிப் பிஞ்சும் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

31. இராசமிருகாங்க இரசம் (வேறு முறை)

சரக்கு

சுத்தி செய்த பாதரசம்	1 வராகன் எடை
சொர்ணப் பற்பம்	1 "

சுத்தி செய்த மனோசிலை 2 வராகன் எடை

சுத்தி செய்த தாளகம் 2 "

சுத்தி செய்த நெல்லிக்காய் கந்தகம் 2 வராகன் எடை

செய்முறை

இவைகளைச் சூரணித்துக் கலவத்தில் இட்டு, வெள்ளாட்டின் பால் விட்டு நன்றாக அரைக்கவும். பின்னர் பொரித்த சோழி, வெங்காரம் இவ்விரண்டையும் தண்ணீர் விட்டு அரைத்துக் குகையாகச் செய்து உலர்ந்தபின் மேலே சொன்ன விழுதை அதற்குள் வைத்துச் சோழி, வெங்காரக் கலவையினால் மூடிவிடவும். இதை ஒரு புதுச் சட்டியில் வைத்து வேறொரு அகலினால் நன்றாக மூடிச் சீலைமண் செய்து காய வைத்து யானைப் புடம் இடவும். பின்னர் இதைத் தூள் செய்து வைத்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இம்மருந்தில் 4 குன்றி நிறை எடுத்து மிளகு, திப்பிலி இவைகளின் சூரணம் சேர்த்து நெய்யுடன் கூட்டி உட்கொள்ளவும். ஐய நோய்கள் தீரும்.

32. பூரண சந்திரோதயம்

சரக்கு

தங்கம் 1 வராகன் எடை

வாலைரசம் 8 "

சுத்தி செய்த கந்தகம் 16 "

செய்முறை

முதலில் வாலைரசத்தைக் கல்வத்தில் விட்டுச் சுருள் தங்கரேக்கைப் பொடிப் பொடியாகக் கத்தரித்துப் போட்டு அரைக்கவும். இவைகள் இரண்டும் நன்றாய் உறவான பின் கந்தகத்தைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் போட்டு அரைத்து எல்லாம் உறவாகிக் கறுப்பு நிறமாக இருக்கும்போது சேதப்படாமல் சுரண்டி எடுத்து வைத்துக்கொள்ளவும். அதன்பின் சிறு கமலாப்பழம் அளவுள்ள மட்குடுவை யையும் அதன் வாய்க்குப் பொருத்தமான அகலையும் சாதம் வடித்த கஞ்சியில் ஒரு வாரம் போட்டு ஊறவிட்டு அலம்பி எடுத்து வெயிலில் உலர்த்தி, அதனில் முன் அரைத்துச் சித்தப்படுத்திய தூளைப் போட்டு, புளியாரைக் கீரைச்சாற்றை அரை குடுவை கொள்ளும் அளவிற்கு விட்டு வாய்க்கு அகல் கொண்டு மூடி, மண்சீலை

ஏழு செய்து உலர்த்தி எடுத்துக் கொள்ளவும். பின்பு இரண்டு படி அளவு கொள்ளத்தக்க ஒரு மண்தோண்டியில், வெடி அடங்க வறுத்து எடுத்தச் சோற்றுப்பை 2 விரற்கடை கனம் இருக்கும்படி பரப்பி நடுவில் குடுவையை வைத்துத் தோண்டியின் வாய்க்குப் பொருத்தமான மண் சாணத்தைக் கொண்டு மூடி சீலை செய்து அடுப்பில் வைத்து முத்தீயாக 4-சாமம் எரிக்கவும். அதன் பின் காடாக்கினியாக இரண்டு சாமம் எரித்து ஆறவிடுக. மறுநாள் மட்குடுவையைத் திறந்து பார்க்க மருந்தானது உருகிச் சிவந்து இருக்கும். அப்பொழுது குடுவையிலும் அதன் வாய் மூடியிலும் பற்றியுள்ள மருந்தை எல்லாம் சேதப்படாமல் சுரண்டி எடுத்துக் கல்வத்தில் போட்டு அரைக்கச் சிவந்திருக்கும். இதைச் சீசாவில் பத்திரப்படுத்துக. எரிப்பின் பேதத்தால் சிறிது கறுத்திருப்பின் மீண்டும் அந்தக் குடுவையில் போட்டு வாய்மூடிச் சீலை செய்து முன் போல் உப்பில் வைத்துப் பின்னும் இரண்டு சாமம் எரித்தெடுக்க, உயர்தரமான சிவப்பு நிறத்தோடு இருக்கும். ஆனால் எடையில் சிறிது குறையும்.

பயன்பாடு

இந்தச் செந்தூரத்தில் வேளைக்குத் துவரம்பருப்பு அளவு காலை மாலை, தாது விருத்திக்கு உரிய இலேகியங்களில் கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய

உடல் வலுவின்மை, விந்து வெளிப்படுதல், மக்கட் பேரின்மை ஆகியன தீரும்.

பத்தியம்

சத்துள்ள ஆகாரங்களை வேளை தவறாமல் உட்கொள்ளவும்.

குறிப்பு

இந்தச் செந்தூரத்தைத் தேனில் கொடுக்கச் சுரம், நீர்க்கோவை, குளிர், உடல் உளைச்சல், வாத, கப நோய்கள் குணமாகும்.

33. பூரண சந்திரோதயம் (வேறு முறை)

சரக்கு

தங்கம்	1 வராகன் எடை
வாலை ரசம்	8 "
சுத்தி செய்த கந்தகம்	16 "

செய்முறை

முதலில் வாலை ரசத்தைக் கல்வத்தில் இட்டுச் சுருள் தங்கரேக்கைப் பொடிப் பொடியாகக் கத்தரித்துப் போட்டு அரைக்கவும். இவைகள் இரண்டும் நன்றாய் உறவான சமயம் கந்தகத்தைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் போட்டு அரைத்து எல்லாம் உறவாகிக் கறுப்பு நிறமாக மாறியபின் செம்பருத்திப் பூச்சாற்றிலாவது அல்லது செம்பருத்திப் பூக்குடிநீரிலாவது நான்கு சாமம் அரைக்கவும். அதன்பின் செவ்வல்லி பூச் சாற்றில் இரண்டு சாமமும், பூமாதுளம் பூச்சாற்றில் இரண்டு சாமமும் அரைத்து, வெயிலில் நான்றாய் உலர்த்திப் பொடியாக்கிச் சிறு கமலாப் பழம் அளவுள்ள காசிக்குப்பியிலாவது, அது கிடைக்கப் பெறாத சமயம் நெருப்புக்கு நிற்கக்கூடிய கழுத்து நீண்ட புட்டியிலாவது போட்டு அந்தப் புட்டிக்கு மேலே 7-8 மண்சீலை செய்து உலர்த்தி வைத்துக் கொள்க.

அப்பால் $1\frac{1}{2}$ அல்லது 2 படி அளவு கொள்ளத்தக்க ஒரு மண்பானையில் இரண்டு விரற்கடை அளவு பெருமணலைக் கொட்டிப் பரப்பி நடுவில் சீலைசெய்த குப்பியயை வைத்து வாய்க்குப் பஞ்சுகொண்டு அடைத்து,

வாய்வரம்பிற்கு வட்டமாக மணல் கொட்டிப் பரப்பி வாயடைப்பைத் திறந்து விடவும். இந்தப் பானையை அசையாமல் காலை நேரத்தில் அடுப்பில் வைத்து நான்கு சாமம் வரையில் கிரமப்படி முத்தீயாக எரித்துக் கொண்டு வருக. இந்தச் சந்தர்ப்பத்தில் 2-3 மணி நேரத்திற்கு ஒருமுறை ஒரு நீண்ட குடைக்கம்பியைக் கொண்டு குப்பியின் வாய் அடைபடாமலிருக்கும் பொருட்டு உட்செலுத்திக் கிளறிக் கொடுத்துக் கொண்டிருக்கவும். நான்கு சாமத்திற்குச் சமீபித்தவுடன் பின்னும் தீயை அதிகப்படுத்தி எரித்து, அடிக்கடி குடைக்கம்பியைக் கொண்டு கிளறிக் கொடுக்கவும். எப்பொழுது குடைக்கம்பியின் முனை சிவந்து காட்டுகிறதோ அப்போது உள்ளிருக்கும் மருந்து செந்தூரமாய்விட்டதென்று உணர்க. அந்தச் சமயம் குடைக்கம்பியைக் கொண்டு கிளறிக் கொடுக்கும்போது மருந்து தட்டுப்படாது. புட்டியின் அடியில் கரகரப்புத் தோன்றும். அப்போது எரிப்பதை நிறுத்தி, அடுப்போடே ஆறவிட்டு, மறுநாள் புட்டியில் தூள் சிறிதும் இல்லாதபடி எடுத்துக் கல்வத்தில் போட்டு அரைத்துக் குப்பியிலிடுக.

பயன்பாடு

பச்சைக் கற்பூரம், கோரோசனை, குங்குமப்பூ, கிராம்பு, சாதிக்காய் ஆகியவற்றில் வகைக்கு வராகன் எடை 1 எடுத்து, மொத்த எடைக்குச் சம அளவு முன் முடித்த பூரணசந்திரோதயச் செந்தூரத்தைக் கூட்டிப் பன்னீர் விட்டு நான்கு சாமம் அரைத்துக் குன்றி அளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்திவைத்துக்

கொள்க. இந்த மாத்திரையை வேளைக்கு ஒன்றாகத் தினம் இரு வேளை பொடி செய்து பசுவின் பாலில் போட்டுக் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

சயம், காசம், சுவாசம், இருமல், மேகம், தாதுநட்டம் ஆகியன தீரும். தங்க நிறமான தேகமும் கண்களைப் பரிக்கத்தக்க ஒளியும் உண்டாகும்.

பத்தியம்

வேளை தவறாமல் நல்ல ஆகாரம் கொள்ளவும்.

மாத்திரைகள்

1. அதிமதுராதி மாத்திரை

சரக்கு

அதிமதுரத்தூள்	1 பலம்
வெண்மிளகுத்தூள்	1 "
பொரித்த எண்ணெய் வெங்காரம்	1 "

கழுவிச் சுத்தப்படுத்தியசோற்றுக்கற்றாழைச்சோறு 3 பலம்.

செய்முறை

இங்கே கூறப்பட்ட நான்கு சரக்குகளையும் கல்வத்தில் போட்டு, ஈரம் வற்றி மெழுகு ஆகும்படி அரைத்துப் பட்டாணி அளவு மாத்திரைகள் செய்து உலர்த்திச் சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இம்மாத்திரையில் ஒன்றை 4 மணி நேரத்திற்கு ஒருமுறை வாயில் இட்டுச் சப்பி, அதிலிருந்து கரைந்து வரும் திரவத்தை விழுங்கிக்கொண்டு வரவேண்டும்.

தீரும் நோய்

கபம் சம்பந்தமான இருமல்கள் தீரும்.

பத்தியம்

சீதளப் பண்டங்களை நீக்கி, மற்றவைகளை உண்ணவும்.

2. காச குலாந்தக மாத்திரை

சரக்கு

இலிங்கம்	1/4 பலம்
மனோசிலை	1/4 "
கறுநாபி	1/4 "
மிளகு	1/4 "
தாளகம்	1/4 "
பொரித்த வெங்காரம்	1/4 "
சுக்கு	1/4 பலம்
திப்பிலி	1/4 "

செய்முறை

மேற்கூறப்பட்ட எட்டு சரக்குகளில் இடித்துச் சூரணம் செய்ய வேண்டியவற்றைச் சூரணித்து, மற்றுள்ள சரக்குகளுடன் கல்வத்தில் போட்டு இஞ்சிச்சாறு விட்டு நான்கு சாமம் நன்றாய் அரைத்து மெழுகு பதத்தில், சிறு குன்றி அளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்திப் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இம் மாத்திரையைத் தினம் இரு வேளையாக மூன்று அல்லது ஐந்து நாள் வரையில் சிற்றரத்தைக் குடிநீர், தாய்ப்பால், இஞ்சிச்சாறு போன்ற அனுபானங்களில் கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

சுவாசம், காசம், ஈளை, சுரம் முதலியவைகள் தீரும்.

பத்தியம்

புளி தள்ளி, இச்சாபத்தியமாக இருத்தல் வேண்டும்.

குறிப்பு

இம்முறையில் வீரம் பலம் 1/4 கூட்டிக்கொள்ளும்படி வீரமாமுனிவர் கூறி உள்ளார்.

இம்மாத்திரையைச் செய்யும் போது சரக்குச் சுத்தியைக் கவனத்தில் வைக்கவும்.

3. சங்கு மாத்திரை என்னும் பேதி மாத்திரை

சரக்கு

சாதிக்காய்
சுக்கு
ஓமம்
திப்பிலி
கிராம்பு
கஸ்தூரி மஞ்சள்
கறுஞ்சீரகம்
சுட்ட வசம்பு
பொரித்த பெருங்காரம்

இவைகள் வகைக்குக் கழஞ்சு 1. வெள்ளைக் காக்கட்டான் வேர்ப்பட்டை கழஞ்சு -2.

செய்முறை

இவைகளை எல்லாம் கல்வத்தில் போட்டு வெந்நீர் விட்டு நான்கு சாமம் அரைத்து மெழுகு பதத்தில் கடலை அளவு மாத்திரைகள் செய்து, நிழலில் உலர்த்திச் சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

ஒரு வருடத்திற்குட்பட்ட குழந்தைகளுக்கு 1/2 மாத்திரை, ஒரு வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகளுக்கு ஒரு மாத்திரை வீதம் தினம் இருவேளை 3-5 நாள் வெந்நீரில் கொடுக்கவும். இதனால் இரண்டொரு தடவை மலம் போகும். அதிகமாகப் பேதியானால் சிறிது அளவைக் குறைத்துக் கொள்ளவும். மலம் சரிவர வெளியாகாவிடின் சிறிது அளவை அதிகப்படுத்திக் கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

நெஞ்சு கபம், இருமல், கக்கல், மலக்கட்டு, சன்னி தோடம், சுரம், வலி, மாந்தம், வயிற்றுவலி முதலியவைகள் தீரும்.

பத்தியம்

பால் உண்ணும் குழந்தைகட்குக் கொடுக்கும்போது தாய் புளி தள்ளி, இச்சாபத்தியமாக இருத்தல் வேண்டும்.

4. கற்பூராதி மாத்திரை

சரக்கு

பச்சைக் கற்பூரம்

செஞ்சந்தனம்

சகஸ்திரபேதி

வெட்டிவேர்

கண்டில் வெண்ணெய்

இவைகள் வகைக்கு	1 வராகன் எடை	
அதிமதுரம்	3	"
நெற்பொரி	6	"

செய்முறை

இவைகளை எல்லாம் இடித்துச் சூரணமாக்கிக் கல்வத்தில் போட்டுத் தாய்ப்பால் விட்டு அரைத்துக் கழற்சிக்காய் அளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்திப் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

அதிகச் சுரமாக இருக்கும்போதும் கடினமான தலைவலி, நாவறட்சி உள்ள போதும், கண்கள் சிவந்து தேகத்தில் எரிச்சல் மிகுந்து வாய்ப் பிதற்றும் போதும், தூக்கம் இல்லாமல் படுக்கையில் புரண்டு கொண்டிருக்கும் போதும் இந்த மாத்திரையில் பாதியைத் தாய்ப் பாலில் உரைத்து நெற்றி, கன்னம், உச்சந்தலை முதலிய இடங்களில் பற்றிடவும். உடனே சுரம் இறங்கும். நித்திரை உண்டாகும். இவ்வாறு இருமுறை போடுவதற்குள் எதிர்பாராத அளவு சுகத்தைத் தரும். ஒருமுறை பற்று போட்டபின் மறுமுறை பற்று போடுவதாக இருப்பின் அவ்விடங்களைச் சுத்தப்படுத்திவிட்டுப் பற்று போடவும். இது வெளிமருந்தாக மட்டுமே பயன்படும்.

5. விஷ்ணுசக்கர மாத்திரை

சரக்கு

இரசம்	கழஞ்சு 1
இலிங்கம்	"

கந்தகம்	கழஞ்சு 1
நாபி	"
காந்தம்	"
அரிதாரம்	"
மனோசிலை	"

செய்முறை

இங்கே கூறப்பட்ட ஏழு சரக்குகளையும் கல்வத்தில் இட்டுப் பழச்சாற்றினால் மூன்று சாமம் அரைத்து, மிளகு அளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

தினம் இரு வேளை பிணிக்குத் தக்கவாறு தேன், திரிகடுகு, இஞ்சிரசம் முதலிய அனுபானங்களில் கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

பக்கசூலை, வாதரோகம், பதிமூன்று வகைப்பட்ட சன்னி தோடங்கள் தீரும்.

பத்தியம்

புளி நீக்கி ஆகாரம் கொள்ளல் வேண்டும்.

6. விஷ்ணுசக்கர மாத்திரை (வேறு முறை)

சரக்கு

நாபி

சூதம்

கெந்தி

மனோசிலை

காந்தம்

இவைகள் வகைக்கு வராகன் எடை 1.

கடுகுரோகணி

அரிசித்திப்பிலி

மிளகு

இந்துப்பு

சுக்கு

இவைகள் வகைக்கு வராகன் எடை - 2.

செய்முறை

மேற் கூறப்பட்ட பத்து சரக்குகளில் சுத்தி செய்யவேண்டியவைகளைச சுத்தி செய்தும், இடித்துச் சூரணம் செய்ய வேண்டியவற்றைச் சூரணித்தும், ஒரு மிக்கக் கல்வத்தில் போட்டு எலுமிச்சம் பழச்சாறு விட்டு 2-3 சாமம் அரைத்துப் பயறு அல்லது உளுந்து அளவு மாத்திரைகள் திரட்டி நிழலில் உலர்த்திப் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இந்த மாத்திரையில் வேளைக்கு ஒரு மாத்திரை வீதம் தேன், இஞ்சிச்சாறு முதலியவற்றில் அனுபானம் செய்து கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

கபால சூலை, பீனிசம், பித்தவாயு, வாதவலி, மகோதரம், கபம், சோகை, கழிச்சல், அதிசாரம், அதிக வியர்வை, சுரம், கண், தலை, இடுப்பு முதலிய இடங்களில் பற்றிய வலி ஆகிய யாவும் தீரும்.

7. கப நிவாரண மாத்திரை

சரக்கு

வில்வமர வேர்ப்பட்டை

கற்பூரவள்ளி இலை அல்லது அதன் பட்டை

நெற்பொரி

கோரோசனை

மனோசிலை

ஏலரிசி

சீரகம்

சிற்றாமுட்டி வேர்ப்பட்டடை

குங்குமப்பூ

தேவதாரு கட்டை

ஆடாதோடை வேர்ப் பட்டை

முருங்கை வித்து

செய்முறை

இங்கே கூறப்பட்ட பன்னிரண்டு சரக்குகளையும் ஒரு அளவாகக் கல்வத்தில் போட்டு முதலில் தும்பையிலைச் சாற்றிலும் பின்னால் தாய்ப் பாலிலும் நன்கு அரைத்துத் தூதுவளங்காய் அளவு மாத்திரைகள் செய்து உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

கபமானது நுரையீரலில் அதிகமாகச் சிக்குண்டு சுரம் தணியாமல் இருக்கும்போது சில மாத்திரையைத் தும்பையிலைச் சாற்றில் உரைத்துத் தாய்ப்பால் விட்டுக் குழைத்து மார்புக்குப் (நுரையீரலுக்குச் சமீபமாக) பூசவும். இப்படித் தினம் 2-3 வேளை பற்றிட்டுக் கொண்டுவரக் கபத்தை எளிதில் கரைத்துவிடும். இது வெளி மாத்திரையாகும்.

8. மருத்துவாமிர்த மாத்திரை

சரக்கு

அதிமதுரம்

ஏலம்

சகஸ்திரபேதி

மாசிக்காய்

இரசக் கற்பூரம்

சாதிகோஷ்டம்

கோரோசனை

சண்பகமொட்டு

இலவங்கப்பத்திரி

இவைகள் வகைக்கு வராகன் எடை $1\,^1/_4$.

செய்முறை

மேற் கூறப்பட்ட ஒன்பது சரக்குகளில் இடித்துச் சூரணம் செய்ய வேண்டியவைகளைச் சூரணித்து, இரசக்கற்பூரத்தைச் சுத்திசெய்து

எல்லாவற்றையும் கல்வத்தில் போட்டு வைத்துக் கொள்ளவும். அப்பால் 1/2 பலம் வெட்டிவேர், 1/2 பலம் விலாமிச்சம் வேர் ஆகியவைகளைப் பஞ்சுபோல் நசுக்கி ஒரு பாண்டத்தில் போட்டு, 1/4 படி நீர் விட்டு அடுப்பில் வைத்துச் சிறுக எரித்து வீசம்படி அளவு சுண்டிய சமயம் வடிகட்டவும். அதனில் துளசிச்சாறு, மாசிப்பத்திரிச் சாறு வகைக்கு 2-3 அவுன்ஸ் வீதம் விட்டுக் கலக்கி, முன் சித்தப்படுத்தி வைத்துள்ள கல்வத்தில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக விட்டு 2 சாமம் அரைத்து மெழுகு பதமாகத் திரளும்போது வெந்தயம் அளவாக மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்திப் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

குழந்தைகளின் பருவத்திற்கு ஏற்றவாறு 1-2 அல்லது 3 மாத்திரை வீதம் தினம் ஒருபொழுது 2-5 நாள் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

- ❖ மாசிப்பத்திரி இலையை ஒரு கைப்பிடி அளவு புதுச் சட்டியில் போட்டுச் சலசலப்பாக வறுத்துத் தண்ணீர் விட்டுக் காய்ச்சிய குடிநீரில் கொடுக்கச் சிங்கு மாந்தக்கணை தீரும்.
- ❖ இலவங்கப்பூவை வறுத்து நீர்விட்டுக் காய்ச்சிய குடிநீரில் கொடுக்க மாந்தத்தில் காணும் பேதி குணமாகும்.
- ❖ தாய்ப்பாலில் கொடுக்க மேல்வயிறு பொருமி குடல் புரண்டு புரண்டு எழுந்து அடங்கும் குடல்படுவன் குணமாகும்.

9. சாந்த சந்திரோதய மாத்திரை

சரக்கு

இரசக் கற்பூரம்	1 வராகன் எடை
பொரித்த வெங்காரம்	1/2 "
கப்பு மஞ்சள் தூள்	3 "

செய்முறை

இவைகளைக் கல்வத்தில் போட்டு எலுமிச்சம் பழச்சாறு விட்டு இரண்டு சாமம் நன்கு அரைத்து மெழுகு பதமாகத் திரளும்போது பயறு அல்லது உளுந்து அளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்திப் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இந்த மாத்திரையை வேளைக்கு ஒன்று வீதம் தினம் இரு வேளை, மூன்று நாள் தேனில் கொடுக்கவும். நோய் வலுத்திருப்பின் துளசிச்சாறு, கம்மாறு வெற்றிலைச்சாறு, இஞ்சிச்சாறு, தாய்ப் பால் முதலிய அனுபானங்களில் கொடுத்தால் மிக்க நலத்தை உண்டாக்கும்.

தீரும் நோய்

குழந்தைகட்குக் காணும் சுரம், சலதோஷம், மாந்தம், இருமல், அசீரணம் முதலியவை தீரும்.

பத்தியம்

பால் உண்ணும் குழந்தைகட்குக் கொடுக்கும்போது தாய் இச்சாபத்தியமாக இருத்தல் நன்று. சீதளப் பண்டங்களை முற்றிலும் நீக்க வேண்டும்.

10. உத்தாமணி மாத்திரை

சரக்கு

திப்பிலி
கடுகு
ஓமம்
ஆமையோட்டுப் பற்பம்
பூண்டு
பொரித்த பெருங்காயம்
நாயுருவி விதை

செய்முறை

மேற்கூறப்பட்ட ஏழு சரக்குகளில் இடித்துச் சூரணம் செய்ய வேண்டியவற்றைச் சூரணித்து, மற்றச் சரக்குடன் கூட்டிக் கல்வத்தில் போட்டு உத்தாமணி இலைச்சாறு விட்டு நன்கு அரைத்து மெழுகு பதத்தில் கடலை அளவு மாத்திரைகள் செய்து பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

குழந்தைகட்கு வேளைக்கு ஒரு மாத்திரை வீதம், தினம் இரு வேளை தேன், தாய்ப் பால் முதலிய அனுபானங்களில் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

பேதி, வாந்தி, அசீரணம், மாந்தம், வயிற்றுப் பொருமல், நெஞ்சுக் கபம் முதலியவை தீரும்.

பத்தியம்

முன் முறையில் கூறியதேயாகும்.

11. சயகுலாந்தக மாத்திரை

சரக்கு

வாலைரசம்
இலிங்கம்
கறுஞ்சீரகம்
பவழப் பற்பம்
மான்கொம்புப் பற்பம்
அப்பிரகப் பற்பம்
தங்கச் செந்தூரம்
கந்தகம்
உருத்திராட்சம்
கறுநாபி
வெள்ளிப்பற்பம்
முத்துப் பற்பம்
பொரித்த வெங்காரம்
தாம்பரச் செந்தூரம்

இவைகள் வகைக்கு வராகன் எடை -1.

செய்முறை

மேலே குறிப்பிட்டுள்ள பதினான்கு சரக்குகளில் முதலில் வாலைரசம், சுத்தி செய்த கந்தகம், இலிங்கம் ஆகிய மூன்றையும் கல்வத்தில் போட்டு நன்கு அரைத்து இரசம் உருமாறிய பின், உருத்திராட்சம், கறுஞ்சீரகம், சுத்தி செய்த கறுநாபி முதலியவற்றின் சூரணத்தையும் மற்றுமுள்ள செந்தூரப் பற்பங்களையும் கூட்டிப் பழச்சாறு விட்டு ஒரு சாமம் நன்றாய் அரைத்துப் பச்சைப் பயறு அளவாக மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்திப் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இந்த மாத்திரையை வேளைக்கு ஒன்றாகக் காலையும் மாலையும் தகுந்த அனுபானங்களில் கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

சய சுரம், இருமல், இளைப்பு முதலியவகைள் நீங்கும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியமாக, நல்ல ஆகாரம் கொள்ள வேண்டும்.

12. குங்குமப்பூ மாத்திரை

சரக்கு

சுக்கு
வெண்மிளகு
ஓமம்
கோஷ்டம்
இலிங்கம்
கோரோசனை
சாம்பிராணிப்பதங்கம்
திப்பிலி
இலவங்கம்
ஏலம்
வால்மிளகு
வெங்காரம்

குங்குமப்பூ

இவைகள் வகைக்கு வராகன் எடை 1.

செய்முறை

மேற் கூறப்பட்ட சரக்குகளில் சூரணிக்க வேண்டியவற்றைச் சூரணித்து, இதரச் சரக்குகளுடன் கல்வத்தில் போடவும். மூன்று அவுன்ஸ் கொதி நீரில், மூன்று குன்றி எடை குங்குமப்பூவைப் போட்டு 2-3 மணி நேரம் ஊறவிட்டுப் பிசைந்து வடிகட்டிக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகக் கல்வத்தில் விட்டு அரைத்து மெழுகுபதத்தில். உளுந்து அளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்திப் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

வேண்டும்போது குழந்தைகளின் பருவத்திற்கு ஏற்றவாறு மாத்திரையை வேளைக்கு ஒன்றாக, தினம் இரு வேளை தேன், தாய்ப்பால் முதலிய அனுபானங்களில் கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

சுரம், சலதோஷம், மலச்சிக்கல், வியர்வை, சீதளம் முதலியவைகள் குணமாகும்.

13. சிரோரத்தின மாத்திரை

சரக்கு

கஸ்தூரி மஞ்சள்	1 பலம்
சாம்பிராணி	$^1/_2$ "
சுக்கு	$^1/_2$ "
இலவங்கம்	$^1/_4$ "
ஓமம்	$^1/_4$ "
வெங்காரம்	$^1/_2$ "
மிளகு	$^1/_2$ "
சாதிக்காய்	$^1/_2$ "
கற்பூரம்	$^1/_2$ "
பூசும் மஞ்சள்	$^1/_4$ "

செய்முறை

இவற்றை எல்லாம் சூரணித்துக் கல்வத்தில் போட்டுத் தாய்ப்பால் விட்டு அரைத்து மெழுகு பதத்தில் சுண்டைக்காய் அளவு மாத்திரைகள் செய்து உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

வேண்டும்போது ஒரு மாத்திரையைத் தாய்ப்பாலில் குழைத்து நெற்றிப் பொறி, கன்னம் முதலிய இடங்களில் தளமாகப் பூசிவரவும்.

தீரும் நோய்

சீதளநீரை வற்றச்செய்து தலைவலி, தலைபாரம் முதலியவற்றைக் குணப்படுத்தும்.

பத்தியம்

சீதளப் பண்டங்களையும் நோய்க்காகாத பண்டங்களையும் நீக்கவும்.

14. பாலசஞ்சீவி மாத்திரை

சரக்கு

சுக்கு
மிளகு
திப்பிலி
வெங்காரம்
இலிங்கம்

இவைகள் வகைக்கு வராகன் எடை -1.

செய்முறை

இலிங்கத்தைச் சுத்தி செய்தும் வெங்காரத்தைப் பொரித்தும் மற்றச் சரக்குகளை இடித்துச் சூரணித்தும் கல்வத்தில் போட்டுப் பழச்சாறு விட்டு ஒரு சாமம் அரைத்துப் பயறு அளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்திப் பத்திரப்படுத்துக.

பயன்பாடு

இந்த மாத்திரையை வேளைக்கு ஒன்றாகக் குழந்தைகளுக்குத் தினம் இரு வேளை, மாசிப்பத்திரி பிட்டவியல் சாற்றில் கொடுத்து வருக.

தீரும் நோய்

சுரம், இருமல், தோடம் குணமாகும்.

15. மகா வசந்த குசுமாகர மாத்திரை

சரக்கும் செய்முறையும்

பொன், அயம், முத்து, பவளம், அப்பிரகம், காந்தம், வங்கம், நிமிளை, கந்தி, செம்பு ஆகியவைகளின் பற்பங்களையும் நாபியையும் சம அளவு எடுத்துக் கல்வத்தில் இட்டுக் குமரிச்சாற்றினால் 3 நாள் அரைத்துத் திரண்ட பிறகு முத்துச்சிப்பியினில் வைத்து, மற்றொரு முத்துச்சிப்பியினால் பொருந்த மூடி, வெங்காரத்தையும், குன்றிமணிப் பருப்பையும் பழச்சாற்றினால் அரைத்து மேற்படி முத்துச்சிப்பிக்குக் கவசம் இட்டு, உலர்ந்த பின் மேலும் கவசித்து உலர்த்தவும். நன்றாக இறுகி உலரும் வரை மேற்படியாகக் கவசம் இடவும். இதை மணல் மறைவில் எரித்துப் பதம் வந்த பிறகு ஆறவிட்டு எடுத்து, கவசத்தை நீக்கிச் சிப்பியுடன் கல்வத்திட்டுப் பொடித்து, செங்கழுநீர்ப் பூச்சாறு, கோங்கிலவம் பூச்சாறு, தாமரைப் பூச்சாறு, மாதுளம் பூச்சாறு இவைகளில் தனித்தனியாக நன்றாக அரைத்த பிறகு வெட்டிவேர்க் குடிநீர், விலாமிச்சம் வேர்க் குடிநீர் ஆகியவைகளில் முறையே ஒவ்வொரு நாள் அரைத்து, மருந்து எடைக்கு $^1/_2$ பங்கு கஸ்தூரி, $^1/_2$ பங்கு குங்குமப்பூ, $^1/_{16}$ பங்கு பச்சைக்கற்பூரம் சேர்த்து, வெட்டிவேர்க் குடிநீரால் 3 நாள் அரைத்துக் குன்றி அளவு மாத்திரை செய்து நிழலில் உலர்த்தவும்.

பயன்பாடு

- ❖ மாத்திரையைச் சர்க்கரையில் கொடுக்கப் பயித்தியமும்
- ❖ தேனில் கொடுக்கக் கபநோய்களும்
- ❖ அரத்தையும் சுக்கும் சேர்ந்த குடிநீரில் கொடுக்க அசீரணமும்
- ❖ வாய்வுகளுக்கு அசுவகந்திச் சூரணமும்
- ❖ இஞ்சிச் சாற்றில் காசங்களும்
- ❖ மஞ்சளும் திப்பிலியும் சேர்ந்த குடிநீரில் கொடுக்கச் சுவாசகாசங்களும்
- ❖ கடுக்காய், உப்பு, இலவங்கம் சேர்ந்த சூரணத்தில் கொடுக்கச் சயநோயும்
- ❖ மிளகும் சர்க்கரையும் சேர்ந்த சூரணத்தில் கொடுக்கச் சுரமும் மனக்கலக்கமும்

- பசுவின் நெய்யில் கொடுக்க அசீரணப் பித்தமும்
- இளைப்பு நோயில் தேற்றான் விதைச் சூரணமும்
- எலும்புருக்கி நோயில் நெல்லிவிதைச் சூரணமும்
- விளாம்பழத்தில் வீக்கமும்
- கொடிவேலி வேர்ப்பட்டைக் குடிநீரில் மூலமும்
- சீந்திற் சர்க்கரையில் பிரமேகமும்
- வெள்ளரிவிதை, சிலாசத்துப் பற்பம், சர்க்கரை சேர்ந்த அனுபானத்தில் கொடுக்க நீர்க் கட்டும்
- காட்டாத்திப் பூக் குடிநீரில் வழங்க அதிசாரமும்
- கசகசாப் பொடியில் ஊழியும்
- வெதுப்பிப் பொடித்த சுக்குத்தூளில் கிராணியும்
- நெல்லி விதை, சிவதை சேர்ந்த சூரணத்தில் வயிற்றுவலியும்
- திப்பிலி, இந்துப்பு சேர்ந்த பொடியில் மந்தாக்கினியும்
- பசு மூத்திரத்தில் சோபையும்
- முப்பலைச் சூரணத்தில் பாண்டும்
- கரிப்பான் கற்கத்தில் காமாலையும்
- கார்போகியில் குட்டமும்
- படிகாரப் பொடியில் மார்புநோயும்
- எவாச்சாரத்தில் குன்மமும்
- நொச்சி, இஞ்சி சேர்ந்த குடிநீரில் சன்னியும்
- குடசப் பாலை, இலவங்கம் சேர்ந்த பொடியில் சூதகவாயுவும்
- எருமைப்பாலில் அபஸ்மாரமும்
- வெள்ளைக் காக்கண பூச்சாற்றில் பயித்தியங்களும் தீரும்.

இன்னும் பிற நோய்களும் தக்க அனுபானங்களில் கொடுக்கத் தீரும் என்று கூறப்பட்டுள்ளது.

16. மகா வசந்த குசுமாகர மாத்திரை (வேறு முறை)

சரக்கு

தங்கச் செந்தூரம்
அப்பிரகச் செந்தூரம்
நிமிளைச் செந்தூரம்

முத்துப்பற்பம்
காந்தச்செந்தூரம்
கந்தகம்
அயச்செந்தூரம்
வெள்வங்கப் பற்பம்
நாபி
பவளப் பற்பம்
தாம்பிரச்செந்தூரம்

இவைகள் வகைக்கு வராகன் எடை 2.

செய்முறை

இவற்றைக் கல்வத்தில் போட்டுச் சோற்றுக் கற்றாழைச் சாறு விட்டு நான்கு சாமம்அரைக்கவும். மருந்தை வழித்துப் பொருத்தமான ஒரு சோடி முத்துச் சிப்பியைக் கொண்டு வந்து ஒன்றுக்குள் அடக்கம் செய்து மற்றோர் சிப்பியால் மூடவும். வாய் பொருத்தத்திற்கு வெங்காரமும் குன்றிமணிப் பருப்பும் கூட்டிப் பழச்சாற்றால் அரைத்துப் பூசிக் கவசமிட்டுச் சுண்ணாம்புச் சீலை செய்து வாலுகாயந்திரத்தில் வைத்து 2-3 சாமம் எரிக்கவும். ஆறிய சிப்பியின் மேல் உள்ள கவசத்தை நீக்கி, சிப்பியுடன் கல்வத்தில் போட்டுச் செங்கழுநீர்ப்பூ, கோங்கு இலவம்பூ, தாமரைப்பூ, பூமாதுளம்பூ ஆகியவற்றின் சாற்றாலும் வெட்டிவேர், விலாமிச்சம் வேர் முதலியவற்றின் குடிநீராலும் ஒவ்வொரு சாமம் அரைக்கவும். மருந்தின் மொத்த எடைக்கு எட்டில் ஒரு பாகம் குங்குமப்பூவும், பதினாறில் ஒரு பாகம் பச்சைக் கற்பூரமும் கூட்டி, வெட்டிவேர்க் குடிநீரில் ஒரு சாமம் அரைத்துக் குன்றி அளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்திப் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இந்த மாத்திரையை வேளைக்கு ஒன்றாகத் தினம் இரு வேளை தகுந்த அனுபானங்களில் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

சுரம், இருமல், நீரேற்றம், காசம், தொண்டைக்கம்மல், கபசுரம் முதலியவைகள் குணமாகும்.

பத்தியம்

நோய்க்கு ஏற்றவாறு கஞ்சி இனங்களைச் சேர்க்கவும்.

17. இலகு வசந்த குசுமாகர மாத்திரை

சரக்கு

இலிங்கம்	1 பலம்
இலவங்கம்	1 "
கோஷ்டம்	1 "
அதிமதுரம்	1 பலம்
வெங்காரம்	1 "
திப்பிலி	1/2 "
அக்கிராகாரம்	1/2 "
குங்குமப்பூ	1 வராகன் எடை
கோரோசனை	1/2 "
பச்சைக் கற்பூரம்	1/2 "

செய்முறை

மேற்கூறப்பட்ட சரக்குகளில் சூரணிக்க வேண்டியவைகளைச் சூரணித்து மற்ற சரக்குகளுடன் கல்வத்தில் போட்டு இஞ்சிச்சாறு, தாய்ப்பால் இவைகளில் ஒவ்வொன்றிலும் இரண்டிரண்டு நாள் அரைத்து மெழுகு பதத்தில், பயறு அளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்திப் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

வேண்டும்போது இந்த மாத்திரையை வேளைக்கு ஒன்றாகத் தினம் இரு வேளை இஞ்சிச் சாறு, தேன், தாய்ப்பால் போன்ற அனுபானங்களில் கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

பழைய சுரம், கபம், காசம், தாகம், தும்மல், ஏப்பம், தலைவலி, பிடரிவலி முதலியவைகள் குணமாகும்.

பத்தியம்

நோய்க்கு ஏற்றவாறு எளிதில் சீரணிக்கக் கூடிய ஆகாரம் கொடுக்கவும்.

18. இருதா மாத்திரை

சரக்கு

மிளகு	2 வராகன் எடை
குங்குமப்பூ	1 "
பச்சை சதாப்பு இலை	8 எண்ணிக்கை
கோரோசனை	1 வராகன் எடை
உரித்த வெள்ளைப்பூண்டு	1 "

செய்முறை

இங்கே கூறப்பட்ட சரக்குகள் ஐந்தையும் கல்வத்தில் இட்டுக் கை ஓயாமல் ஒரு சாமம் அரைக்கவும். மெழுகு பதத்திற்கு வரப் போதிய ஈரம் இல்லாவிடின் நோயற்ற தாயின் பால் சிறிது சேர்த்து அரைத்துப் பச்சைப்பயிறு அளவில் மாத்திரைகளாகச் செய்து நிழலில் உலர்த்திப் பத்திரமாக வைக்கவும்.

பயன்பாடு

ஒரு வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகளுக்கு வேளைக்கு ஒரு மாத்திரை விகிதம் தினம் ஒன்றுக்கு இரண்டு அல்லது மூன்று வேளை தாய்ப்பாலில் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

சுரம், வலி, மாந்தம், இருமல் முதலிய பிணிகள் தீரும்.

பத்தியம்

தாய் இச்சாபத்தியமாக இருத்தல் வேண்டும்.

19. கோரோசனை மாத்திரை

சரக்கு

கோரோசனை	$^1/_2$ வராகன் எடை
குங்குமப்பூ	$^1/_2$ "
கஸ்தூரி	1 "
பச்சைக்கற்பூரம்	$^1/_2$ "
சுக்கு	பலம் அரைக்கால்
அதிமதுரம்	"

அக்கிராகாரம்	பலம் அரைக்கால்
ஏலம்	"

செய்முறை

மேற் கூறப்பட்ட சரக்குகளைக் கல்வத்தில் போட்டு மாசிப்பத்திரிச் சாறு, குங்குமப்பூ, சந்தனம், வெட்டிவேர் இவைகளின் குடிநீரால் தனித்தனியே ஒவ்வொரு சாமம் அரைத்துப் பயறு அளவு மாத்திரைகளாகத் திரட்டி நிழலில் உலர்த்துக.

பயன்பாடு

குழந்தைகளுக்கு வயதுக்குத் தக்கபடி $^1/_2$- 1 ஆகத் தேன், தாய்ப்பால், இஞ்சிச் சாறு முதலியவற்றில் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

சன்னி, தொண்டைக் கட்டு, தோடசுரம் முதலிய பிணிகள் நீங்கும்.

பத்தியம்

குழந்தையினது நோயின் தன்மைக்கு இசைந்தவாறு புளி நீக்கியும் நீக்காமலும் இச்சாபத்தியமாகத் தாய் இருத்தல் நன்று.

20. இலவங்காதி மாத்திரை

சரக்கு

கிராம்பு	6	வராகன் எடை
மிளகு	4	"
பூரம்	1	"
இலிங்கம்	1	"
இரசம்	1	"
கந்தகம்	1	"
வெங்காரம் பொரித்தது	2	"
சுத்தித்த வாளம்	10	"

செய்முறை

இங்கே கூறிய சரக்குகள் எட்டினையும் கல்வத்தில் இட்டு, இரண்டு பலம் கடுக்காய்த் தோலை அரைப்படி நீரில் போட்டு, அரைக்கால் படியாகக் காய்ச்சி

வடித்தக் குடிநீரில் இரண்டு சாமம் அரைத்து மெழுகு பதத்தில், உளுந்து அல்லது மிளகு அளவு மாத்திரைகள் செய்து, நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

குழந்தைகளுக்கு வியாதிக்கு ஏற்றவாறு அனுபான பேதம் செய்து கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

மாந்தம், சுரம், இழுப்பு, சன்னி தோடம் முதலியன நீங்கும். தவிர இம்மாத்திரைகளை மாதத்திற்கு இரண்டு முறை விரேசனம் (பேதி மருந்து) கொடுத்துவர எத்தகைய நோயும் அணுகவொட்டாமல் பாதுகாக்கும்.

21. கற்பூர மாத்திரை

சரக்கு

ஏலரிசிச் சூரணம்	1 வராகன் எடை
சுத்திசெய்த கந்தகம்	1 "
கற்பூரம்	1 "
சிற்றண்டத்தைலம்	துளி 120 ($^1/_4$ அவுன்ஸ்)

செய்முறை

இங்கே கூறிய நன்கு சரக்குகளைக் கல்வத்தில் இட்டு அரைத்து முப்பது மாத்திரைகளாகச் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

ஒரு வருடத்துக்கு உட்பட்ட குழந்தைகட்கு 1/2 மாத்திரையும் அதற்கு மேற்பட்ட குழந்தைகளுக்கு 1 மாத்திரையும் தேனிலாவது, தாய்ப் பாலிலாவது தினம் இரு வேளை மூன்று நாள் கொடுக்கவும்..

தீரும் நோய்

குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் கக்குவான் இருமல் குணமாகும்.

பத்தியம்

ஆகாரம் உட்கொள்ளும் குழந்தைகளாக இருப்பின் உப்பு, புளி நீக்கல் வேண்டும். பால் உண்ணும் குழந்தைகளுக்குத் தாய் புளி நீக்கி, இச்சாபத்தியம் கொள்ளல் வேண்டும்.

22. சுவர்ணபூபதி மாத்திரை

சரக்கு

கந்தகம்	1 பலம்
வாலை இரசம்	1 "
கறுநாபி	1 பலம்
பவழம்	1 "
படிகாரம்	1 "
வெங்காரம்	1 "
மனோசிலை	1 "
பாடாணம்	1 "

செய்முறை

இந்த கூறப்பட்ட எட்டுச் சரக்குகளையும் கல்வத்தில் இட்டுப் பழரசத்தில் மூன்று நாளும், குமரிச்சாற்றில் மூன்று நாளும் அரைத்து ஒரே வில்லையாகத் தட்டி உலர்த்திடுக. ஒரு சட்டியில் இரண்டங்குல உயரமிருக்கும்படி மேல் தோல் சீவிய குமரி மடலைப் போட்டு, அதன் மீது முன்னே தட்டிய வில்லையை வைத்து அதன் மேல் முன்போலவே குமரிமடலைப் போட்டு மேல் சட்டி மூடி, முத்தீயாக இருபத்து நான்கு மணி நேரமும் எரிக்கவும். பின் ஆறவிட்டுத் திறந்து கற்றாழைமடல் சாம்பல் உட்பட எல்லாவற்றையும் சுரண்டி எடுத்துக் கல்வத்தில் இட்டு, அதனோடு தங்கரேக்கு, வெள்ளிரேக்கு, இலிங்கம், பவழம், உருத்திராக்கம், கெட்டிமுத்து, அக்கிராகாரம், பச்சைக் கற்பூரம் ஆகியவைகளை வகைக்கு ஒன்றேகால் வராகன் எடை சேர்த்து, தாய்ப்பால், பூமாதுளம் பூச்சாறு, கறுத்துளசிச்சாறு முதலியவற்றால் ஒவ்வொரு நாள் அரைத்துச் சிறு வில்லைகளாய்த் தட்டி நிழலில் உலரவைத்துப் பூவரசம் பழுப்பிலையில் வைத்து, நூலில் கட்டி இருபது நாள் வரை தானியப்புடம் வைக்கவும். பின்னர் சுகந்த பனி நீரால் நான்கு சாமம் அரைத்துப் பச்சைப் பயறு அளவு மாத்திரை செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

ஒரு மாத்திரையை வியாதிக்கு இசைந்த அனுபானங்களில் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

சன்னி தோடம், ஈளை, காசம், நீரிழிவு, மகோதரம், கவுசி, பாண்டு, முகவாதம், எலும்புருக்கி, முதலிய கொடிய நோய்கள் குணமாகும்.

பத்தியம்

புளி நீக்கி, இச்சாபத்தியமாக இருத்தல் வேண்டும்.

குறிப்பு

இம்மாத்திரை மிக்க நன்மை தரத் தக்கதேனும் அதிகக் கவனமின்றி பயன்படுத்தினால் பலவிதத் தீமைகள் ஏற்பட வாய்ப்புண்டு. உடலின் தன்மையையும் நோயின் வன்மை மென்மையையும், கால நிலையையும் உய்த்துணர்ந்து, அதிக அளவாகவும் நீண்ட நாட்களும் கொடுக்காமல், இடைவிட்டு இடைவிட்டு விளைவுகளைச் செவ்வையாகக் கவனித்துக் கொடுக்க வேண்டும் என்று அறிவுறுத்தப்பட்டுள்ளது.

23. சுவாசகாச மாத்திரை

சரக்கு

கிராம்பு	1	தோலா
பொரித்த வெங்காரம்	1	"
வெளுக்க வறுத்த துருசு	1	"
வெள்ளைப் பாடாணம்	1	"
மூசாம்பரம்	1	"
திப்பிலி	1	"
அபினி	$^{1}/_{2}$	"

செய்முறை

இந்த கூறப்பட்ட ஏழு சரக்கினையும் கல்வத்தில் இட்டு, வெள்ளாட்டுப் பிச்சியினின்று எடுத்த நீரினால் மெழுகு பதமாக அரைத்துப் பச்சைப்பயறு அளவில் மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

சீதளத்தினால் மார்பில் கோழை மிகுந்து இருமலினாலாவது இழுப்பினாலாவது துன்பப்படும்போது, மூன்று அல்லது நான்கு மணி நேரத்திற்கு ஒரு மாத்திரையாக வாயில் போட்டு, விழுங்காமல் நாவினால் சுவைத்து, உமிழ் நீரைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக விழுங்கவும்.

தீரும் நோய்

கோழை கரைந்து எளிதில் வெளிப்பட்டு இரண்டு,மூன்று நாட்களுக்குள் பூரண குணமடையும்.

24. குக்கிலாதி மாத்திரை

சரக்கு

சுக்கு
திப்பிலி
மிளகு
வாய்விளங்கம்
கோரைக்கிழங்கு
செவ்வியம்
கடுக்காய்த் தோல்
நெல்லிக்காய்
தான்றிக்காய்த் தோல்
கடுகுரோகணி
மஞ்சள்
கொடிவேலி வேர்
தேவதாரம்
ஏலக்காய்
புக்கர மூலம்
வசம்பு
மரமஞ்சள்
இலவங்கப்பட்டை
இந்துப்பு
வளையலுப்பு
கறியுப்பு
வெட்பாலை அரிசி

மூக்கிரட்டை வேர்

யானைத்திப்பிலி

திப்பிலிமூலம்

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு $^1/_2$ பலம் வீதம் எடுத்துக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துச் சூரணம் செய்து, சுத்தி செய்த குக்கில் 13 பலம் எடுத்துச் சூரணத்துடன் கலந்து நன்றாக ஒன்று சேரும் வரை இடித்து, இலந்தைக்கொட்டை அளவு மாத்திரை செய்து கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இதை நெய்யிலோ, தேனிலோ சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

உடம்பு வீக்கம், சயம், காசம், சுவாசம், அக்கினி, மாந்தம் குன்மம், ஆசன நோய்கள், மூலம், வயிற்றிலுள்ள கட்டிகள், பொருமல், மகோதரம், பாண்டு, கிராணி, தோல் நோய், கபம், ஈளை முதலிய பலவித கொடூர நோய்களும் தீரும்.

25. திரிகடுகு மாத்திரை

சரக்கு

சுக்கு

மிளகு

சாதிக்காய்

சிற்றரத்தை

கோரைக்கிழங்கு

கற்கடகசிங்கி

அக்கிராகாரம்

நெல்லிவற்றல்

தான்றித்தோல்

மஞ்சிட்டிக் கிழங்கு

திப்பிலி

கிராம்பு

பொரித்த இந்துப்பு
சிறுநாகப்பூ
தாளிசப்பத்திரி
முசுருமுசுட்டை
சுத்தி செய்த காந்தம்
கடுக்காய்த் தோல்
திப்பிலிமூலம்

செய்முறை

இவைகளை ஒன்றுகூட்டிக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துச் சூரணம் செய்து வைத்துக்கொண்டு, கல்வத்தில் இட்டுக் கையாந்தகரைச் சாறு விட்டு 3 சாமங்கள் அரைக்கவும். பின்பு, வெள்ளிரேக்கையும் தங்கரேக்கையும் சேர்த்து இம்மூன்றையும் வேறொரு கல்வத்தில் இட்டுக் கையாந்தகரைச் சாறு விட்டு ஒன்றாகும் வரை அரைத்தபின், முன்சொன்ன விழுதையும் சேர்த்து ஒன்று கலந்து நன்றாக அரைத்து மாத்திரைகளாக உருட்டிக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

திப்பிலித்தூள் 1 வராகன் எடையுடன் இம்மாத்திரையில் ஒன்றை வைத்துத் தேனில் குழைத்துச் சாப்பிட ஐய நோய் தீரும்.

26. சுவர்ணமாலினி வசந்தம்

சரக்கு

சுத்தி செய்த பொன்	1 பலம்
சுத்தி செய்த முத்து	2 "
சுத்தி செய்த இலிங்கம்	3 "
மிளகு	4 "
சுத்தி செய்த வெள்ளைத்துத்தம்	8 "

செய்முறை

இவைகளை ஒரு சுத்தமான கல்வத்தில் இட்டுப் பசுவின் வெண்ணெய் சேர்த்து நன்றாக அரைக்கவும். பின்பு எலுமிச்சம் பழச்சாறு வார்த்து 3 சாமங்கள் அரைத்துப் பணவெடை உள்ள (3 $^1/_2$ குன்றி) மாத்திரைகளாக உருட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

இதிலொரு மாத்திரையைத் தேனுடன் குழைத்து உட்கொள்ள சயம், இருமல் முதலானவை தீரும்.

27. அகத்தியர் குளிகை

சரக்கு

சுத்தி செய்த பாதரசம்	1 வராகன் எடை
விடத்தேர் வேர்	1 "

செய்முறை

இவ்விரண்டையும் கல்வத்தில் இட்டு மல்லிகைப் பூ இதழ்களைக் கசக்கிப் பிழிந்த சாறு விட்டு, 4 சாமங்கள் வரை (ஒரு பகல் பொழுது) அரைக்கவும். பின்பு இதனை மிளகளவுள்ள மாத்திரைகளாக உருட்டி, பீங்கான் பாத்திரத்தில் வைத்துச் சுத்தமான கொம்புத்தேன் ஊற்றவும்.

பயன்பாடு

இதில் வேளை ஒன்றுக்கு 1 மாத்திரை வீதம் தினந்தோறும் காலையிலும் மாலையிலும் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

20 நாட்கள் சாப்பிட்டுவரச் சயரோகம் நீங்கித் தாதுவிருத்தி உண்டாகும்.

பத்தியம்

பால், நெய் முதலானவைகளை மிகுதியாகச் சேர்த்துக்கொள்ளவும்.

28. முருங்கைப்பூ மாத்திரை

சரக்கு

முருங்கைப்பூ	2 பலம்
உளுந்து	$^1/_2$ "
எள்ளு	$^1/_2$ "
பூனைக்காலி விதை	3 வராகன் எடை
நீர்முள்ளி வித்து	3 "
கஞ்சா விதை	3 "

ஞாழல் வித்து	3 வராகன் எடை	
சாதிக்காய்	3	"
குரோசாணி ஓமம்	3	"
கண்டத்திப்பிலி	3	"
சாதிப்பத்திரி	3	"
சாரப்பருப்பு	3	"
கிராம்பு	3	"
நன்னாரிவேர்	3	"
கறுஞ்சீரகம்	3	"
அதிமதுரம்	3	"
அமுக்கராக்கிழங்கு	$^1/_2$ பலம்	
கடலை	$^1/_2$	"
முள்ளங்கி விதை	3 வராகன் எடை	

செய்முறை

இவைகளை நன்கு உலர்த்திக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துச் சூரணம் செய்துகொள்ளவும். ஒரு புதுப்பானையில் தேங்காய்ப் பால் 3 படி விட்டு அதன் வாய்க்கு வேடு கட்டவும். அதன் மேல் மேற்சொன்ன சூரணத்தை வைத்து மேலே வேறொரு சட்டியினால் மூடிச் சீலைமண் செய்யவும். பின்பு இதனை அடுப்பின் மேலேற்றி 4 நாழிகை வரை எரித்து இறக்கவும்.

பின்னர் இச்சூரணங்களைத் தேங்காய்ப் பால் விட்டு நன்றாக அரைத்து $1\,^1/_4$ வராகன் எடை உள்ள உருண்டைகளாகச் செய்து வைத்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

பசுவின் நெய், பால், இளநீர் இவைகள் ஏதேனுமொன்றில் ஒரு உருண்டை சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

தாது விருத்தி உண்டாகும்.

29. பூரண சந்திரோதய மாத்திரை

சரக்கும் செய்முறையும்

சுத்தித்த இரசம் 8 பங்கு, சுத்தித்த கந்தகம் 16 பங்கு, தங்கரேக்கு 1 பங்கு ஆக இந்த 25 பங்கையும் கல்வத்திட்டுப் பொடி செய்து செம்பருத்திப் பூச்சாற்றால் ஒரு நாளும், கற்றாழைச் சாற்றால் இரண்டு நாளும் நன்றாக அரைத்துக் கடலை அளவு மாத்திரைகள் செய்யவும். அவற்றை வெயிலில் உலர்த்திப் பொடி செய்து, ஏழு சீலை செய்த காசிக்குப்பியில் அடைத்துக் குப்பி வாயை நடுவில் துளையிடப்பட்ட பலப்பக்கல் அடைப்பானால மூடி, கல்சுண்ணாம்பும், வெல்லமும் சேர்த்தரைத்த சாந்தால் அடைப்பான் பொருத்து வாயைச் சீலைசெய்து 7 நாள் உலர்த்தவும். ஒரு சட்டியில் பாதியிருக்கும்படி மணலைக் கொட்டி, அதன்மீது குப்பியை வைத்துப் பிறகு குப்பியின் கழுத்துவரை நாற்பக்கமும் மணலைக் கொட்டி, மேற்சட்டி கொண்டு மூடிப் பொருத்து வாயைச் சீலை செய்து, அடுப்பின் மீது வைத்து, முதல் 4 சாமம் தாமரைப் பூ எரி இட்டு, பிறகு காடாக்கினியாக இருபது சாமம் எரித்துக் குளிர ஆறவிடவும். மருந்தை எடுத்துப் பார்க்க மாந்தளிர் நிறமாக இருக்கும். இம் மருந்தின் எடைக்குப் பச்சைக் கற்பூரம் 1/4 பங்கு, சாதிப்பத்திரி 1/2 பங்கு, குங்குமப் பூ 1/8 பங்கு, சாதிக்காய் 1/8 பங்கு, கஸ்தூரி 1/2 பங்கு ஆக எல்லாம் சேர்த்து, செம்பருத்திப்பூச் சாறு விட்டு நன்றாக அரைத்துப் பயறளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தவும்.

பயன்பாடு

வெண்ணெய், சர்க்கரை, இஞ்சிச்சாறு ஆகிய ஒன்றில் குளிகையை அனுபானித்து உண்ணவும்.

தீரும் நோய்

சயம், எட்டுவகை குன்மங்கள், சுவாசகாசம், பாண்டு, சோபை, 13 வகை சன்னிகள், இந்திரிய நட்டம் ஆகியவைகள் தீரும்.

30. சுவாச குடோரி மாத்திரை

சரக்கு

வெள்ளெருக்கம் பூ

மிளகு

செய்முறை

இவற்றைச் சரி நிறையாகக் கல்வத்திட்டு நன்றாக அரைத்துக் குன்றியளவு மாத்திரை செய்து, நிழலில் உலர்த்தவும்.

பயன்பாடு

ஒன்று அல்லது இரண்டு மாத்திரையைத் தாளிசப்பத்திரிக் குடிநீரில் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

சுவாசம், இருமல், காசம் தீரும்.

31. நீர்க் கோவை மாத்திரை

சரக்கு

கப்பு மஞ்சள் -1 பங்கு, கஸ்தூரி மஞ்சள் -1 பங்கு, பொரிகாரம், சாம்பிராணி, மிளகு, சுக்கு, சாதிக்காய் இவ்வைந்தும் வகைக்கு $^1/_2$ பங்கு. ஓமம், இலவங்கம், கற்பூரம் இம்மூன்றும் வகைக்கு $^1/_4$ பங்கு.

செய்முறை

இவைகளைப் பொடித்துக் கல்வத்திட்டுப் பழச்சாற்றால் இரண்டு சாமம் நன்றாக அரைத்து, இலந்தை விதை அளவு மாத்திரைகள் செய்து, நிழலில் உலர்த்தவும்.

பயன்பாடு

தாய்ப்பாலில் இழைத்துத் தலையில் பற்றிடவும்.

தீரும் நோய்

தலைவலி, சலதோடம் நீங்கும்.

32. சிந்தாமணி மாத்திரை

சரக்கு

வெள்ளிப் பற்பம்
தங்கப் பற்பம்
சங்குப் பற்பம்
முத்துப் பற்பம்

தாமிரப் பற்பம்

தாளகப் பற்பம்

பவழப் பற்பம்

மனோசிலை பற்பம்

அப்பிரகப் பறபம்

அயப் பற்பம்

வச்சிரப் பற்பம்

கந்தகப் பற்பம்

செய்முறை

இவற்றைச் சமம் எடுத்துக் கொடிவேலிக் குடிநீர், எருக்கம்பால், கள்ளிப்பால், காட்டுக் கருவைச் சாறு ஆகியவற்றால் தனித்தனியே 21 நாள் அரைக்கவும். சிவந்த நிறத்தில் உள்ள இதைப் பலகரையில் அடைத்து மூடி, சந்து வாய்க்கு எருக்கம்பாலை விட்டு வெங்காரத்தை அரைத்துப் பூசிக் காயவைத்து உலை மூடியில் வைத்து மேலோடு மூடி, 7 சீலைமண் செய்து காயவைத்து, 1000 வறட்டியில் புடமிடவும். ஆறியபின் பலகரையுடன் எடுத்துக் கல்வத்தில் இட்டு அரைக்க வேண்டும். இந்த எடைக்கு இரசப் பற்பம் சம அளவு சேர்க்கவும். இவை அனைத்தும் சேர்ந்த எடைக்கு வைக்கிரந்தப்பற்பம் $^1/_4$ பங்கு சேர்த்து, முருங்கை வேர்க் குடிநீரில் 7 முறை பாவனை செய்யவும். பின் பற்பங்களை முருங்கை வேர்க் குடிநீரில் போட்டு வெயிலில் காய வைத்து, காய்ந்த பிறகு மீண்டும் முருங்கை வேர்க் குடிநீர் ஊற்றிக் காயவைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இதனுடன் எள், வெங்காரம், நாபி, மிளகு, சுக்கு, திப்பிலி, சாதிக்காய், இலவங்கம், கடுக்காய் ஆகியவற்றை 1/4 பங்கு சேர்த்துப் பொடித்து, மாதுளம் பழச்சாறு, இஞ்சிச்சாறு ஆகியவற்றால் அரைத்து 1 பலம் அளவிற்கு உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்கள்

சுவாசகாசம், சயம், தோடம், சன்னி, பாதசுரம், குன்மம் நீங்கும். நீண்ட நாள் வாழச் செய்யும்.

33. கஸ்தூரி மாத்திரை

சரக்கு

கஸ்தூரி	1 பங்கு
குங்குமப்பூ	2 "
கோரோசனை	3 "

செய்முறை

இவற்றைக் கல்வத்தில் இட்டுத் தாய்ப்பால் விட்டு அரைத்துக் குன்றிமணி அளவு மாத்திரை செய்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்

சன்னிதோடம், பித்தச் சுரம், சேத்துமச் சுரம், வாய்வு.

34. வாதராட்சசம்

சரக்கு

கந்தகம்	7 பலம்
இரசம், அயம் வகைக்கு	5 "
நாபி, சாதிலிங்கம்,	
வெங்காரம் வகைக்கு	2 "
மனோசிலை, காந்தம் வகைக்கு	1 "

செய்முறை

இவற்றை முறைப்படி சுத்தி செய்து கல்வத்தில் இட்டுக் கொடிவேலிக் குடிநீர் விட்டு ஒருநாள் அரைத்து, உளுந்தளவு மாத்திரை செய்து நிழலில் உலர்த்தி எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

பயன்பாடு

இஞ்சிச் சாறு, அரத்தைக் குடிநீர் ஆகிய அனுபானங்களில் 15 நாள் கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

வாய்வு, சேத்துமம், சுரம், சன்னி முதலியன தீரும்.

35. பிரதாப மார்த்தாண்ட மாத்திரை

சரக்கு

வெங்காரம்

சுத்தித்த நேர்வாளம்

நாபி

வகைக்கு 1 பங்கு.

சாதிலிங்கம் 2 பங்கு

செய்முறை

இவற்றைச் சுத்தித்துக் கல்வத்தில் இட்டுக் கறிவேப்பிலைச்சாறு, கையாந்தகரைச்சாறு இவற்றால் தனித்தனியாக அரைத்துப் பயறளவு மாத்திரை செய்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

பயன்பாடு

இம் மாத்திரையைக் குறிப்பிட்ட அனுபானத்தில் உண்ண, குறிப்பிட்ட நோய் குணமாகும் என்று சித்த மருத்துவ நூல்கள் குறிப்பிடுகின்றன. அதனைப் பட்டியலில் காணலாம்:

அனுபானம்	தீரும் நோய்
வெல்லச்சாறு	தாபச்சுரம்
இஞ்சிச்சாறு	சீதச்சுரம்
நொச்சிச்சாறு	வெப்பு
சீரகக் குடிநீர்	அத்தி வெப்பம்
சர்க்கரை	ஆமிலப் பித்தம்
நெய், சர்க்கரை	பாண்டு, சயம்
திப்பிலித்தூள், தேன்	சுவாசகாசம்
மிளகு, ஆமணக்கு ஈர்க்குக் குடிநீர்	சூசிகாவாய்வு
திப்பிலித்தூள், நெய்	சயகாசம்

36. நீலகண்ட இரசம்

சரக்கு

சுத்தி செய்த பாதரசம்	1	பலம்
சுத்தி செய்த கந்தகம்	1	"
லோகபற்பம்	1	"
செம்புப் பற்பம்	1	"
சுத்தி செய்த நாபி	1	"
இலவங்கப்பத்திரி	1	"
ஏலக்காய்	1	"
சித்திரமூலம்	1	"
வாய்விளங்கம்	1	"
அரேணுகம்	1	"
கோரைக் கிழங்கு	1	"
கண்டத்திப்பிலி	1	"
சுக்கு	1	"
நெல்லிமுள்ளி	1	"
கடுக்காய்த் தோல்	1	"
தான்றிக்காய்த் தோல்	1	"
சுத்திசெய்த நேர்வாளம்	1	"
மிளகு	1	"
சிறுமூலம்	1	"

செய்முறை

முதலில் கடைச் சரக்குகளை எடுத்து இடித்துச் சூரணம் செய்து துணியால் நன்கு சலித்துக் கொள்ளவும். பின்பு ஒரு கல்வத்தில் இரசத்தையும், கந்தகத்தையும் போட்டு நன்றாகக் கறுப்பாகும் வரை அரைத்துப் பின்பு பற்ப வகைகளையும் சூரணத்தையும் ஒன்று கலந்து தண்ணீர் விட்டு நன்றாக அரைத்துக் கடலைப் பிரமாணமுள்ள மாத்திரைகளாகச் செய்யவும். இதை நிழலில் உலர்த்திப் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

திப்பிலித்தூளுடன் தேன் கூட்டி, ஒரு மாத்திரையைக் காலையில் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

காசம், சயம் சுவாசகாசம் முதலானவை தீரும்.

37. மகாராச மிருகாங்கம்

சரக்கு

வச்சிரம்	1 பங்கு
அரிதாரம்	1 "
இரசம்	3 "
தங்கம்	6 "
கோமேதகம்	4 "
முத்து	7 "

நீலமணி, காந்தம், அயம், அப்பிரகம், புட்பராகம், பவளம், மரகதம், இராச வர்த்தம், வைக்கிராந்தம், கெருடபட்சி, ஏமமாட்சிகம் ஆகியவை வகைக்கு 2 பங்கு.

செய்முறை

இவற்றைக் கல்வத்தில் இட்டு எலுமிச்சம் பழச்சாற்றால் அரைத்து உருண்டை செய்து துணியில் கட்டி, ஒரு அகலப் பானையில் காடி விட்டு, அக்காடியில் மூழ்கும்படி இட்டு ஒரு சாமம் எரித்து இறக்கி உலர்த்தவும். பின் அதை ஒரு பொட்டணமாகக் கட்டி, ஒரு பானையில் இரண்டு விரலளவு உப்பு போட்டு, அதன் மேல் வைத்து மேலும் சிறிது உப்பு போட்டு உலைமூடியினால் அப்பானையை மூடி, 7 சீலைமண் செய்து அடுப்பில் வைத்து ஒரு நாள் எரித்து இறக்கி ஆறிய பின் மருந்தை மட்டும் எடுத்து எலுமிச்சம் பழச் சாற்றால் 1 வராகன் எடை அளவு உருட்டி, நிழலில் உலர்த்திக் கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்

காசம், சுவாசம், சயம், சன்னி பாதம், தோடம்.

சிறு மருந்து வகைகள்

1. புகைச்சல், இருமல் மருந்து

சரக்கும் செய்முறையும்

முசுமுசுக்கை இலையை ஒரு குத்தளவு எடுத்து ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு அவித்து, அத்துடன் 10 மிளகையும் சேர்த்து நன்றாக அரைத்து, எருமை வெண்ணெய் ஒரு எலுமிச்சைஅளவு எடுத்து அதனுடன் மத்தித்து, சாதத்துடன் கலந்து சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

புகைச்சல், இருமல் தீரும்.

2. ஈளை, இருமலுக்குக் கையாந்தகரை மருந்து

சரக்கும் செய்முறையும்

கையாந்தகரையைக் கொண்டு வந்து நன்றாக ஆய்ந்து கல்லுரலில் இட்டு இடித்துப் பிழிந்த சாறு 4 படி.

சுக்கு, மிளகு, இந்துப்பு, திப்பிலி, கடுகு, நெல்லிமுள்ளி, சடாமாஞ்சில், தான்றிக்காய்த் தோல், கண்டங்கத்தரி வேர், கற்கடகசிங்கி, தேவதாரம், சிறுதேக்கு.

இச்சரக்குகளை வகைக்கு $1\,^1/_4$ வராகன் எடை வீதம் எடுத்து மேற்படி சாறு விட்டு அம்மியில் இட்டு அரைத்து அடுப்பின் மேலேற்றி எரித்து அது இறுகிய பதமான பின் இறக்கவும்.

தீரும் நோய்

காலை வேளையில் சாப்பிட ஈளை, இருமல் முதலிய நோய்கள் தீரும்.

3. முடக்கொத்தான் மருந்து

சரக்கு

முடக்கொத்தான் சாறு	$^1/_2$ படி
வெள்ளைப் பூண்டின் பல்	5 எண்ணிக்கையில்

பயன்பாடு

இவைகளை அரைத்துக் குழப்பித் தினம் காலை வேளையில், 3 நாளைக்குக் குடிக்கவும்.

தீரும் நோய்

இருமல், ஈளை, இரைப்பு முதலிய நோய்கள் தீரும்.

4. ஆடுதீண்டாப்பாளை மருந்து

சரக்கும் செய்முறையும்

ஆடுதீண்டாப் பாளையைச் சமூலமாகக் கொண்டு வந்து அதை அம்மியின் மேல் வைத்து எலுமிச்சங்காய் அளவு அரைத்து, வெள்ளாட்டுப் பாலுடன் குழப்பி, மூன்று நாளைக்குக் காலை வேளையில் மாத்திரமே குடித்துவரவும்.

தீரும் நோய்

எலிக்கடி, இரைப்பு முதலிய நோய்கள் தீரும்.

பத்தியம்

உப்பு, புளிப்பு முதலான சுவையுள்ள பதார்த்தங்களைத் தள்ளுவதுடன் மேலும் 3 நாளைக்கு மறு பத்தியம் பிடிக்க வேண்டும். வேண்டிய அளவு பசுவின் பாலைச் சேர்த்துக் கொள்ளவும்.

5. இலைக்கள்ளி வேர்ப்பட்டை மருந்து

இலைக்கள்ளி வேர்ப்பட்டையைக் கோழி முட்டையின் வெள்ளைக்கருவை விட்டரைத்துச் சட்டியில் பொரித்துச் சாப்பிட நீர்க்கோவை தீரும்.

6. இருமலுக்கு மருந்து

சரக்கு

பனை வெல்லம் ஒரு சிறங்கை

மிளகு	1 வராகன் எடை	
திப்பிலி	1	"
சுக்கு	1	"

செய்முறை

இவைகளை ஒன்று சேர்த்து இடித்துப் பிசைந்து கொள்ளவும். ஒரு சிறங்கை அரிசி எடுத்து ஊறவைத்து இடித்துச் சிறுசிறு குகைகளாகச் செய்து,அக்குகைக்குள் வைத்து உருட்டவும். ஒரு சட்டியில் பசுவின் நெய் விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றி அது கொதிக்கையில் மேலே சொன்ன குகைகளைப் போடவும். அவை வேகும் போது 4 கோழி முட்டைகளின் வெள்ளைக் கருவை மாத்திரம் அதனுடன் போட்டு வறுத்துக் கிளறி இறக்கிக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இரவில் நோயாளி சாப்பிட்டபின், இம்மருந்தைத் தின்று நித்திரைக்குச் செல்லவும்.

தீரும் நோய்

இருமல் தீரும்.

7. கடுகுரோகணி மருந்துகள்

1. சரக்கு

கடுகுரோகணி	$^1/_8$ வராகன் எடை
செவ்வாழைப் பழம்	1
தேத்தான்கொட்டை	$^1/_4$ பலம்

பயன்பாடு

இவைகளை ஒன்று கலந்து 3 நாட்களுக்குச் சாப்பிடவும்.

2. சரக்கு

தூதுவளைச் சாறு	1 பலம்
தேன்	1 "
கடுகுரோகணிச் சூரணம்	$^1/_8$ வராகன் எடை

பயன்பாடு

3 நாட்கள் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

சய நோய் தீரும்.

குறிப்பு

இம்மருந்துகளைச் சேர்த்தால் மலம் கழியும்.

8. இருமலுக்குச் சிறு மருந்துகள்

- ❖ தூதுவளை சமூலத்தை வெயிலில் உலர்த்திப் பொடித்து நெய்யில் உண்ண, இருமல் தீரும்.
- ❖ இண்டிலை, முருக்கிலை, இசங்குக் கிழங்கு, தூதுவளை, சுக்கு ஆகியவற்றைச் சம அளவு இடித்துச் சூரணித்து வெந்நீரில் உண்ண, இருமல் தீரும்.
- ❖ கண்டங்கத்தரி விதையைப் பொடி செய்து புகை பிடிக்க, இருமல் தீரும்.
- ❖ நெல்லிமுள்ளி, திப்பிலி, நெற்பொரி, சுக்கு ஆகியவற்றில் சமஅளவு எடுத்துப் பொடி செய்து, தேன் அல்லது நெய்யில் உண்ண இருமல், ஈளை தீரும்.

9. செவ்வகத்தி மருந்து

செவ்வகத்திப் பூவைக் கல்லுரலில் இடித்துச் சாறு பிழிந்து, திப்பிலியைத் தூள் செய்து அதனுடன் கலக்கி, 3 நாளைக்கு அதிகாலையில் உட்கொள்ள, இருமல் குணமாகும்.

கற்ப வகைகள்

1. தேற்றான் கற்பம்

சரக்கும் செய்முறையும்

தேற்றான் கொட்டைகளை வெயிலில் உலர்த்தவும். பின்பு அதன் மேலுள்ள தோலைச் சீவிக் கல்லுரலில் இட்டு இடித்துச் சூரணம் செய்து கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

காலை நேரங்களில் வெருகடி அளவு நல்லெண்ணெயுடன் குழப்பிச் சாப்பிட, இருமல் தீரும்.

2. தேற்றான் கற்பம் (வேறு முறை)

சரக்கும் செய்முறையும்

தேற்றான் பட்டையை உலர்த்திக் கல்லுரலில் இடித்துச் சூரணம் செய்துகொண்டு, மூவிரல் அளவு எடுத்துத் தேன் விட்டுக் குழைத்துச் சாப்பிடவும். அல்லது

அழுகண்ணிச் சாறு, காராம் பசுவின் பால், பசுவின் நெய், தேன் இவைகளைச் சம அளவு எடுத்துக் குழைத்து ஒரு மண்டலம் (40 நாட்கள்) சாப்பிடவும். உடல் பலமடையும்.

3. நொச்சிக் கற்பம்

சரக்கு

தேன்	$^1/_2$ சின்னபடி
நொச்சிச்சாறு	1 மரக்கால்

செய்முறை

இவ்விரண்டையும் ஒரு புதுப்பானையில் விட்டு நன்றாக மூடி பூமிக்குள் புதைத்து விடவும். 40 நாட்கள் சென்றபின் அதை எடுத்து, 1/2 பலமளவு தினந்தோறும் உட்கொள்ளவும். அல்லது நொச்சியின் வேரை எடுத்து உலர்த்திச் சூரணித்துக் கொண்டு, அதனுடன் பசுவின் நெய் சேர்த்து உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

உடம்பு தேறும். பலமும் உண்டாகும்.

4. தேவதாளிக் கற்பம்

- ❖ தேவதாளி இலையை அரைத்து உள்ளங்காலில் பூசிக் கொண்டு நடக்க விந்து கட்டும்.
- ❖ இதன் சமூலத்தை நன்றாக அரைத்து உடலில் பூசிக்கொண்டால் வெட்டு, குத்து காயங்கள் ஏற்படாது.
- ❖ இதன் சாற்றை உட்கொள்ள உடம்பு நன்றாக ஆகி, நிறமும் மாறும்.
- ❖ தேவதாளியைச் சமூலமாக எடுத்து நிழலில் உலர்த்தி இடித்துச் சூரணம் செய்துகொள்ளவும். இதனுடன் நல்லெண்ணெய் , சர்க்கரை ஆகியவைகளைக் கூட்டி உட்கொள்ள மூலநோய் தீரும்.

- வெல்லத்துடன் சாப்பிடக் குட்ட நோய் தீரும்.
- நெய்யுடன் குழைத்து உண்ணக் காது நோய்கள், பல்வலி முதலானவை தீரும்.

5. சுக்காதிக் கற்பம்

சரக்கு

சுக்கு

திப்பிலி

கடுக்காய்த் தோல்

செய்முறை

இம்மூன்றையும் சரி எடை எடுத்து இடித்துச் சூரணம் செய்து கொள்ளவும். அதில் தண்ணீர் சிறிது விட்டு, அம்மியின் மேல் வைத்து நன்றாக அரைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

அவ்விழுதில் ஒரு கொட்டைப் பாக்களவு எடுத்துத் தேனில் குழைத்துச் சாப்பிடவும்.

தீரும் நோய்

இருமல் தீரும்.

புகை வகைகள்

1. ஊமத்தைப் புகை

ஊமத்தைச் செடியைக் காய், பூ, வேர், இலை, தண்டு ஆகியவற்றுடன் பிடுங்கிவந்து, அதை நன்றாகக் காயப்போட்டு, கல்லுரலில் இட்டு இடித்துக் காகிதத்தில் சுருட்டிக் கொளுத்தி, அதன் புகையை பிடிக்கக் கபாலப்புற்று, இருமல், ஈளை, தலைவலி, மூக்கினின்று நீரொழுகல், சுரம், பீனிசம் முதலியன தீரும்.

2. எருக்கங்கோல் புகை

எருக்கஞ் செடியிலேயே உலர்ந்த குச்சிகளைக் கொண்டுவந்து, சிறுசிறு துண்டுகளாக்கி ஒரு சட்டியில் இட்டு நன்றாகக் கரியாகும்வரை வறுத்துக் கொள்ளவும். இதற்குச் சம அளவு புதிய கல் சுண்ணாம்பைக் கூட்டிச் சிறிது நீர்

சேர்த்து மைபோல் அரைத்துக் கொள்ளவும். இக்கற்கத்தை ஒரு முழ நீளம் உள்ளதும், ஒரு சாண் அகலம் உள்ளதுமான வெள்ளைத் துணியில் ஒரே சீராகத் தடவி நிழலில் உலர்த்திச் சுருட்டி ஒரு திரியாகத் திரித்துக் கொள்ளவும். பீனிச நோய் உள்ளவர்கள் இத்திரியைக் கொளுத்தி அணைத்து, இதனின்றெழும்பும் புகையை இரு நாசிகளிலும் காலை, மாலை இரு வேளையிலும் முகரவும். பீனிசங்கள் தீரும்.

3. குப்பைமேனிச்சாறு புகை

குப்பைமேனிச் சாறு பிழிந்து, அதிலொரு மெல்லிய வெள்ளைத் துணியை நனைத்து நன்றாகக் காயவைக்கவும். இதை ஒரு எருக்கங்குச்சியில் சுற்றி வேப்பெண்ணெயில் தோய்த்துக் கொளுத்தவும். அதனின்று புகை எழும்பும். அதை முகர்ந்து வரவும். பீனிச நோய் குணமாகும்.

4. கந்தகாதிப் புகை

கந்தகம், துருசு ஆகிய இரண்டையும் சம எடை எடுத்துப் பொடித்து ஒரு மெல்லிய துணியில் ஒரே சீராகப் பரப்பிச் சுருட்டி, அத்திரியை கொளுத்தவும். அதனின்று எழும்பும் புகையை மூக்கில் கொள்ளவும். நீர்ப் பீனிசங்கள் தீரும்.

5. நாகனந்திப் புகை

3 வராகன் எடை சுத்தியான சிறுகண் நாகத்தை ஒரு புதுச் சட்டியில் இட்டு அடுப்பின் மேலேற்றிடவும். அது உருகும் தருவாயில் 3 வராகன் எடை சுத்தியான பாதரசம் விட்டு, வெற்றிலைச்சாறும் ஒரு உழக்கு விடவும். இதைப் பின்பு அடுப்பிலிருந்து இறக்கி ஆறவைக்கவும். இதைத் தூள்செய்து, அதனுடன் சுத்தி செய்த மிருதார்சிங்கி, சுத்தியான இலிங்கம் ஆகிய இவ்விரண்டையும் வகைக்கு ஒரு வராகன் எடை எடுத்துக் கல்வத்தில் இட்டுப் பொடித்துக் கொள்ளவும். ஒரு மெல்லிய துணியைக் கையாந்தகரைச் சாற்றில் தோய்த்து, நிழலில் காயவைத்து 6 பாகங்களாகக் கிழித்து மேலே சொல்லிய தூளைச் சமமமாகப் பரப்பி 6 திரிகளாகச் சுருட்டவும். இத்திரிகளைக் குப்பைமேனிச் சாற்றில் நனைத்து நிழலில் உலர்த்திக்கொள்ளவும். இத்திரியைக் கொளுத்தி அதிலிருந்து எழும்பும் புகையை முகரவும். இவ்வாறாகத் தினம் காலையிலும் மாலையிலும் புகையை முகர்ந்து, 4 நாளைக்கு நிறுத்தவும். மறுபடியும் 3 நாளைக்கு மற்றொரு திரியைக் கொளுத்தவும். 15 நாளைக்கு வெந்நீரில் குளிக்கவும். பீனிசங்கள் தீரும்.

6. மஞ்சளாதிப் புகை

மஞ்சள், கடுகுரோகணி, வசம்பு ஆகியவற்றைச் சமம் எடுத்துத் தூள் செய்து, ஒரே சீராக ஒரு வெள்ளைத் துணியில் பரப்பித் திரியாகத் திரித்துக்கொள்ளவும். இதை ஒரு விளக்கில் கொளுத்திக்கொண்டு அதிலிருந்து எழும் புகையை முகரவும். மூக்கிலிருந்து இரத்தம் ஒழுகுதல், ஒற்றைத் தலைவலி ஆகியன தீரும்.

7. மருங்காரைப் புகை

மருங்காரைப் பழங்களைக் கொண்டுவந்து அதன் சாற்றில் ஒரு வெண்மையான துணியைத் தோய்த்து உலர்த்தவும். இவ்விதம் மூன்று தடவை செய்து அத்துணியைத் திரியாகச் செய்து கொளுத்தி அவித்து அதிலிருந்து எழும் புகையை நாசியில் பிடித்தால் கடுமையான தலைவலி, துர்நாற்றம், காலையிலும் மாலையிலும் தோன்றும் பீனிசம் முதலியன குணமாகும்.

8. இரசாதிப் புகை

சரக்கு

சுத்தம் செய்த பாதரசம்
சுத்தம் செய்த சாதிலிங்கம்
சுத்தம் செய்த குத்திருக்கம் (பூனைக்கண் குங்கிலியம்)
சுத்தம் செய்த கந்தகம்
மிருதார்சிங்கி
வெள்ளைப் பாடாணம்

செய்முறை

முதலில் இரசத்தையும் கந்தகத்தையும் கல்வத்தில் இட்டு நன்றாகக் கறுக்கும் வரை அரைத்துப் பின்பு மற்ற சரக்குகளை ஒவ்வொன்றாகப் போட்டு அரைத்துக் கொள்ளவும். இச்சூரணத்தை ஒரு பட்டுத்துணியில் பரப்பி, ஒரே சீராகச் சுருட்டிப் பசு நெய்யில் தோய்த்துக் கொளுத்தி அணைத்துவிடவும். இப்போது இதிலிருந்து எழும்பும் புகையை முகரவும். பீனிசம் குணமாகும்.

பத்தியம்

கோழிமுட்டை, பசுவின் பால், ஆமணக்கெண்ணெய், முருங்கையிலை, அத்திக்காய் ஆகியவற்றைக் கூட்டி வரவும்.

9. வெற்றிலைச்சாறு மிளகுப் புகை

சரக்கும் செய்முறையும்

வெற்றிலைச் சாற்றினால் ($^1/_4$ சேர்), மிளகு $^1/_2$ பலத்தை அம்மியில் நன்றாகக் குழம்பாகும்வரை அரைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு வெண்மையான துணியை ஒரு சாண் அகலமும் ஒரு முழ நீளமும் உள்ளதாக எடுத்து மேற்சொன்ன குழம்பில் நன்றாக முழுகும்படி தோய்த்துக்கொள்ளவும். இதை மறுநாள் எடுத்து உலர்த்தவும். மறுபடியும் குறட்டைப் பழத்தைக் கொண்டுவந்து அதன் கண்ணைத் திறந்து அதன் சாற்றில் மேல் சொன்ன சீலையை இட்டுப் பத்து நாட்கள் வைக்கவும். பின்பு இதை உலர்த்திக் கொண்டு பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

தினந்தோறும் காலை, மாலை இரு வேளைகளிலும் மேற்படி துணியிலிருந்து திரிக்கப்பட்ட திரியைக் கொளுத்தி, அதினின்று எழும்பும் புகையை முகர்ந்து வரவும். பலவித பீனிசங்களும் தீரும். 10 நாள் உபயோகிக்கவும்.

நசிய மருந்துகள்

1. திப்பிலியாதிப் பொட்டணம்

சரக்கு

திப்பிலி, முருங்கை விதை, வாய்விளங்கம், மிளகு.

செய்முறை

இந்நான்கு சரக்குகளையும் சமம் எடுத்து இடித்து ஒரு மெல்லிய துணியில் முடித்து அதை முகர்ந்துவரவும்.

தீரும் நோய்

இதனால் தலைபாரம், பீனிசம், நீர்ப்பாய்ச்சல் முதலியவைத் தீரும்.

2. மாங்கொட்டையாதிப் பற்றும் நசியமும்

மாங்கொட்டைப் பருப்பை அரைத்து ஒரு எலுமிச்சங்காய் அளவு எடுத்து உச்சந் தலையிலும் உள்ளங்கையிலும் அப்பிவைக்கவும். செவ்வலரிப் பூவை நசுக்கிப் பிழிந்து அதன் சாற்றைத் தினம் இருவேளை (காலை, மாலை) மூக்கில் நசியம் இடவும். 10 நாளைக்குச் செய்யவும். இரத்தம் நிற்கும்.

3. அருகம்புல் நசியம்

அறுகம்புல் சாற்றினால் சீந்தில் கொடியை அரைத்து, அதன் சாற்றை ஒரு பாத்திரத்தல் வைத்துக்கொண்டு, மூக்கில் தினம் காலையிலும், மாலையிலும் நசியம் இடவும். இவ்வாறு செய்துவர இரத்தம் உடனே நிற்கும்.

4. இஞ்சிச்சாறு நசியம்

இஞ்சித் துண்டைத் தாய்ப்பால் விட்டு நசுக்கித் துணியில் இட்டு, இரு நாசிகளிலும் தினம் இரு வேளை 3 துளிகள் வீதம் பிழியவும். ஒருத்தலைவலி, பீனிசங்கள் தீரும்.

5. எருக்கம்பழுப்பு நசியம்

எருக்கம் பழுப்பு மூன்றை எடுத்துக் கொண்டு, மிளகு 6 எண்ணிக்கையில் வைத்துச் சுருட்டி உமிக்காந்தலில் வேகும்படி செய்து எடுத்து நசுக்கிச் சாறு பிழிந்து, அதை எந்தப் புறத்தில் ஒரு தலைவலி உண்டோ அதற்கு எதிர்ப்புறத்து நாசியில் நசியம் செய்யவும். தினம் இருவேளை காலையிலும் மாலையிலும் 3 துளிகள் விடவும். வலிகள் தீரும்.

6. குங்குமாதி நசியம்

சரக்கு

குங்குமப்பூ
திப்பிலி
மிளகு
சுக்கு

இச்சரக்குகளை வகைக்கு 1 வராகன் எடை எடுத்து இடித்துச் சூரணிக்கவும்.

கையாந்தகரைச் சாறு
நொச்சில் சாறு
கழற்சிக்கொடிச் சாறு
சாறடைச் சாறு
குப்பைமேனிச் சாறு
ஆதண்டைச் சாறு
முசுமுசுக்கைச் சாறு

செய்முறை

இவைகள் வகைக்குக் கால்சேர் வீதம் எடுத்துச் சூரணவகைகளுடன் கல்வத்தில் இட்டு ஒவ்வொரு சாறாக விட்டு நன்றாக அரைக்கவும். அவ்விழுதை 11 உருண்டைகளாக உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக்கொள்ளவும். அவ்வுருண்டையில் ஒன்றை எடுத்து அதை மூன்றிலொரு பங்கு செய்து வெந்நீரில் கரைத்துக் காலை, மாலை இருவேளையிலும் மூன்று துளிகள் வீதம் மூக்கில் நசியம் செய்யவும்.

தீரும் நோய்

பீனிசங்கள் தீரும்.

7. குங்குமாதி நசியம் (வேறு முறை)

ஒரு தேங்காயை உடைத்துத் திருகி, அதனுடன் புளியங்கொட்டைத் தோல் 1/8 சேர் சேர்த்து மதிலொட்டி இலை, துரிசு இலை ஒரு குன்றியளவு எடுத்து, இந்நான்கையும் ஒன்றாகப் பிசறிக் கடும் வெயிலில் ஒரு பக்கமாகச் சாய்த்து வைத்தால் பால் வரும். அதைப் பிழிந்து வைத்துக்கொண்டு, தினம் காலை, மாலை 3 துளி வீதம் மூக்கிலிட்டு நசியம் செய்யவும். இவ்வாறு 7 நாள் செய்யச் சகல பீனிசங்களும் தீரும். காதிலிடக் காதடைப்புத் தீரும்.

8. குங்குமாதி நசியம் (வேறு முறை)

சரக்கு

சர்க்கரை

குங்குமப்பூ

சாதிக்காய்

மாதுளம்பூ

செய்முறை

இந் நான்கு சரக்குகளையும் இடித்து நெய்யுடன் கூட்டிப் பதமாக எரித்து மூக்கில் விடப் பீனிசங்கள் தீரும்.

9. குங்குமாதி நசியம் (வேறு முறை)

சரக்கு

பசுவின் நெய்	$^1/_2$ படி
கஸ்தூரி	2 பணவெடை
குங்குமப்பூ	2 "
கோரோசனை	3 வராகன் எடை
வாய்விளங்கம்	3 "

செய்முறை

இச்சரக்குகளைச் சுத்தமான கல்வத்தில் இட்டுப் பொடித்து, நெய்யில் குழப்பி அடுப்பின் மேலேற்றிப் பதமாக எரித்து வடிக்கவும்.

இந்நெய்யை வேண்டும்போது வெந்நீரில் வைத்து உருக்கி நாசிகளில் 3 துளிகள் வீதம் நசியம் இடவும். நீர்ப்பாய்ச்சல் தீரும்.

10. சாறணை வேர் நசியம்

சரக்கு

சாறணை வேர், சர்க்கரை, இந்துப்பு, மிளகு

செய்முறை

இவைகளைச் சமமெடுத்து நன்றாக நசுக்கிப் பசுவின் நெய், தாய்ப்பால் இவ்விரண்டுடன் கூட்டித் துணியில் இட்டு மூக்கில் நசியம் செய்யவும்.

தீரும் நோய்

இதனால் நீர்க்கோவை, மூக்கடைப்பு, மூக்கில் அரிப்பு ஆகியவைகள் தீரும்.

11. சிறுகீரை நசியம்

சிறுகீரைச் சமூலத்தைத் தாய்ப்பால் விட்டு நசுக்கிப் பிழிந்த சாற்றை நசியமிடப் பீனிசம் தீரும்.

12. சுண்டையிலை நசியம்

சரக்கு

சுண்டையிலை, பொன்னாங்காணி, வெள்ளுள்ளி, சிறுகீரை வேர்.

செய்முறை

இந்நான்கையும் அம்மியில் வைத்துத் தாய்ப்பால் விட்டு நசுக்கி ஒரு மெல்லிய துணியில் இட்டு, இரு நாசிகளிலும் நசியம் செய்யவும்.

தீரும் நோய்

தினம் இருவேளை வீதம் 10 நாளைக்குச் செய்தால், இரத்தம் விழுதல் நிற்கும்.

13. வெங்காய நசியம்

சரக்கு

ஒற்றையாக இருக்கும் வெங்காயம்	ஒன்று
வெற்றிலைக் காம்பு	ஒரு சிறங்கை
மிளகு	மூன்று

செய்முறை

இவைகளை ஒன்று கூட்டி நசுக்கி மூக்கில் நசியம் செய்யவும். பின்பு வெள்ளாட்டின் புழுக்கை (காய்ந்தது) ஒன்றை ஒரு ஊசியில் கோர்த்து, விளக்கில் கொளுத்தி அதிலிருந்து எழும்பும் புகையைத் தினம் காலை, மாலை இரு வேளை மூக்கினால் கொள்ளவும். இதனாலும் இரத்தம் நில்லாவிடில், மூன்று நாட்கள் சென்றபின் ஊமத்தஞ் சாற்றை நாசியிலிடவும். இரத்தம் நிற்கும்.

14. வெள்ளாட்டுப் பால் நசியம்

வெள்ளாட்டுப் பாலும், தேனும், சர்க்கரையும் சமனாகக் கலந்துகொண்டு, காலையிலும் மாலையிலும் நசியமிடவும். மூக்கிலிருந்து இரத்தம் விழுந்தால் அது தீரும்.

15. கடுகுரோகணித் தேன்

சரக்கு

கடுகுரோகணி

சுக்கு

திப்பிலி

வெளிச்சைப்பிசின்

கடுகு

வசம்பு

செய்முறை

இவைகளை வகை ஒன்றுக்கு 1 வராகன் எடை எடுத்துப் பொடித்து, 1 ஆழாக்குத் தேனில் கலந்து, அடுப்பின் மேலேற்றிப் பதமாகக் காய்ச்சி வடித்துக்கொண்டு, இரண்டு நாளைக்கொரு தடவை இரு நாசிகளிலும் 3 துளிகள் வீதம் காலையிலும் மாலையிலும் நசியம் செய்ய, மண்டை வலி, மூக்குநீர்ப் பாய்ச்சல், பீனிசங்கள் தீரும்.

உருண்டை வகைகள்

1. தூதுவளையாதி உருண்டை

சரக்கு

தூதுவளை இலை

திப்பிலி

ஆடாதோடை இலை

கண்டங்கத்தரி இலை

துளசி இலை

செய்முறை

இவைகளைச் சம எடை எடுத்துக் கொள்ளவும். ஒரு சட்டியில் அரைவாசி நீர் விட்டு அதன் வாயை ஒரு வெள்ளைத் துணியினால் வேடு கட்டி, அதன்மேல் மேற்படி இலைகளை வைத்து மேலே ஒரு பாத்திரத்தினால் மூடிப் பிட்டவியலாக அவிக்கவும். பின்பு அந்தப் பச்சிலைகளைப் பிழிந்து கொள்ளவும்.

சுக்கு

கடுக்காய்த்தோல்

திப்பிலி

மிளகு

இந்நான்கு சரக்குகளையும் பொன் வறுவலாக வறுத்துச் சூரணம் செய்து, மேற்படி சாறு விட்டு அம்மியின் மேல் வைத்து மை போல் அரைத்து உருண்டை செய்துகொள்ளவும்.

பயன்பாடு

பாக்களவு எடுத்துக் கொண்டு நெற்பொரி மாவில் புரட்டி வாயில் அடக்கக் கபம் முறியும். அல்லது தேனில் ஒரு உருண்டையைக் குழைத்துச் சாப்பிடக் கபம் தீரும்.

2. தூதுவளம் பழ உருண்டை

சரக்கு

தூதுவளம் பழ விதை
அதன் மேல் தோல் (பொரித்தது)
சீரகம்
மிளகு
திப்பிலி
கிராம்பு

செய்முறை

இச் சரக்குகளை வகை ஒன்றுக்கு 1 வராகன் எடை வீதம் எடுத்துக் கொள்ளவும்.

சீவிய தேற்றான் கொட்டை 4 வராகன் எடையும் எடுத்து எல்லாவற்றையும் ஒரு சட்டியில் இட்டுப் பொன் வறுவலாக வறுத்துக் கல்லுரலில் இடித்துச் சூரணம் செய்து கொள்ளவும். பின்பு வேண்டிய அளவு சுத்தத் தேனை விட்டுப் பிசைந்து, தேற்றான் கொட்டை அளவு உள்ள உருண்டைகளாகச் செய்து கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

தினம் ஒரு உருண்டை வீதம் வாயில் அடக்கிக் கொண்டு, உமிழ் நீரை உட்கொள்ள இரைப்பு, இருமல் முதலியவை தீரும்.

3. சாதிலிங்காதி உருண்டை

சரக்கு

சுத்தி செய்த சாதிலிங்கம்
சுத்தி செய்த கந்தகம்
சுத்தி செய்த பாதரசம்

சுத்தி செய்த நாபி
சுத்தி செய்த வெள்ளித்தூள்
பொரித்த வெங்காரம்
சுக்கு
திப்பிலி
மிளகு
அபினி

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு ஒரு வராகன் எடை எடுத்துக் கல்வத்தில் இட்டு முதலில் பாதரசத்தையும் கந்தகத்தையும் நன்றாகக் கறுப்பாகும்வரை அரைத்துத் தூள் செய்து, மற்ற சரக்குகளையும் போட்டு நொச்சிச்சாறு, துளசிச்சாறு, கரிசலாங்கண்ணிச்சாறு, இவைகளினால் தனித்தனியே 3 சாமம் அரைத்து மிளகு அளவு உருண்டைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தவும்.

பயன்பாடு

இதை வேளைக்கு ஒரு உருண்டை வீதம் உட்கொள்ளக் காசம், இரைப்பு, இருமல் முதலியவைகள் தீரும்.

4. பாதரசாதி உருண்டை

சரக்கு

பாதரசம்
ஏலக்காய்
சுத்தி செய்த கந்தகம்
திப்பிலிமூலம்
கண்டத் திப்பிலி
சுத்தி செய்த நாபி
காட்டுமிளகு
சுத்தி செய்த இரும்புத்தூள்
செங்கழுநீர்க் கிழங்கு

கொடி வேலிவேர்

பெரிய லவங்கப்பட்டை

கடுக்காய்த் தோல்

கோஷ்டம்

நெல்லி வற்றல்

தாமிரப் பற்பம்

தான்றிக் காய்த் தோல்

சிறுநாகப்பூ

கிராம்பு

பெருங்கோரைக் கிழங்கு

தாளிசப் பத்திரி

செய்முறை

இவைகளைச் சம எடையாக எடுத்துக் கொள்ளவும். முதலில் பாதரசத்தையும் கந்தகத்தையும் கல்வத்திலிட்டு நன்றாகக் கறுப்பாகும் வரை அரைத்துக் கொள்ளவும். பின்பு உலோகத் தூள்களையும் போட்டு அரைக்கவும். கடைச் சரக்குகளை வெயிலில் உலர்த்திக் கல்லுரலில் இட்டுச் சூரணித்து உலோகங்களுடன் கூட்டி, எலுமிச்சம் பழச்சாறு விட்டு நன்றாக ஒரு நாள் முழுதும் அரைத்து, கடலை அளவு உருண்டைகளாகச் செய்து கொள்ளவும். நிழலில் உலர்த்திக் கொண்டு தக்க அனுபானங்களில் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்

காசம், சுவாசம், சயம், பிரமேகம், மகோதரம், பாண்டு, சூலை, மூத்திரக் கிரிச்சிரம், அரோசகம், கிராணி, மூடகர்ப்பம் (கருப்பையிலிருந்து சிசு வெளிவராமல் சிக்கிக் கொள்ளுதல்), கிருமிகள், பைத்தியம், குன்மம், வாத, பித்த, கப நோய்கள் எல்லாம் தீரும்.

வடக வகைகள்

1. தாளிசப் பத்திரி வடகம்

சரக்கு

தாளிசப்பத்திரி
சுக்கு
செவ்வியம்

இவைகள் வகைக்கு 2 பலம்.

கடுக்காய்
ஏலக்காய்
நெல்லிக்காய்
தான்றிக்காய்
மிளகு
திப்பிலி மூலம்
சிறுநாகப்பூ
பச்சிலை

செய்முறை

இவைகள் வகைக்கு 1 பலம் வீதம் எடுத்துச் சூரணித்துக் கொள்ளவும். வெல்லம் 110 பலத்தைத் தண்ணீர் விட்டுக் கரைத்து வடிகட்டிக் கொண்டு, அடுப்பின் மேலேற்றிப் பாகாக்கிக்கொண்டு, புளியம் புறணி சுட்ட சாம்பல் 10 பலம் போட்டு, பாகு திரளும் பக்குவத்தில் முன்னால் சித்தமாக்கி வைக்கப்பட்டிருக்கும் சரக்குகளின் தூளையும் போட்டுக் கிண்டி வரவும். கடிப்பக்குவமான பதத்தில் இதை இறக்கி வைத்துக்கொண்டு, 3 காசெடை அளவு வடகமாகப் பிடித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

தினந்தோறும் ஒரு வடகம் வீதம் காலையில் கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

சுவாசம், பாண்டு, காசம், காமாலை, மேல் மூச்சு, மந்தாக்கினி, வெப்புப்பாவை, மருந்தீடு முதலியவைகள் தீரும்.

2. தாளிசப்பத்திரி வடகம் (வேறு முறை)

சரக்கு

தாளிசப் பத்திரி
செவ்வியம்
மிளகு

இவைகள் வகைக்கு ஒரு பலம்.

திப்பிலி மூலம்
திப்பிலி

இவைகள் வகைக்கு 2 பலம்.

சுக்கு 3 பலம்
சிறுநாகப்பூ
ஏலக்காய்
விலாமிச்சைவேர்
இலவங்கப்பட்டை
இலவங்கப்பத்திரி

இவைகள் வகையொன்றுக்கு $^1/_4$ பலம்.

செய்முறை

இச்சரக்குகளைக் கல்லுரலில் இடித்துத் தூள் செய்து கொண்டு, மொத்த நிறைக்கு இரட்டிப்பு வெல்லத்தை எடுத்துப் பாகாக்கிக்கொண்டுக் கிளறி அதைக் கழற்சிக்காயளவு வடகங்களாகச் செய்து கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

தினம் ஒரு வடகம் வீதம் உட்கொண்டு வரவும்.

தீரும் நோய்

வாதம், பித்தம், அரோசகம், கபச்சுரம், சயம், காசம், குன்மம், வீக்கம், மகோதரம், கிராணி முதலியவை தீரும்.

3. தாளிசப்பத்திரி வடகம் (வேறு முறை)

சரக்கு

தாளிசப்பத்திரி
சிறுநாகப்பூ
கூகைநீறு
கிராம்பு
சித்திரமூலம்

இவைகள் வகை ஒன்றுக்கு ஒரு பலம்.

மிளகு, திப்பிலிமூலம் இரண்டும் வகைக்கு 2 பலம்.

சுக்கு 3 பலம்.

செய்முறை

இவைகளை எடுத்துக் காயவைத்துக் கல்லுரலில் இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து கொள்ளவும். இதில் சிறிது பசுநெய்யை விட்டுப் பிசறிக்கொண்டு, ஒரு சட்டியில் பசுவின் பாலை விட்டு வேடுகட்டி, அதன் மேல் முன்சொன்ன தூளை இட்டுச் சர்க்கரை 3 சேரும் போட்டுக் கலந்து, அடுப்பின் மேலேற்றிப் பிட்டாகச் சுடவும். பின்பு இது ஆறியவுடன் தேன் விட்டுப் பிசைந்து கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

கழற்சிக்காய் அளவெடுத்துத் தக்க அனுபானத்தில் சாப்பிடவும்,

தீரும் நோய்

சுரம், தாபம், மார்வலி, ஈளை, இருமல், எலும்புருக்கி, பெரும்பாடு, சத்தி, குன்மம், அரோசகம், கிராணி, அதிசாரம், பாண்டு, அசீரணம் முதலிய நோய்கள் தீரும்.

4. சாறணையாதி வடகம்

சரக்கு

சாறணை வேர்
கொடிவேலி வேர்
மிளகு
புளியம்புறணி சுட்ட சாம்பல்

சுக்கு
சீரகம்
தாளிசப்பத்திரி
கண்டங்கத்தரி வேர்
திப்பிலி
ஏலக்காய்
பச்சிலை
கிராம்பு

செய்முறை

இச்சரக்குகளை வகைக்கு 1 பலம் வீதம் எடுத்துக் கல்லுரலில் இடித்துச் சூரணம் செய்துகொள்ளவும். 60 பலம் வெல்லத்தைத் தூளாக்கி வேண்டிய அளவு நீர் விட்டு அடுப்பின் மேலேற்றிப் பாகாக்கி, அதில் முன் சொன்ன சூரணத்தைப் போட்டுக் கிளறி, சூடாறும் முன் இந்த இலேகியத்தைப் பாக்கு அளவுள்ள வடகங்களாகச் செய்து கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

அதிகாலை வேளையில் ஒரு வடகத்தைத் தேனில் குழைத்துச் சாப்பிடவும். இவ்வாறு 40 நாளைக்கு உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

இருமல், ஈளை முதலான நோய்கள் தீரும்.

மெழுகு வகைகள்

1. கவுசிகர் சௌபாக்கியக் குழம்பு என்னும் மெழுகு

சரக்கு

கடுக்காய்
பொரித்த பெருங்காயம்
மனோசிலை
கடுகுரோகணி
கடுகு

பொரித்த வெங்காரம்

திப்பிலி

நாபி

இந்துப்பு

அரிதாரம்

சூதம்

சீரகம்

இவைகள் வகைக்கு வராகன் எடை 1.

வாளம் வராகன் எடை 12

செய்முறை

முதலில் வாளத்தைக் கிரமப்படி சுத்தி செய்து, இளஞ்சூட்டில் வெதுப்பி வைத்துக்கொள்ளவும். மற்ற பன்னிரண்டு சரக்குகளில் சுத்தி செய்ய வேண்டியவற்றைச் சுத்தி செய்து நன்கு இடித்துச் சூரணம் செய்து ஒருமிக்கக் கலக்கவும். அவற்றைக் கல்வத்தில் போட்டு உத்தாமணி இலைச்சாறு விட்டு ஒரு நாள் கை ஓயாமல் அரைத்து மெழுகு பதமாக இருக்கும்போது, ஐந்து வராகன் எடை தென்னங் குடுக்கைக் கரியையும் ஐந்து வராகன் எடை பனங்கருப்பட்டியையும் சேர்த்துத் தேங்காய்ப்பால் விட்டு மெழுகு பதமாக அரைத்து வழித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

தினம் ஒரு வேளை காலை நேரத்தில் 2 குன்றி எடை கொடுக்க 5-6 முறை பேதியாகும். உடல் வன்மைக்கு ஏற்றவாறு அளவை அதிகப் படுத்தவும். பேதி அதிகமாயின் அளவைக் குறைத்துக் கொடுக்க வேண்டும். இது பேதியாகும் மெழுகு ஆதலால் 3 தினத்திற்கு மேல் கொடுக்கக் கூடாது. தேகம் துர்ப்பலமாய் இருப்பின் ஒரு நாள் விட்டு ஒரு நாள் 2 முறை பேதியாகும்படி குறைந்த அளவில் கொடுத்து வருக. இப்படி 3 முறை கொடுப்பது நலம்.

தீரும் நோய்

அசாத்தியம் என்று கைவிட்ட காலத்தில் எந்த நோயாய் இருந்தாலும் இந்த மெழுகை மூன்று நாள் கொடுத்து, இரண்டொரு நாள் கழிந்தபின் நோய்க்கேற்ற எந்த மருந்தைக் கொடுத்தாலும் வசப்படும். இதை மருத்துவர்கள் கவனத்தில் வைக்க வேண்டும். இந்த மெழுகை எந்த அனுபானத்தில் (துணை மருந்து)

கொடுத்தால் என்ன நோய் குணமாகும் என்று சித்த மருத்துவ நூல்கள் விளக்கியுள்ளன. அவை பின்வருமாறு:

- சத்தி தோடங்களான நாவில் உண்டாகும் வெள்ளை அக்கரம், கறுத்த அக்கரம், முன்னெழுந்தோடம் முதலியவற்றிற்கு $1^1/_2$ குன்றி எடை மெழுகை நாவில் தேய்த்து வெந்நீர் அருந்தக் கொடுக்கவும்.
- சந்தி சுரம், குளிர் சுரம் முதலியவற்றிற்கு வெந்நீர், கடுக்காய்க் குடிநீர் சுக்குக் குடிநீர், சீரகக் குடிநீர், ஏலம், மிளகுக் குடிநீர் ஆகியவற்றில் சந்தர்ப்பத்திற்கு ஏற்றவாறு அனுபானம் செய்து கொடுக்கவும்.
- வயிற்று வலி, வயிற்று உப்புசம் முதலியவற்றிற்குக் கொன்றைக் கொழுந்தும் கடுக்காய்ப் பொடியும் கூட்டி அரைத்துச் சிற்றாமணக்கெண்ணெயில் கலக்கி அதில் இந்த மெழுகை அனுபானம் செய்து கொடுக்கவும்.
- இருமல், உளைமாந்தை, வாந்தி முதலியவற்றிற்கு ஊசல் பட்டையை அரைத்து மோரில் கலக்கி அதில் மெழுகை அனுபானம் செய்து கொடுக்கவும்.
- கக்கல், இருமல் முதலியவற்றிற்குச் சிற்றாமணக்கெண்ணெயில் தாய்ப்பால் கூட்டிக் கலக்கி அதில் மெழுகை அனுபானம் செய்து கொடுக்கவும்..
- குட்டம், விப்புருதிவாயு முதலியவற்றிற்குப் பறங்கிக் சக்கை சூரணம் கூட்டிக் கொடுக்கவும்.
- ஈளை, இருமல் இரைப்பு முதலியவற்றிற்கு ஆடாதோடை, சிற்றரத்தை இவ்விரண்டையும் அரைத்துக் காச்சிய பசுவின் பாலில் கரைத்துச் சிறிது சூடாக இருக்கும்போது, பசுவின் வெண்ணெய் சிறிது சேர்த்து அதில் இந்த மெழுகை அனுபானம் செய்து கொடுக்கவும்.
- விப்புருதி நோய் பதின்மூன்றுக்கும் தூதுவளைச் சாற்றில் அனுபானம் செய்து கொடுக்கவும்.
- சத்திக் குன்மத்திற்குத் தகரை இலைச்சாற்றில் கொடுக்கவும்.
- பித்தக் குன்மத்திற்குப் புளியாரைச் சாற்றில் கொடுக்கவும்.
- வாதக் குன்மத்திற்கு வல்லாரைச் சாற்றில் கொடுக்கவும்.
- எரி குன்மத்திற்கு இளநீர், சீரகம், நெய், பால் கூட்டி அதனில் இம் மெழுகைக் கொடுக்கவும்.

- ❖ வளி குன்மத்திற்குச் சிற்றாமணக்கெண்ணெயில் கொடுக்கவும்.
- ❖ அண்டவாதத்திற்கு வெள்ளாட்டுப் பால் அல்லது வெள்ளாட்டு வெண்ணெயில் அனுபானம் செய்து கொடுக்கவும்.
- ❖ சூலைவலி, எரிச்சல், குண்டிக்காய் நோய் முதலியவற்றிற்குக் காய்ச்சிய ஆவின் பால், நெய், சர்க்கரை கூட்டி அதில் மெழுகை அனுபானம் செய்து கொடுக்கவும்.
- ❖ குட்டரோகங்களுக்குக் காய்ச்சிய பசுவின் நெய்யில் கற்கண்டைத் தூள் செய்து போட்டு, அதில் இம்மெழுகை அனுபானம் செய்து கொடுக்கவும்.
- ❖ சூதகவாயுவுக்குச் சுக்குக் குடிநீரில் சீரகப்பொடியைப் போட்டாவது அல்லது வெள்ளைப் பூண்டு, சுக்கு, மிளகு, சீரகம் கூட்டிச் செய்த குடிநீரிலாவது இந்த மெழுகைக் கொடுக்கவும்.
- ❖ சூலை நோய்க்குப் பறங்கிச் சக்கை சூரணத்தில் நெய் விட்டுப் பிசறி, அதில் இம்மெழுகை அனுபானம் செய்து கொடுக்கவும்.
- ❖ மூலரோகத்திற்குத் தாய்ப்பால், சிற்றாமணக்கெண்ணெய் கூட்டி அதில் இம் மெழுகைக் கொடுக்கவும்.
- ❖ மூலவாயுவுக்குப் பால், நெய், மோர் முதலியவற்றில் கொடுக்கவும்.
- ❖ இரத்த மூலத்திற்குப் பன்றி நெய்யில் கொடுக்கவும்.
- ❖ மூலக்கிராணிக்குப் பசுவின் பால், நெய் இவற்றில் கொடுக்கவும்.
- ❖ சீழ்மூலத்திற்குச் செம்மறி ஆட்டுக்கொழுப்பு, உருக்கின நெய் ஆகியவற்றில் அனுபானம் செய்து கொடுக்கவும்.
- ❖ மூலத்தினால் முக்கல், கடுப்பு, முளை வளர்தல், ஆசனம் தாமரைப்பூ போல் விரிதல் முதலியவற்றிற்கு, இந்த மெழுகைச் சீலையில் தடவி, திரியாகச் சுருட்டிக் கொளுத்தி அதிலிருந்து வரும் புகையை ஆசன வாய்க்குக் காட்டவும்.
- ❖ ஆண் குறியின் முனையில் வருகிற தாமரைச் சிலந்தி, பவுத்திரக் கண்டமாலை, அக்குள் சிலந்தி, தொண்டைச் சிலந்தி, தொப்புள், மார்பு, ஆண் பெண்களின் தனத்தில் கிளைக்கும் புண், முதுகில் வரும்படியான பிளவை, அரையான், தொடைவாழை, பத்து, பாதத்தில் வரும் மேகரணம், சதா கச்சையை அணிவதால் வரும் ஆறாத புண்

முதலியவற்றிற்கு இந்த மெழுகைச் சீலையில் தடவித் திரியாகச் சுருட்டிக் கொளுத்தி அதிலிருந்து கிளம்பும் புகையை நோயுள்ள இடத்தில் படும்படியாகச் செய்யவும்.

❖ மூக்கு நீர்வடிதல், முகவாதம், பீனிசம், மண்டையிடி, கபாலசூலை முதலியவற்றிற்கு முன்போல் திரிசெய்து கொளுத்திப் புகையை மூக்கு வழியாக உள்ளுக்குச் செலுத்தவும்.

❖ நரம்புப்புண், பல்லரணை, கன்னக்கிரந்தி, பல்வலி, தொண்டைப் புண் முதலியவற்றிற்கு முன்போல் புகையை வாய்வழியாக உள்ளுக்குச் செலுத்தவும்.

❖ மலம், சலம் அடைத்து வேதனை மிகுந்தால் அரைக்காற்படி உத்தாமணியிலைச் சாற்றில் கொடுக்கவும். அல்லது தலைமயிர் சுட்ட சாம்பலில் கொடுக்கவும்.

❖ கறுங்குட்டம், கைகால் குறைதல் முதலியவற்றிற்குக் கறுநொச்சியிலை சாற்றில் உள்ளுக்குக் கொடுப்பதுமின்றி, இம் மெழுகைச் சிறிது சாற்றில் கரைத்து மேல் பூச்சாகப் புண்ணின் மீதும் தடவவும்.

❖ பலவிதக் குட்டத்திற்குத் தென்னம் வெல்லத்தில் வைத்துக் கொடுக்கவும்.

❖ காமாலை, சோகை, மகோதரம், பாண்டு முதலியவற்றிற்கு, ஆமணக்கெண்ணெயில் சிறிது கோமியம் சேர்த்து அதில் மெழுகை அனுபானம் செய்து கொடுக்கவும்.

❖ பலவித விடங்களுக்குக் கடுக்காய்ப் பொடியைச் சிறிது ஆமணக்கெண்ணெயில் கலந்து, இம்மெழுகை அனுபானம் செய்து கொடுக்கவும்.

❖ வலி, சன்னி, வாதரோகம் முதலியவற்றிற்கு, தழுதாழைச் சாற்றில் கொடுக்கவும்.

❖ சந்து சூலை, சர்வாங்கவாதம் முதலியவற்றிற்குக் கழுதை நீரில் கொடுக்கவும்.

❖ கடூரமான வாதரோக்ங்களுக்குக் கழுதைச் சாணப்பாலில் கொடுக்கவும்.

❖ சந்து வாதம் 12 க்கும் இஞ்சிச்சாறு அல்லது சுக்குக் குடிநீரில் கொடுக்கவும்.

- ❖ விப்புருதி நான்கு வகைகளுக்கும் முருக்கிலைச் சாற்றில் கொடுக்கவும்.
- ❖ வெறிநாய், எலிக்கடிக்கு எருக்கிலைச் சாற்றில் கொடுக்கவும்.
- ❖ நீர்வண்டு, பொன்வண்டு, ஆறுகால் வண்டு, பூவண்டு முதலிய நச்சு வண்டு கடிகளுக்கு எருக்கிலைச் சாற்றில் கொடுக்கவும்.
- ❖ செம்மூக்கன், கொம்பேறி விரியன், மண்டலி முதலிய பாம்பு கடிகளுக்குப் பயறு அளவு மெழுகைக் கண்களுக்குக் கலிக்கம் தீட்டி, எருக்கிலைச் சாற்றில் அனுபானம் செய்து கொடுக்கவும்.

பத்தியம்

நோயின் வன்மை, மென்மைக்கு ஏற்றவாறு கடும்பத்தியமும் இச்சாபத்தியமும் இருத்தல் நன்று.

2. கற்பூர மெழுகு

சரக்கு

மாதுளம் வேர்ப்பட்டை	2 பலம்
வால்மிளகு	"
கற்பூரம்	"
கரும்பு வெல்லம்	"
கிராம்பு	"

செய்முறை

ஏழு எலுமிச்சம் பழத்திலிருந்து சாறு பிழிந்து ஒரு பழகின மண் ஓட்டில் இட்டு, அதில் கற்பூரத்தைப் பொடி செய்து போட்டு அடுப்பில் வைத்துச் சிறிது எரித்துச் சுண்டிக் குழம்பு பதம் வரும் சமயம், ஆறவிட்டு வழித்து ஒரு சுத்தமான கல்வத்தில் போட்டு, வெல்லம் நீங்கலாகச் சூரணிக்க வேண்டிய மூன்று சரக்குகளையும் சூரணித்துப் போட்டு மெழுகு பதம் வரும்படி நன்கு அரைக்கவும். இம்மருந்து வறட்சி கண்டிருப்பின் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக வெல்லத்தைக் கூட்டி அரைக்கவும். நல்ல மெழுகு ஆகும். இதை வழித்து வாயகன்ற சீசாவில் பத்திரப்படுத்துக.

பயன்பாடு

இந்த மெழுகில் வேளைக்கு 2-3 குன்றி அளவு தினம் இரு வேளை கொடுத்து வருக.

தீரும் நோய்

சலதோடம், நீர்ப்பீனிசம், தும்மல், பசியின்மை, புளியேப்பம், தலைவலி முதலியவைகளும் சீதள சம்பந்தமான பல பிணிகளும் குணமாகும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம். சீதளப் பண்டங்களை நீக்கி அன்னம் கொள்ளவும்.

3. தாமிர மெழுகு

சரக்கு

சுத்தி செய்த தாமிர அரப்பொடி வராகன் எடை- 5. வீரம், பூரம், கந்தகம், இரசம், இலிங்கம் தனித்தனியே வராகன் எடை- 1.

செய்முறை

இவைகளை எல்லாம் கல்வத்தில் இட்டு அரைத்து ஒரு பீங்கானில் இட்டு, 7 அல்லது 10 எலுமிச்சம்பழச்சாறு விட்டு 24 மணி நேரம் வைக்கவும். மறுபடியும் முன்போல் பழச்சாறு விட்டுக் கலக்கி 24 மணி நேரம் சென்ற பின் பழச்சாற்றை வடித்து விடுக.

இங்ஙனம் 7 முறை செய்யப் பச்சை நிறமான களிம்பு பழச்சாற்றில் தோன்றாது. ஒருக்கால் ஐயமுண்டாயின் இரண்டொரு முறை அதிகமாகச் செய்துகொண்டு பின்னர் அதனை வெயிலில் உலர்த்திக் கல்வத்தில் இட்டுத் தேனைச் சிறிது சிறிதாக விட்டு மெழுகு பதமாக 8 சாமம் அரைத்துப் பத்திரப்படுத்துக.

பயன்பாடு

தினம் இரு வேளை 1/2 முதல் 3/4 குன்றி அளவு, 5 அல்லது 7 நாள் பனைவெட்டில் வைத்து உண்ணவும்

தீரும் நோய்

குன்மம், பெருவயிறு, பிடிப்பு, விரணம், சுவாசகாசம், திமிர், தடிப்பு, வாத ரோகங்கள் தீரும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

4. தாமிர மெழுகு (வேறு முறை)

சரக்கு

சுத்தி செய்த தாமிர அரப்பொடி பலம்- $2^1/_2$. சுத்தி செய்த கந்தகம் பலம்- ஒன்றேகால்.

செய்முறை

ஒரு பீங்கானில் தாமிரப் பொடியை எடுத்துக் கொள்ளவும். கந்தகத்தை 7 எலுமிச்சம்பழச்சாறு விட்டரைத்துக் குழம்பாக வழித்துக் கொள்ளவும். நாயுருவி கறுந்துளசி ஆகியவற்றின் சாறை அரைக்காற்படி எடுத்துக்கொள்ளவும். இம்மூன்றையும் கலந்து வெயிலில் வைத்து, நீரெல்லாம் சுண்டின பதத்தில் கல்வத்தில் இட்டு, அதனோடு 3/4 வராகன் எடை பச்சைக் கற்பூரம் சேர்த்துத் தேன் விட்டு மெழுகு பதமாக 4 சாமத்திற்குக் குறைவின்றி அரைத்துப் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இதனைத் தினம் இரு வேளை, மிளகு அளவு 3 அல்லது 5 நாள் உண்ணவும்.

தீரும் நோய்

குன்மம், பெருவயிறு, பிடிப்பு, விரணம், சுவாசகாசம், திமிர், தடிப்பு, வாதம், முதலிய பலவும் தீரும். ஒரு முறையில் குணம் ஏற்படாவிடின் 14 நாள் இடைவிட்டு மறுமுறை உட்கொள்ளவும்.

குறிப்பு

இதனை ஒரு முறை உட்கொண்ட பின், இரண்டு நாள் கழித்துத் தேக திடத்துக்கு ஏற்றபடி இரு முறை பேதியாகச் சிற்றாமணக்கெண்ணெயை உட்கொள்ளுதல் சாலவும் நன்று. தாமிரபூபதி மாத்திரைக்கு இம்மெழுகைப் பயன்படுத்திக் கொள்வது வழக்கம்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

5. மிருத்தியுஞ்செய இரசம்

சரக்கு

சுத்திசெய்த தாளகம், சுத்திகரித்த கந்தகம், சுத்திகரித்த இலிங்கம் வகைக்கு வராகனெடை 2. திப்பிலி, கிராம்பு, மிளகு ஆகியவற்றின் சூரணம் வகைக்குப் பலம் 1. கோரோசனை வராகன் எடை $1\,^{1}/_{2}$, குங்குமப்பூ வராகன் எடை3, பச்சைக் கற்பூரம் வராகன் எடை 1 1/2, கஸ்தூரி வராகன் எடை 1.

செய்முறை

தாளகத்தைக் கல்வத்தில் இட்டு நன்றாக அரைத்து அதனுடன் மற்றச் சரக்குகளை மேலே கூறிய முறையே ஒன்றன்பின் ஒன்றாய்ச் சேர்த்து அரைத்துத் தேன் விட்டு, மெழுகு பதமாய் 4 சாமம் அரைத்துச் சிமிழில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

உழுந்து பிரமாணம் வெற்றிலையில் தடவி மென்று தின்னவும்.

தீரும் நோய்

சர்வசீதளம், சுரம், சன்னி, கப சம்பந்தமான உபத்திரவம், வாயு சம்பந்தமான நோய்கள் எல்லாம் தீரும்.

பத்தியம்

இச்சாபத்தியம்.

கோவையிலைப் பற்று

நாமக்கோவை இலையை இடித்து நன்றாகப் பிசைந்து தலையில் பற்றாகப் போட்டுவர இரத்தப் பீனிசம், சாமத்திற்குச் சாமம் உண்டாகும் இருமல் முதலியவை தீரும்.

புழுங்கலரிசிமிளகுப் பிட்டு

சரக்கு

மிளகு
சீரகம்
புழுங்கலரிசி

செய்முறை

இவை வகைக்கு ஒரு சேர் எடுத்து ஒரு இரும்புச் சட்டியில் விட்டு இளவறுப்பாய் வறுத்துக்கொள்ளவும். பின்பு கல்லுரலில் இட்டு இடித்துப் பனைவெல்லம் 8 பலம் சேர்த்துப் பசுவின் நெய் ஒரு உழக்குக் காய்ச்சி அதில் ஒரு சிறங்கை அளவு இச்சூரணத்தை இட்டுப் பொரித்துச் சாப்பிடவும். இம்மாதிரி 3 தினங்கள் உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

இருமல், குத்துவலி, குடற்புரட்டு, சீழ்விழுதல், தலைவலி, நெஞ்சுவலி, சுரம், வாய்நீர் சுரத்தல், விலாவலி, புகைச்சல், உடம்பின் நாற்றம், சயரோகம், கோழைவிழுதல், சீழுடன் நீர்விழுதல் முதலான நோய்கள் தீரும்.

பாற்கடுக்காய்

சரக்கு

சுக்கு, திப்பிலி, பாற்கடுக்காய்.

செய்முறை

இவைகள் வகைக்கு 40 எண்ணிக்கையில் எடுத்து ஒரு பானையில் போட்டு, 4 படி வல்லாரைச் சாறு விட்டு ஊற வைத்து அடுப்பின் மேலேற்றிச் சாறு சுவறும்வரை வற்றவைத்து, மறுபடியும் 4 படி வல்லாரைச் சாறும், வெள்ளாட்டுப் பால் 2 படியும் விட்டுச் சுண்டவைக்கவும். தேன் 1 நாழி விட்டு ஒன்று கலந்து ஒரு பானையில் வைத்து ஒரு மூடியால் மூடி நெற்குவியலுக்குள் 20 நாட்கள் புதைத்து வைக்கவும்.

பயன்பாடு

சயரோகி தினம் ஒரு கடுக்காயுடன் குழம்பில் சுமார் 2 1/2 வராகன் எடை அளவும் எடுத்து உட்கொள்ள, 40 நாட்களுக்குள் நோய் குணமாகும். பசியும் உண்டாகும்.

நிலப்பனை கோவா

சரக்கு

நிலப்பனைக் கிழங்கு

பூனைக்காலி விதை

நெருஞ்சிக்காய்

சிறுகாஞ்சொறி விதை

செய்முறை

இவைகளைச் சரி அளவு எடுத்து இடித்துச் சூரணித்து வஸ்திரகாயம் செய்யவும். இதற்குச் சரி அளவு சர்க்கரை கூட்டி பசுவின் பாலுடன் சேர்த்துக் குழம்பாக்கி வைத்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இதில் தினந்தோறும் ஒரு பாக்களவு எடுத்து உட்கொள்ளவும். தாது விருத்தி உண்டாகும்.

ஓம கல்கம்

செய்முறை

ஓமத்தை அரைத்து வெந்நீரில் கலந்து அத்துடன் எவச்சாரம், தேன் கூட்டி அருந்த வேண்டும்.

தீரும் நோய்

உப்புசம், மேல் சுவாசம்.

சாதிப்பத்திரிக் கல்கம்

சரக்கு

சாதிப்பத்திரி

ஓமம்

நீர்முள்ளி விதை

சாதிக்காய்

செய்முறை

இவைகன்ளப் பசுவின் பால் விட்டு நன்றாக அரைத்துத் தேற்றான் கொட்டையின் அளவு எடுத்துப் பாலிலோ அல்லது சர்க்கரையிலோ சாப்பிடவும்.

கோழிமுட்டை வெள்ளைக் கருவுடன் இஞ்சிச்சாறு, வெங்காயச்சாறு, தேன் இவைகளை ஒன்றாகச் சேர்த்துக் குழப்பி 3 நாட்கள் காலையில் சாப்பிடவும். தாதுவிருத்தி உண்டாகும்.

காடி

சரக்கு

முருங்கை இலை

மாவிலங்கை இலை

அமுக்கரா இலை

செய்முறை

இவைகளை வகைக்கு ஒருபிடி எடுத்துச் சிறுக அரிந்து ஒரு மரக்கால் காடிக்கு, 1 மரக்கால் சுத்த நீர் விட்டு ஒன்றாக்கி அடுப்பின் மேலேற்றி நன்றாக (1 சேராக) வற்ற வைக்கவும்.

பயன்பாடு

நாள் ஒன்றுக்கு மூன்று முறை உட்கொள்ள, நீர்க்கோவை குணமாகும்.

இலேபனத்திற்கு வெண்ணெய்

சரக்கும் செய்முறையும்

வெள்ளாட்டுப் பால் 2 படி எடுத்து நன்றாகக் காய்ச்சி வெள்ளை அரளி வேர்த் தூள் 1/2 பலம் சூரணம் செய்து போட்டு, மோர் விட்டுப் பிறை குத்தவும். மறுநாள் தயிராகத் தோய்ந்தபின் இதைக் கடைந்து வெண்ணெயை எடுத்து அதனுடன் கிராம்பு, அபின், சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி ஆகியவைகள் வகைக்கு 1 வராகன் எடை வீதம் எடுத்து இடித்துச் சூரணம் செய்து, நன்றாக மத்தித்து வைத்துக்கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

இதில் 3 $^{1}/_{2}$ குன்றி நிறை எடுத்து ஒரு வெற்றிலையில் வைத்துக் காலையில் உட்கொள்ளவும். இந்த மருந்தையே குறியின் மேல் போடவும். இவ்வாறு 7 நாட்கள் செய்து, புளிப்பு, புகையிலை முதலான பதார்த்தங்களை நீக்கவும். தாதுவிருத்தி உண்டாகும்.

முருங்கைப்பால்

சரக்கு

முருங்கைப் பிஞ்சு, முருங்கைக் கொழுந்து, கீழாநெல்லிச் சமூலம்.

செய்முறை

இம்மூன்றையும் சமனெடை எடுத்துத் தேங்காய்ப் பால் விட்டு நன்றாக அரைத்துக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

எலுமிச்சங்காய் அளவு எடுத்து அடுப்பின் மேல் வைத்துக் காய்ச்சி அருந்தவும். உடல் பலமடையும், தாதுவிருத்தி உண்டாகும்.

சிவனார் அமிர்தம்

சரக்கும் செய்முறையும்

இருவி, இரசம், கறுநாபி, நெல்லிக்காய்கந்தகம், சுக்கு, மனோசிலை, வெங்காரம், அரிசித் திப்பிலி ஆகிய இவைகள் வகைக்கு 1 பலம். மிளகு 8 பலம். இவைகளை முறைப்படி சுத்தி செய்து, தனித்தனியே சூரணமாக்கி, கல்வத்தில் இட்டு 7 நாட்கள் விடாமல் அரைத்திடவும். இது கறுப்பு நிறத்தை அடையும்.

பயன்பாடு

துணை மருந்தின் சிறப்பால் 80 வகை வாதம், 40 வகை பித்தம், 20 வகை கபம், 5 வகை சுவாசம், குட்டம், குன்மம், சன்னி, மூலநோய், சயம், பெருவயிறு ஆகியவைகள் தீரும்.

அரணை, தேள் முதலிய கடிவிடங்கள், குமரகண்டவலி ஆகியவைகட்கு மேற்படி மருந்தை ஆக்கிராணம் (நசியம்) இடத் தீரும்.

குறிப்பு

சிலர் இருவியைச் சேர்த்தும் சேர்க்காமலும் செய்கின்றனர். இருவியைச் சேர்ப்பின் பத்தியம் கடுமையாகக் காக்கவேண்டும் எனபர்.

தாளகக் கருப்பு

சரக்கு

சுத்தி செய்த தாளகம் பலம் $^1/_2$

முப்பு பலம் $^1/_2$

பூவரசங்கொழுந்து இலை

அல்லது வெண்தாமரைப்பூவிதழ் பலம் 4

செய்முறை

முதலில் தாளகத்தைக் கல்வத்தில் போட்டு இரண்டு மணி நேரம் அரைத்து நன்றாய்ப் பொடியான பின் முப்பு கூட்டி அரைக்கவும். இவ்விரண்டும் கலந்து உறவான சமயம் பூவரசங் கொழுந்திலையையாவது அல்லது தாமரைப் பூவிதழையாவது கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் போட்டு இரண்டு சாமத்திற்கு அரைத்து மெழுகு பதத்தில் வில்லை தட்டி உலர்த்தி அகலில் வைத்து மேல் அகல் மூடிச் சீலை செய்து வெயிலில் நன்றாய் உலர்த்தவும். அகலின் மொத்த எடைக்கு எட்டு எடை வறட்டித் துண்டுகளின் இடையில் வைத்துத் தீ மூட்டவும். புடம் ஆறினபின் வில்லையைப் பார்க்கக் கறுத்திருக்கும். இதை அரைத்துச் சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பயன்பாடு

இதில் வேளைக்கு $^1/_2$ -1 குன்றி எடை தினம் இரு வேளை நெய், தேன், அதிமதுரக் குடிநீர், சிறுகாஞ்சொறி வேர்க் குடிநீர் போன்ற அனுபானங்களில் கொடுத்து வரவும்.

தீரும் நோய்

சுரம், முறைச்சுரம், சயம், காசம், இரைப்பு, இருமல், துட்டரணம், குட்டம் முதலியவைகள் குணமாகும்.

பத்தியம்

புளி தள்ளி, இச்சாபத்தியம்.

குறிப்பு

தாளகத்திற்கு உண்டாண துர்க்குணம் இதற்குக் கிடையாது. தாளகச் செந்தூரம் முதலியவற்றிற்கு இணையாகக் கொடுக்கலாம்.

தாளகக் கருப்பு (வேறு முறை)

சரக்கு

சுத்தித்த தாளகம் 1 பங்கு, நத்தைத் தசை 2 பங்கு.

செய்முறை

தாளகத்தைக் கல்வத்தில் இட்டு நன்றாகப் பொடித்து, நத்தைத் தசையைச் சிறிது சிறிதாகக் கூட்டி நன்றாக அரைத்து வில்லை தட்டி, இலகு புடமிடக் கறுப்பு நிறத்தை அடையும். பொடித்துக் குப்பியிலிடவும்.

பயன்பாடு

1/2 முதல் ஒரு குன்றிமணி அளவு தேனில் கொடுக்கக் காசம், சுவாசம் ஆகியவைகள் தீரும்.

சர்ப்பராச சமனம்

சரக்கு

துருசு

இரசம்

மணிப்புங்கன் காயின் மேல்தோல் வகைக்கு தோலா-1. சுத்தி செய்த வாளம் தோலா-3.

செய்முறை

இவைகளைக் கல்வதில் போட்டு 4 சாமம் நன்றாய் அரைத்துப் பின்பு இரும்பு வாணலியில் இட்டு நெருப்பனலில் வைத்துக் காந்தாமல் கறுகாமல் எடுத்துக் கொம்பு டப்பியில் பத்திரப்படுத்துக.

பயன்பாடு

தேக திடத்திற்குத் தக்கவாறு மிளகு அல்லது குன்றி அளவு பனைவெட்டில் கொடுக்கவும். ஒரு வேளைக்கு மேல் தேவையிராது. பிராணன் நீங்கி விட்டதாகக் கூறும் நிலையிலும், பிரம்பால் பலமாய் அடித்தத் தோல் தடிப்பெழும்பில் உச்சியைக் கீறி இந்த மெழுகில் குன்றி அளவு எடுத்துத் தேய்க்க, சிறிது நேரத்தில் சுவாசமுண்டாகும். உடனே கடுகு அளவு மெழுகைத் தாய்ப்பாலில் மத்தித்துக் கண்களுக்குக் கலிக்கம் தீட்டவும். பின்னர் குன்றி அளவு மெழுகை உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும்.

பத்தியம்

உப்பில்லாமல் வெறும் கஞ்சியைச் சிறு அளவாகக் கொடுத்தல் வேண்டும். அன்று நித்திரை செய்ய விடக் கூடாது. மறுநாள் தயிர்சாதம் கொடுக்கவும். உப்பு கூட்டலாம்.

ஆடாதோடை மணப்பாகு

சரக்கும் செய்முறையும்

சுத்தமான ஆடாதோடை இலை 20 பலம் எடுத்துச் சிறுக அரிந்து, 4 படி நீர் விட்டு 1படியாகச் சுண்டக்காய்ச்சியபின் வடிகட்டி, 23 பலம் சீனி கூட்டிக் காய்ச்சிப் பதத்தில் எடுத்துக் கொள்க.

பயன்பாடு

இதில் கால் முதல் அரை பலம் எடுத்து, காய்ந்து ஆறிய நீர் இரண்டு பங்கு சேர்த்துக் கலக்கி உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்

கபாதிக்கம், வாததோடம், இருமல், பற்பல சுரம், வயிற்று நோய் ஆகிய இவைகளை நீக்கும்.

சுக்காதி மணப்பாகு

சரக்கு

சுக்கு
மிளகு
தூதுவளை
திப்பிலி
சீந்தில் கொடி

செய்முறை

இவைகளைச் சமமாக எடுத்து இடித்து 3 படி தண்ணீர் விட்டு அடுப்பின் மேல் ஏற்றி, எட்டிலொன்றாகக் காய்ச்சி வடிகட்டிக் கொள்ளவும்.

பயன்பாடு

பசுவின் நெய் அல்லது தேனில் குழைத்துச் சாப்பிட, காசநோய் தீரும்.

முசுமுசுக்கை வேர் அடை

முசுமுசுக்கை வேரை அம்மியில் வைத்துத் தண்ணீர் விட்டரைத்து, அரிசி மாவுடன் சேர்த்துப் பிசைந்து அடை தட்டிச் சுட்டுத் தினம் காலை வேளையில் சாப்பிடவும். இப்படி 3 நாள் சாப்பிட, இருமல் நிற்கும்.

கையாந்தகரை அடை

கையாந்தகரை, நாயுருவி, கறுந்தக்காளி, தூதுவளை, எருக்குமொட்டு, வேலிப்பருத்தி இலை, நொய்யரிசி இவற்றைச் சம அளவு அரைத்து அடை சுட்டு உண்ண, கணைநோய் நீங்கும்.

ஆதார நூல்கள்

1. யூகி வைத்திய சிந்தாமணி.
2. சித்த மருத்துவம்.
3. சித்த மருத்துவாங்க சுருக்கம்.
4. நோய் நாடல் நோய் முதல் நாடல் பகுதி I, பகுதி II.
5. நோய்களுக்குச் சித்த பரிகாரம்.
6. தேரன் யமக வெண்பா.
7. தேரன் மருத்துவ பாரதம்.
8. தேரன் கரிசல்.
9. சரபேந்திர வைத்திய முறைகள் (சுவாசகாச கபரோக சிகிச்சை).
10. சரபேந்திர வைத்திய முறைகள் (சிரோரோக சிகிச்சை).
11. சித்த வைத்தியத் திரட்டு.
12. அகத்தியர் மணி 4000.
13. கண்ணுசாமி பரம்பரை வைத்தியம்
14. சித்த வைத்திய பதார்த்த குணவிளக்கம்.
15. சிகிச்சாரத்தின தீபம்.
16. புலிப்பாணி வைத்தியம் 500.
17. சரபேந்திர வைத்திய முறைகள் (சயரோக, உளைமாந்தை ரோக சிகிச்சை)

சொல்லடைவு

அக்கிராகாரச் சூரணம் 52
அக்கிராகாரம் 51,72,121,157,192,226,334
அக்கினி 224,341
அக்கினி மந்தம் 24,112,185,236,250, 270, 278, 304
அக்குள் சிலந்தி 375
அக்ரோட்பருப்பு 197
அகடு 41
அகத்தி 240
அகத்திக்கீரை 276.277
அகத்தியர் குழம்பு 53,60
அகத்தியர் குளிகை 343
அகில் 219
அகில் கட்டை 136,142,205
அச்சம் 4
அசதி 12,23
அசனவில்வாதித் தைலம் 201
அசீரணப் பித்தம் 332
அசீரணம் 93,267,326,331, 327,371
அசுவகந்தி 153,155,159
அசுவகந்தி பலாவாட்சாத் தைலம் 220
அசுவகெந்திச் சூரணம் 250,331
அஞ்சனப் பொருட்கள் 7
அட்டகுன்மம் 250, 252
அட்டபைரவம் 53
அட்டுப்பு 216,256
அடிவயிறு 30,38
அடை 83
அண்டவாதம் 375
அண்ணாக்கு 49
அணுத்துவம் 1
அத்தி 301
அத்தி வெப்பம் 349
அத்திக்காய் 225.359
அத்திசுரக் குடிநீர் 88
அத்திசுரம் 89,239, 281,284
அத்திப்பட்டை 114
அத்திப்பட்டையாதி நெய் 114
அத்திமரப்பட்டை 158
அத்திமொட்டு 114
அத்திவெட்டை 169,298
அதிசாரபேதி 289
அதிசாரம் 22.59,141.291.323.371
அதி நித்திரை 25
அதிதும்மல் 93
அதிமதுரக் குடிநீர் 385
அதிமதுரத்தூள் 318
அதிமதுரம் 32.51,66,86.92.106, 114.135.162.163. 176. 202,230,321
அதிமூத்திர நோய் 291
அதிவிடயம் 80,124,126,137,145. 167,184. 201,269.
அந்தரத்தாமரைச் சூரணம் 240
அந்தரத்தாமரைத் தூள் 240. 255
அநாகதம் 50
அப்பிரகச் செந்தூரம் 238,297.332
அப்பிரகம் 301
அப்பிரகப் பற்பம் 327,347

அப்பிரகம் 331,351
அப்பைக்கோவைக் கிழங்கு 103
அபசுமாரம் 164
அபானன் 19
அபின் 40, 61,214,253, 383
அபினி 163,339,367
அம்மை 165
அமில ஆதிக்க நோய் 57
அமுக்கரா 221,258
அமுக்கரா இலை 383
அமுக்கராக் கிழங்கு 33,67,72,84,95, 106, 108, 109,114, 123, 134,144, 160,190, 207,223,334
அமுக்கராச் சூரணம் 252,258
அமுக்கரா வேர் 231
அமுக்கரா வேர்ப்பட்டை 202
அமுத சர்க்கரை இலேகியம் 189
அயச் செந்தூரம் 175,265,298,306,333
அயப்பற்பம் 174,306,347
அயம் 299,331,348,351
அயவெள்ளிச் செந்தூரம் 306
அரக்கு 190
அரக்குத் தைலம் 43,52
அரசங்கொழுந்துச் சாறு 292
அரச நோய் 17
அரசம்பட்டை 114,158,305
அரசமரக்குச்சி 158
அரசமொட்டு 114
அரசு 301
அரத்தை 218,226,331,384
அரத்தைக் குடிநீர் 43,348
அரத்தைச் சூரணம் 51
அரிகிரந்தி 236
அரிசி அளவு 280,296
அரிசி எடை 52, 54,198
அரிசித் திப்பிலி 86,111,125,243,322,384
அரிசிப் பிரமாணம் 199,302
அரிதாரப் பற்பம் 289
அரிதாரம் 222,290,322,351,373
அரிப்பு 46
அருகம்புல் நசியம் 361
அருசி 270
அரேணுகம் 350
அரையான் 375
அரோசகம் 24,128,144,188,232,251,368,370
அல்லிக்கிழங்கு 158,268
அலரி 134
அவரைக்காய் 178,179
அவல் 93
அவல் அரக்கு 89
அவலம்பகம் (அளியையம்) 3
அவுரி 100,133
அவுரிச் சாறு 205
அவுரி சமூலம் 94
அழகுக் கலை நிபுணர் 46
அழல் 1,6,11,37,49,58,307
அழல் இருமல் 37,41
அழல் இளைப்பு 22
அழல் உளைமாந்தை 65
அழல் ஐய இளைப்பு 25,27
அழல் ஐயம் 12
அழிஞ்சில் சமூலம் 103
அழிஞ்சில் பருப்பு 289
அழிஞ்சில் விதை 200
அழிஞ்சில் வேர் 203
அழிஞ்சில் வேர்த் தைலம் 203
அழுகண்ணிச் சாறு 356
அழுகை 4
அறநெறி 5
அறிவுக்கூர்மை 4
அறிவு மங்கல் 58
அறுகங்கட்டை 91
அறுகம்புல் சாற்றி 361
அறுகம் வேர் 211
அறுகு முனை 4
அறுவை சிகிச்சை 56
அன்பு 5

அன்னக் குழம்பு 60
அன்னம் 4,89,296,378
அன்ன விக்கல் 57
ஆக்கிராணம் 384
ஆக்கினை 1
ஆசமோதாதிச் சூரணம் 253
ஆசன நோய்கள் 341
ஆட்டுப் பால் 33,151,314
ஆடாதோடை 51,67,95,113,117,178,200,374
ஆடாதோடை இலேகியம் 199
ஆடாதோடை இலை 51,53,83,84,116,171, 193, 244, 365, 387
ஆடாதோடைக் குடிநீர் 43,51,85,
ஆடாதோடைச் சமூலம் 106,109,152,166
ஆடாதோடைச் சாறு 70,109,112,137
ஆடாதோடைச் சூரணம் 243
ஆடாதோடை நெய் 109
ஆடாதோடைப் பூக்கதிர் 243
ஆடாதோடை மணப்பாகு 387
ஆடாதோடையாதிச் சூரணம் 244
ஆடாதோடையாதி நெய் 106
ஆடாதோடையிலை 51,53,116,171
ஆடாதோடையிலைச் சாறு 72,107,284
ஆடாதோடை வேர் 69,89,108,146,160,196
ஆடாதோடை வேர்ப் பட்டை 243,324
ஆடுதீண்டாப்பாளை 224,353
ஆடுதீண்டாப்பாளைச் சாறு 300
ஆண் முயல் 146
ஆண் விஷ மூங்கில் 302
ஆத்திப்பூ 205
ஆதண்டம் வேர் 91,171
ஆதண்டைச் சாறு 203,234,361
ஆமணக்கு ஈர்க்குக் குடிநீர் 349
ஆமணக்கு நெய் 111
ஆமணக்கு வேர் 217
ஆமணக்கெண்ணெய் 99,193,359,376
ஆமிலப் பித்தம் 349
ஆமை ஓட்டுப் பற்பம் 199,287,326
ஆயாசம் 40,41,59
ஆயில்ய மரப்பட்டை 170
ஆல் 301
ஆலங்குச்சி 159
ஆலங்கொழுந்துச் சாறு 292
ஆலம்பட்டை 114
ஆலம் பழுப்பு 4,306
ஆலம் மொட்டு 210
ஆலம் விழுது 129
ஆலம் விழுது நெய் 129
ஆலமரத்து விழுது 197
ஆலமரப்பட்டை 158
ஆலமொட்டு 114
ஆவாரைச் சமூலம் 181
ஆவாரையிலைச் சாறு 138
ஆவி பிடித்தல் 53
ஆவின் நெய் 111,145,161
ஆவின் பால் 111,161,271,375
ஆறுகால் வண்டு 377
இச்சாபத்தியம் 90,92,112,124,146,159,162,185, 227,230, 251, 260,271,272, 279,294, 299, 309, 312, 319, 336,337,377,378,379
இசங்கம் வேர் 146
இசங்குக் கிழங்கு 355
இசிவு 12
இசிவு இருமல் 39
இஞ்சி 32,184,232,250,332,361
இஞ்சிச் சாறு 98,122,204,247,261, 319, 326, 331, 334, 336, 361,376
இஞ்சிச்சாறு நசியம் 361
இஞ்சித் தைலம் 204
இஞ்சிப்பட்டை 243
இஞ்சிரசம் 322
இடப்பாட்டு ஈரல் 29, 259
இடப்பாட்டு ஈரல் நோய் 259
இடமாற்றம் 46
இடமியம் 108
இடுப்பு வலி 38,227
இண்டம் வேர்ச் சூரணம் 242

இண்டம்வேர் 66
இண்டம்வேர்ப் பட்டை 242
இண்டிலை 355
இண்டு 79
இத்திப்பட்டை 114
இத்திமரப்பட்டை 158
இதயம் 35
இந்திரன் 4
இந்திரியம் 5,304,345
இந்துப்பு 77,95,108,109,136,171,176,204,208,240, 280, 323,352,373
இம்புராச் சமூலம் 146,181
இம்புராமூலம் 72
இம்புராவேர் 13,67,87,91,117,151,195
இம்பூறல் அடை 43
இம்பூறல் 52
இம்பூறல் குடிநீர் 43
இரசக் கந்திப் பாடாணம் 299
இரசக்கற்பூரம் 295,313,324
இரசச் செந்தூரம் 295,296
இரசப் பற்பம் 68,285,347
இரசப்பாடாணம் 32
இரசம் 214,289,293,321,351,378
இரசாதிப் புகை 359
இரசாயனப் பொருட்கள் 46
இரத்த இருமல் 39,41
இரத்தக் குழாய்கள் 56
இரத்தக் குன்மம் 177
இரத்தக் கெடுதல் 269
இரத்தகாசம் 123,265,291
இரத்தப் பித்தம் 59,172,138,165,291
இரத்தப் பீனிசம் 213,216
இரத்தம் 26,37,93,306,360
இரத்தம் கக்கல் 89
இரத்த மூலம் 375
இரத்த மேகங்கள் 238
இரத்த வாந்தி 22
இரத்த வாந்தி இருமல் 93
இராச இளைப்பு 20
இராச வர்த்தம் 351
இராயபுரிச் சர்க்கரை 235
இருதய அடைப்பு 227
இரு தாது கலப்பு ஐயம் 12
இருதா மாத்திரை 335
இரும்புத்தூள் 113,367
இருமல் 5,9,11,15,18,35,39,51,52,59,64,65,83, 86,94,106,147, 172,177,201,221,223, 224, 273, 294, 318,320,352,374
இருமல் ஐயம் 10
இருவி 384
இரைச்சல் 13,101,203
இரைப்பு 5,22,35,40,50,94,112,157,172,199, 227, 285, 232, 353,366,374
இரைப்பு நோய் 49,53,85
இரைப்பு நோய்ப் பொடி 52
இரைப்பை 2,56
இலகு ஏலாதிச் சூரணம் 236
இலகு குண்டலாதி இலேகியம் 195
இலகு வசந்த குசுமாகர மாத்திரை 334
இலந்தை இலை 271
இலந்தை விதை அளவு 346
இலவங்கப் பட்டை 32,71,108,135,161, 163, 173, 225, 340, 370
இலவங்கப்பட்டை இலேகியம் 191
இலவங்கப்பத்திரி 101,114,126,140,154, 161, 173, 202, 223,324,350
இலவங்கப்பூ 325
இலவங்கம் 32,51,126,154,172,195,218,235,328,346
இலவங்காதிச் சூரணம் 227
இலவங்காதி மாத்திரை 336
இலவம் பிசின் 140
இலவம்பூ 333
இலாமிச்சை வேர் 138
இலிங்கம் 222,294,295,297,313,338,358,378,
இலுப்பெண்ணெய் 280,310
இலுப்பைப்பூ 72,114,140,194
இலுப்பை வேர்ப்பட்டை 165

இலேகியம் 51,83
இலேபனத்திற்கு வெண்ணெய் 383
இலைக்கள்ளி 225
இலைக்கள்ளிச் சாறு 32
இலைக்கள்ளிச் சூரணம் 225
இலைக்கள்ளி வேர்ப்பட்டை 353
இழுப்பு 39,337
இழுப்பு இருமல் 39
இழுப்பு நோய் 45
இளங்கீரை 120
இளநீர் 81,74,102,133,137,215,228,252,344,374
இளவேனில் காலம் 6
இளைப்பு 35,41,52,58,60,63,83, 120, 148, 173, 259, 310, 328
இளைப்பு நோய் 17,19,28,30,332
இறைச்சி 40
இனிப்பு 4,6,37,55
ஈகை குணம் 5
ஈசுவரமூலி (பெருமருந்து) 100
ஈத்தின்னி வெளவால் 116
ஈரல் 41
ஈரல் நோய் 275
ஈரவெங்காயச் சாறு 98
ஈளை 35,51,87,94,109,116,146,157,159,177,1 91, 201, 225, 248,271,279,310,319,341,355,352,374
ஈளைக் கபநோய் 17
உச்சி 1,12
உசிலம்பட்டைத் தூள் 240,255
உட்காங்கை 266
உட்காய்ச்சல் 105
உட்குத்து 295
உட்சுரம் 11,65,157,185
உட்டிண இருமல் 266,275
உட்டிணசுரம் 250
உட்டிண நோய் 121
உட்டிண வாயு 250
உடம்பின் நாற்றம் 381
உடம்பு உலர்தல் 109
உடம்பு எரிச்சல் 24,50,191
உடம்புவலி 79
உடம்பு வீக்கம் 341
உடல் அழற்சி 49
உடல் இளைப்பு 175
உடல் உளைச்சல் 316
உடல் எரிச்சல் 274
உடல் எரிவு 263
உடல் ஓய்ச்சல் 59
உடல் கறுத்தல் 14
உடல் நடுக்கம் 21
உடல்வலி 37
உடல் வலுவின்மை 316
உடல் வற்றிப் போதல் 15
உடற்கட்டு 19,33
உடற்கடுப்பு 217
உடும்பு 69
உடும்பு நெய் 33
உண்மை 5
உணவுக் குழல் 56
உத்தாமணி 51,100
உத்தாமணி எண்ணெய் 32
உத்தாமணிச்சாறு 42,51,52,100,376
உத்தாமணித் தைலம் 50
உத்தாமணி மாத்திரை 326
உதடு 36
உதடு காய்ந்து போதல் 14
உதானன் 19,60
உந்தி 29
உப்பிலாங் கொடிச்சாறு 282
உப்பு 17,37,81,82,120,143,150, 178, 285, 286, 314, 331, 353,386
உப்புக்கண்டம் 180,146
உப்புசம் 5,123,310,382
உருசபகம் 267
உருத்திரன் 3
உருத்திராக்கம் 338
உருத்திராட்சம் 327

உலர்ந்த மல்லிகைப்பூ 164
உவர்ப்பு 6
உவர்மண் 52,269
உள்சுரம் 238
உள்நாக்கு 1,259
உள்மாந்தம் 155
உள்மூலம் 112
உள்ள உறுதி 5
உள்ளான் 146
உளச் சிக்கல் 18
உளுத்தம்பருப்பு 277
உளுந்து 141,228,278,343
உளுந்து அளவு 292,304,323
உளைமாந்தை 63,83,159,161,180, 183, 196, 215, 290, 374
உறக்கமின்மை 22
ஊக்கம் 5
ஊமத்தஞ்சாறு 208,364
ஊமத்தம் விதை 54
ஊமத்தைச் செடி 357
ஊமத்தைப் புகை 357
ஊமத்தையிலை 53
ஊர்ப்பன்றி .119
ஊழி 59,332
ஊறலவல் குடிநீர் 93
எச்சில் 50
எண்ணெய் 216
எண்ணெய் வெங்காரம் 232,318
எரிகுன்மம் 177,374
எரிச்சல் 11,21,26,227,375
எரிவு 219
எருக்கங்குச்சி 358
எருக்கங்கோல் புகை 357
எருக்கஞ் செடி 357
எருக்கம் பழுப்பு 361
எருக்கம் பழுப்புச் சாறு 289
எருக்கம்பழுப்பு நசியம் 361
எருக்கம் பால் 290,291,305,313,347
எருக்கம் வேர் 205
எருக்கம்பூவின் மொட்டு 255
எருக்கிலை 53,143,301,377
எருக்குமொட்டு 388
எருது 4
எருமைக்கொம்பு கல்நார் 307
எருமைச் சாணம் 93
எருமைப்பால் 191,332
எருமைமோர் 191,103
எருமையின் புளிப்பு மோர் 252
எருமை வெண்ணெய் 352
எலிக்கடி 252,289,353,377
எலும்பு 1
எலும்புச் சுரம் 246
எலும்பு முட்டி 30
எலும்புருக்கி 114,159,227, 275, 279, 298, 307, 332, 338, 371
எலுமிச்சங்காய் 177
எலுமிச்சங்காய் அளவு 119,130,203,353
எலுமிச்சஞ் சாறு 205
எலுமிச்சம் 305
எலுமிச்சம் பழ அளவு 74,120
எலுமிச்சம் பழச் சாறு 74,105,111,239,243, 247, 274, 275, 299,305,378
எலுமிச்சைஅளவு 352
எவச்சாரம் 23,111,136,167, 332,382
எழுத்தாணிப்பூண்டு 138
எள் 196,265,343,347
எள் நெய் 105,111,215
எள்ளெண்ணெய் 99,203,252
எறும்பு 19
என்புமச்சை 168
ஏக்கம் 18
ஏப்பம் 23,250,334
ஏமமாட்சிகம் 351
ஏலக்காய் 70,85,101,113,108,139,171,173, 202, 204, 223, 340,350
ஏலக்காய்த் தோல் 61
ஏலப்பொடி 61

ஏலம் 32,61,121,145,161,163,173,215,226,324,374
ஏலரிசி 61,126,195,270,323
ஏலரிசிச் சூரணம் 337
ஏலாதிச் சூரணம் 232
ஏலாதி நெய் 158,159
ஐய இருமல் 37,41,48,
ஐய இரைப்பு நோய் 48
ஐய இளைப்பு 23
ஐய உளைமாந்தை 65
ஐயச்சுரம் 28
ஐயநாடி 60
ஐய நோய் 107,111,123,129,136,255,286,292,315,342
ஐயம் 1,9,27,48,55,83
ஐயவளி இரைப்பு நோய் 48
ஐயவாதநாடி 60
ஐயவாய்வு 121
ஐய விக்கல் 58
ஒட்டடை 46
ஓதியம்பட்டைச்சாறு 301
ஒவ்வாமை 45
ஒழுக்கம் 5
ஒற்றடம் 52,53
ஓக்காளித்தல் 11
ஓம கல்கம் 382
ஓமம் 32,71,112,121,137,164,173, 200, 223, 282, 311, 320, 382
ஓரிதழ்த் தாமரை 67,164,207,269
ஓரிலைத் தாமரைச் சாறு 149
கக்கல் 26,173,320,374
கக்குவான் இருமல் 166,337
கச்சூர்க்காய் 239
கச்சோலம் 132,137
கசகசா 35,100,265
கசகசாப் பொடி 332
கசப்பு 4,6,113,150,178,179
கஞ்சா 17,61,165,192
கஞ்சா இருமல் 40,41
கஞ்சாங்கோரை 51
கஞ்சாங்கோரைச் சாறு 204
கஞ்சா விதை 343
கஞ்சி 193,283,309,386
கட்குடி 64
கட்டி 341
கடல் 4
கடலை 344
கடிவிடங்கள் 224,291,384
கடுக்காய் 91,113,152,163,175,177,,219,229,331,369
கடுக்காய்க் குடிநீர் 374
கடுக்காய்ச் சூரணம் 225
கடுக்காய்த் தூள் 116
கடுக்காய்த் தோல் 67,72,74,84,85,86, 110, 118, 136, 143, 170,1 71,179,202,225,256,336,340,350,365
கடுக்காய்ப் பொடி 374,376
கடுக்காய்ப்பூ 72,95
கடுகு 72,128,200,265,326,352,365
கடுகுரோகணி 73,85,88,113,135,167, 181,201, 250, 322, 354,359
கடுகுரோகணிச் சூரணம் 253,354
கடுகுரோகணித் தூள் 52
கடுகுரோகணித் தேன் 364
கடுஞ்சொல் 4
கடுப்பு 11,375
கண் 2,4,36,323
கண் சிவத்தல் 14,57
கண்டங்கத்தரி 51,53,95,112,126,142,164,182,231
கண்டங்கத்தரி இலேகியம் 185
கண்டங்கத்தரி இலை 51,193,365
கண்டங்கத்தரி சமூலம் 160,165
கண்டங்கத்தரி சாறு 107
கண்டங்கத்தரி தைலம் 205
கண்டங்கத்தரி விதை 122,205,355
கண்டங்கத்தரி வேர் 69,72,81,108,147, 170, 178, 206, 217, 227,352
கண்டங்கத்தரி வேர்ச் சூரணம் 240
கண்டங்கத்தரி வேர்ப்பட்டை 200,263
கண்டங்கத்தரி வேராதி நெய் 147
கண்டங்கத்தரியாதி இலேகியம் 186

கண்டங்கத்தரியாதி எண்ணெய் 95
கண்டங்கத்தரியாதிக் குடிநீர் 85
கண்டங்கத்தரியாதிச் சூரணம் 228
கண்டங்காரி இலேகியம் 181
கண்டங்காரி நெய் 160
கண்டத்திப்பிலி 70,115,142,173,242,344,350,367
கண்டம் 111
கண்டமாலை 168
கண்டறை 56
கண்டாத்திரி இலேகியம் 183
கண்டாவிழ்தம் 61
கண்டில் வெண்ணெய் 109,132,321
கண்டுபாரங்கி 51,257
கண்ணீர் 58
கண்ணுசாமியம் 59,131
கணச்சூடு 162
கணுச்சூலை 295
கத்தரி இலை 259
கத்தரிக்காய் 255
கத்தரிப் பிஞ்சு 103,178,314
கத்தி ஒளி 4
கந்தகப் பற்பம் 347
கந்தகம் 214,294,299,315,350,378
கந்தகாதிப் புகை 358
கந்தி 313,331
கப்பு மஞ்சள் 325,346
கபக்கட்டு 275
கபச்சிக்கல் 112
கபசுரம் 269,333,370
கபநோய் 125,144,179,186,187,248, 256, 274, 286, 295, 313,331
கப நாடி 65
கபம் 4,53,60,134,203,225,291,323,341,384
கபரோகங்கள் 291
கபாங்குசச் சூரணம் 265
கபாசிப் பருப்பு 265
கபாதிக்கம் 387
கபால சூலை 205,323,376
கபாலப்புற்று 357
கபால வாயு 205
கம்பளம் 7,46,61
கம்பிப்பிசின் 204
கம்பீர விக்கல் 57
கம்மாறு வெற்றிலைச்சாறு 326
கமலாக்கினி 280,285,310
கமலாப்பழம் அளவு 315,317
கமுகம்பூ 168
கரப்பான் 130
கரிசலாங்கண்ணி 113,166
கரிசலாங்கண்ணிச் சாறு 107,367
கரிசாலை 51,231
கரிசாலைச் சாறு 53,113,217
கரிசாலைத் தைலம் 43,52
கரிசாலை நெய் 113
கரிப்பாலைவேர் 114
கரிப்பான் கற்கம் 332
கரிமுள்ளி வேர் 181
கருங்காலி மரம் 82
கருஞ்சீரகம் 116
கருடக்கல் பற்பம் 287
கருடன் 4
கருடன் கிழங்கு 250
கருணைக் கிழங்கு 240
கருப்பஞ் சாறு 61,137
கருப்பு 83
கரும்பு வெல்லம் 377
கல்சுண்ணாம்பு 345,357
கல்நார் 249,283
கல்மதம் 283
கல்யாண நெய் 163
கல்யாணப் பூசணிச் சாறு 161
கல்லடைப்பு 52,284,288
கல்லத்தி 301
கல்லாலங்கட்டை 288
கல்லுப்பு 177,216
கலக்கம் 4

கலியாணப் பூசணிக் காய்ச் சாறு 168,298
கலைக்கொம்பு 156,157
கவசம் 277,278,331,
கவலை 58
கவுசி 338
கவுசிகர் சௌபாக்கியக் குழம்பு 372
கவுதாரி 146
கழலை 26,27,28
கழற்சி எண்ணெய் 32
கழற்சிக்காய் 42
கழற்சிக்காய் அளவு 182
கழற்சிக்கொடிச் சாறு 234,361
கழற்சிப் பருப்பு 254,267
கழற்சியிலை 94
கழற்சி விதையளவு 235
கழிச்சல் 11,31,32,41,50,63,323
கழிதல் 64
கழுதைச் சாணப்பால் 376
கழுதை நீர் 376
கள் 41
கள்ளிப்பால் 347
களவாடல் 18
களவு 64
கற்கடகசிங்கி 67,87,108,118,109,145,147,161, 163, 171, 176,216,240,341,352
கற்கண்டு 123,198,261,271,229,272,
கற்சங்கன் 283
கற்பழித்தல் 18,64
கற்பூர சிலாசத்து 274,337
கற்பூர மெழுகு 377
கற்பூரம் 135,171,190,293,329,377
கற்பூரவல்லிச் சாறு 204
கற்பூராதித் தைலம் 52
கற்பூராதி மாத்திரை 321
கற்றாழஞ் சாறு 162,168,290,345
கற்றாழை நாற்றம் 26
கறிப்புலவு நெய் 162
கறிமஞ்சள் 42,163,243
கறிமுள்ளி வேர் 108
கறியுப்பு 340
கறிவேப்பிலைச்சாறு 349
கறு ஊமத்தம்பூ 54
கறுங்காஞ்சொறி வேர் 89
கறுங்குங்கிலியம் 111
கறுங்குட்டம் 376
கறுஞ்சீரகம் 67,89,109,118,145,171, 176, 200, 219, 204, 219,226,320,
கறுஞ்சீரகாதிச் சூரணம் 254
கறுத்த அக்கரம் 374
கறுந்தக்காளி 388
கறுந்துளசி 276
கறுந்துளசி வேர் 123
கறுநாபி 319,384
கறுநெய்தல் கிழங்கு 81
கறுநொச்சி 100
கறுநொச்சிக் கொழுந்து 130
கறுநொச்சிச்சாறு 107
கறுநொச்சி நெய் 129
கறுநொச்சியிலை சாறு 376
கறுப்புப்பூனைக் காய்ஞ்சொறி 199,311
கறுமேகம் 288
கறுவங்கப் பற்பம் 288
கறுவேல் 132
கறுவேலம் பிசின் 266
கன்னக்கிரந்தி 376
கன்னம் 12
கஸ்தூரி 52,309,331,363,380
கஸ்தூரி கருப்பு 42,51,52,61,111
கஸ்தூரி மஞ்சள் 97,127,136,142,204,320
கஸ்தூரி மாத்திரை 43,348
கஸ்தூரி மெழுகு 51
கஜ்ஜலி 73
காக்கட்டான் வேர் 50
காக்கை வலிப்பு 56,295
காகோலி 108,268
காங்கை 274

காச ஐயம் 11
காச குலாந்தக மாத்திரை 319
காசநோய் 95,125,387
காசம் 78,84,86,94,106,107, 146, 156, 159,173, 180, 188, 195, 217, 222,225,223,272, 284, 285, 295, 299, 313,338,351,365,385
காசிக்குப்பி 292,317,345
காசுக்கட்டி 225
காஞ்சொறி 120
காட்டாத்திப்பூ 92,163,243
காட்டாத்திப் பூக் குடிநீர் 332
காட்டாமணக்கு 103
காட்டாமணக்கு வேர் 200
காட்டுக் கருவைச் சாறு 347
காட்டுச் சீரகம் 196
காட்டுமல்லி வேர் 111
காட்டுமிளகு 113,135,237,367
காடாக்கினி 280,345
காடி 74,177,383
காடை 69
காடை இறைச்சி 114
காதடைப்பு 37,101,203,362
காதிரைச்சல் 38,103
காது கேளாமை 18
காது நோய் 36,357
காதுமந்தம் 219
காந்தச்செந்தூரம் 265,333
காந்தப் பற்பம் 136,143
காந்தம் 312,313,331,351
காமாலை 59,138,155,180,238,248, 252, 276, 299, 313, 332,369,376
காய்ச்சல் 20,103
காய்ச்சுக்கட்டி 163
காயங்கள் 356
கார்போகவரிசி 150
கார்போகி 332
காரப் பொருள் 59
காரம் 4,17,55
காராம் பசுவின் பால் 356
கால் எரிவு 160,249
கால்நடைகள் 46
காலநிலை 46
காளமேக நாராயணச் செந்தூரம் 51
காறல் 26
கிச்சிலிக் கிழங்கு 159,268
கிண்ணிப் பந்து 30
கிரந்தி 197,281
கிரந்தித்தகரம் 217,269
கிராணி 59,75,89,106,112,113,139,172,173,185,201, 202,205,223,258,271,289,291,293,302, 317, 320, 332, 366,368, 371,377,
கிருமிகள் 124,368
கிருமித் தொற்று 35
கிருஷ்ண அப்பிரக நவநீதம் 300
கிலேதம் (நீர்ப்பியையம்) 3
கிழங்கு 9,228
கிளியூரம்பட்டை 132
கிறுகிறுப்பு 250
கீரை 225
கீல் 2,4
கீழ்க்காய்நெல்லி 128
கீழ்க்காய் நெல்லி வேர் 111
கீழ்நோக்குக்கால் 49
கீழாநெல்லி 200
கீழாநெல்லிச் சமூலம் 383
கீழாநெல்லிச் சாறு 139
கீழாநெல்லி வேர் 125
குக்கில் 3,104,132, 147,257,341
குக்கில் தைலம் 52
குக்கிலாதிச் சூரணம் 256
குக்கிலாதி மாத்திரை 340
குக்குடபுடம் 54,274
குங்கிலியப்பொடி 61
குங்கிலியம் 99,113,190
குங்கிலியாதிச் சூரணம் 223
குங்குமப்பூ 135,198,203,216,234, 310, 317, 323, 333, 345, 361,
குங்குமாதி நசியம் 361

குட்ட நோய் 357
குட்டம் 168,222,288,290,291,295,332,374,376
குடசப்பாலை 268,332
குடசப்பாலை அரிசி 171
குடசப்பாலை வேர் 217
குடல் இளைப்பு நோய் 63
குடல்படுவன் 325
குடல் புரட்டல் 232
குடல் வாதங்கள் 292
குடலில் அடைப்பு ஏற்படுதல் 56
குடற்சயம் 63
குடற்புரட்டு 381
குடிநீர் 51,83,85
குண்டலவாய்வு 121
குண்டிக்காய் நோய் 375
குத்தல் 13,21,29,39,307
குத்திருக்கம் 359
குத்துவலி 80,381
குத்து வாய்வு 259
குதிரை 4
குதிரை லாயம் 285
குதிரைவாலி (முதியார் கூந்தல்) 100
குப்பைமேனி 94,117
குப்பைமேனி இலைச் சூரணம் 260
குப்பை மேனிச் சமூலம் 54
குப்பைமேனிச் சாறு 234,281,291,361
குப்பைமேனிச்சாறு புகை 358
குப்பை மேனி வேர் 111
குமட்டி மாதுளம் பழம் 164
குமரகண்டவலி 295,384
குமரிச் சாறு 277,278,286,301,312,331,338,
குமரிமடல் 338
குமிழ்வேர் 126,194
குமிழக் கிழங்கு 140
குமிழம்வேர் 66,206
குரல் கம்மல் 15,18,28,185
குரல்வளை 27
குருத்துருக்கம் பிசின் 214
குரோசாணி ஓமம் 112,145,167,209,226,344
குழந்தைப் பருவம் 4
குழித்தைலம் 169
குளவி 46,61
குளிர் 22,291,316
குளிர்காலம் 35
குளிர்ச்சி 3,9,24,44,219,230
குளிர் சுரம் 290,374
குறட்டை 11
குறிஞ்சாக் கற்கம் 74
குறிஞ்சாச் சாறு 104
குறிஞ்சா வேர் 74
குறிஞ்சி 6
குறிஞ்சி இலை 79
குறுவை அரிசி மாவு 74,79
குன்மம் 59,113,166,175,177,201, 224, 275, 295, 313, 345,368,370,378
குன்றி 100
குன்றிமணி இலை 78
குன்றிமணி பசை 296
குன்றிமணிப் பருப்பு 331
குன்றிவேர் 133
குஷ்டம் 224
கூகைநீறு 140,181,190,231,246,371
கூகைமாவு 236
கூழ்பாண்ட இலேகியம் 175
கூழ்பாண்ட நெய் 168
கெட்டிமுத்து 279,284,338
கெந்தி 322
கெருடபட்சி 351
கை கால் எரிச்சல் 123,250,266,270,307
கை கால் எரிவு 259
கைகால் குறைதல் 376
கைப்பு 11,55,99,185,309
கையாந்தகரை 84,106,116,148,175,200,352,388
கையாந்தகரை அடை 388
கையாந்தகரை இலை 67
கையாந்தகரை எண்ணெய் 96

கையாந்தகரைச் சாறு 73,96,130,138,208, 234, 342, 349, 358,361
கையாந்தகரை சமூலம் 94
கையாந்தகரைத் தூள் 174,213
கையாந்தகரை மருந்து 352
கையாந்தகரையிலைச் சாறு 73
கொட்டாவி 21
கொட்டைக்கரந்தைச் சாறு 192
கொட்டைப் பாக்கு 180,193,197,243,357
கொட்டைப்பாசி இலை 93
கொடிமுந்திரிப் பழம் 165,237
கொடிவேலி இலை 78
கொடிவேலி வேர் 110,113,115,136,148,153,170, 177, 205, 223,256,340,368,371
கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை 173,201
கொடிவேலி வேர்ப்பட்டைக் குடிநீர் 332
கொத்தான் 66
கொத்துமல்லி 96,130,155,173
கொத்துமல்லிக் குடிநீர் 32
கொத்துமல்லியாதிக் குடிநீர் 87
கொத்துமல்லிவிதை 67,87,137,176,180,237
கொப்பரைத் தேங்காய் 197,285
கொம்பரக்கு 220
கொம்புக்கள்ளிவேர் 32
கொம்பேறி விரியன் 377
கொருக்காய்த் தட்டைக் குழாய் 214
கொன்றைக் கொழுந்து 374
கோங்கிலவம் 331
கோங்கிலவம்பட்டைச் சாறு 284
கோங்கு 333
கோடா சூரிக் குளிகை 53
கோதுமை ரவை 283
கோநீர் 306
கோமியம் 206,283
கோமேதகம் 351
கோரைக் கிழங்கு 66,94,80,87,106,137, 179, 200, 202, 205,233,257,340,350,
கோரோசனை 4,41,98,106, 138, 192, 259, 317, 323, 363, 380
கோரோசனைக் கருப்பு 32
கோரோசனை மாத்திரை 43,335
கோவைச்சமூலம் 111
கோழி முட்டை 52,70,197,243,306,353,359,382
கோழை 9,18,31,32,35,36,48,50,63,114,339,381
கோஷ்ட எண்ணெய் 77
கோஷ்டம் 51,66,96,112,120,138,163, 164, 176, 204, 223, 328,368
கௌதாரி இறைச்சி 114
கௌரி சிந்தாமணிச் செந்தூரம் 307
சகதேவி (நெய்ச் சிட்டி) 131
சகதேவிவேர் 66
சகஸ்திரபேதி 321
சங்கங்குப்பிச் சாறு 53
சங்கங்குப்பி வேர் 141,195
சங்கம் இலை 83,113,244
சங்கம் இலைச்சாறு 73
சங்கம் கொழுந்து 200
சங்கம்பழச் சாறு 205
சங்கம் வேர் 66,91,134,160,178,205
சங்கம் வேர்ப்பட்டை 107
சங்கு 94,100,117,214
சங்குத் தண்டு 276
சங்குத்தூள் 68
சங்குப் பற்பம் 287,346
சங்குபாடாணம் 280,298
சங்கு மாத்திரை 320
சஞ்சலம் 26
சஞ்சீவி மாத்திரை 41,51,53
சடாதாரச் செந்தூரம் 297
சடாமாஞ்சில் 70,109,126,152,161,182, 202, 226, 271, 352
சடாமாஞ்சில் தைலம் 52
சடைச்சிச்சாறு 73
சண்டமாருத இலேகியம் 178
சண்முக நவநீதச் செந்தூரம் 295
சண்முகதளச் செந்தூரம் 294
சண்பகப்பூ 81,128,138

சண்பக மொக்கு 114,215,324
சத்தி 371
சத்திகுன்மம் 148,374
சத்திச்சாரம் 111,136,241
சத்திச்சாறணை 165
சத்திச்சாறணை நெய் 165
சத்துவ குணம் 4
சதக நாடியும் 59
சதகுப்பை 67,100,118,147,174,204,217,225
சதாவரிக் கிழங்கு 168
சதையடைப்பு 284,288
சந்தனம் 97,125,154,164,205,209,268,336
சந்தன விழுது 80,108,114,135,189,237,265
சந்தனாதித் தைலம் 53
சந்தி 290,295
சந்திகம் (ஒன்றியையம்) 3
சந்தி சுரம் 374
சந்திதோடம் 295
சந்து சூலை 376
சந்து வாதம் 376
சம்பகணமந்தக நெய் 153
சம்பு நெய் 163
சமானன் 1
சமுத்திராப்பச்சை 135,309
சமுத்திராப்பழம் 226
சயகாசம் 270,349
சயகுலாந்தகச் செந்தூரம் 312
சயகுலாந்தகம் 33
சயகுலாந்தக மாத்திரை 327
சயசுரம் 309,328
சயநோய் 185,331,354
சயம் 17,84,109,120,138,146, 149, 161,164, 173, 191, 199,217,221,232,235,271, 272,297,300, 313, 351, 370,384,385
சயரோகம் 103,104,134,189,194,215,224,343,381
சர்க்கரை 32,42,87,106,141,165,174,222, 227, 286, 309, 331,345,356,364,375
சர்ப்பராச சமனம் 386
சர்வ சங்கார உப்பு பற்பம் 54
சர்வசீதளம் 380
சர்வாங்கவாதம் 376
சரபேந்திர நெய் 130
சரளதேவதாரு 156
சரிகை வெள்ளி 306
சலதோடம் 326,346,378
சலம் 376
சவ்வரிசி 197
சவுக்காரம் 71,148,257
சளி 27,36,50,114
சளிக்கவசம் 47
சன்னலவங்கப்பட்டை 191,227,237
சன்னி 141,332,336,345,376,380
சன்னி தோடம் 320,338,348,
சன்னி பாதம் 313,351
சாக்குறி 60
சாத்திரபேதி 250
சாதிக்காய் 32,75,84,118, 147,174,184, 203, 223, 250, 293, 309,317,347,362,382
சாதிகோஷ்டம் 263,324
சாதிசம்பீரக் குழம்பு 61
சாதிப்பத்திரி 32,80,121,156,184, 191, 205, 223, 269, 344, 382
சாதிப்பத்திரிக் கல்கம் 382
சாதிபலாதி தைலம் 206
சாதிலிங்கம் 348,349,359
சாதிலிங்காதி உருண்டை 366
சாந்த சந்திரோதய மாத்திரை 43,325
சாம்பிராணி 329
சாம்பிராணிப்பதங்கம் 243,244,328
சாம்பிராணிப்பூ மாத்திரை 51
சாரப்பருப்பு 344
சாரம் 222
சாராயம் 41
சாறடைச் சாறு 234,361
சாறணை 100,141,219
சாறணைக்கிழங்கு 67,94,134
சாறணைச்சாறு 100,107

சாறணைத் தாளகச் சூரணம் 67
சாறணையாதி வடகம் 371
சாறணை வேர் 103,166,363
சாறணை வேர் நசியம் 363
சாறுவேளை வேர் 223
சிங்கம் 4
சிங்கி பற்பம் 90,276
சிங்கு மாந்தக்கணை 325
சிணுக்கிருமல் 64
சித்தாமல்லி 66
சித்திரமூலம் 33,70,122,146,166,175,268,350
சித்திரமூலம் வேர் 111
சித்திரமூலம் வேர்ப் பட்டை 167,229,267
சித்திரமூலாதிச் சூரணம் 224
சிரட்டைஓடு 313
சிராய்ப்பீனிசம் 213
சிருங்கி 51,278
சிருங்கிப் பற்பம் 52
சிரோவாய்வு 97,131
சிலாசத்து 283
சிலாசத்துப் பற்பம் 332
சிலுசிலுப்பை 100
சிலேத்துமச் சூரணம் 259
சிலேத்துமம் 1,9
சிவதை 32
சிவதை வேர் 50,108,167,249
சிவப்பு நாயுருவி 311
சிவப்பு வாழைப்பழம் 119
சிவரத்தினக் குளிகை 51
சிவனார் அமிர்தம் 42,384
சிவனார் வேம்பு 66,131
சிவனார் வேம்பு எண்ணெய் 66
சிற்றண்டத்தைலம் 337
சிற்றண்டப் பற்பம் 52
சிற்றரத்தை 32,51,53,70,90,92,106, 108,135, 167, 179, 202, 204,223,341,374
சிற்றரத்தைக் குடிநீர் 319
சிற்றாமணக்கு வேர் 96,130,139
சிற்றாமணக்கெண்ணெய் 53,99,149,278,374,375
சிற்றாமல்லி 131
சிற்றாமல்லி இலை 78
சிற்றாமல்லிவேர் 135,141,206
சிற்றாமுட்டி 126,144,207,268
சிற்றாமுட்டித் தைலம் 207
சிற்றாமுட்டி வேர் 80,96,130,140,201,206
சிற்றாமுட்டி வேர்ப்பட்டை 323
சிறுகண் நாகம் 358
சிறுகத்தரி 106
சிறுகத்தரிச் சமூலம் 200
சிறுகத்தரியாதி நெய் 106
சிறுகத்தரி வேர் 83
சிறுகத்தரி வேராதிக் குடிநீர் 83
சிறுகாஞ்சொறி 120,182,207
சிறுகாஞ்சொறி இலைச்சாறு 282
சிறுகாஞ்சொறி விதை 382
சிறுகாஞ்சொறி வேர்க் குடிநீர் 385
சிறுகீரை 363
சிறுகீரைச் சாறு 97
சிறுகீரை நசியம் 363
சிறுகீரை வேர் 80,81,123,138,207,363
சிறுகீரை வேர்க் குடிநீரை 293
சிறுகுறட்டை 103
சிறுகுறிஞ்சான் 100
சிறுசாறணை வேர் 169
சிறுசுரம் 29
சிறுதேக்கு 68,83,104,106,113,145, 147, 171, 174, 201, 223, 352
சிறுதேக்குக் குடிநீர் 68
சிறுநாகப்பூ 87,114,155,161,163,176,205,223,342,368
சிறுநீர் 11,12,13,26,31,54,
சிறுபுள்ளடிச்சாறு 305
சிறுமல்லி 112,118,153,170,256,350
சிறுவழுதலைப் பழச் சாறு 99
சிறுவழுதலை வேர் 170
சிறுவழுதுணை 112,153
சிறுவழுதுணை வேர் 69,134,141,160

சீதச்சுரம் 156,349
சீதஞ்செறிவு 239
சீதம் 1,9,60
சீதளப் பண்டம் 90,123
சீதளம் 23,91,244,329
சீதேவிச் செங்கழுநீர் 153
சீதேவிச் செங்கழுநீர்ச் சாறு 133,138
சீந்தில் 190
சீந்தில் கிழங்கு 81,84
சீந்தில் கொடி 67,69,83,88,131, 134, 166, 206, 264, 361, 387
சீந்தில் கொடிச்சாறு 107,208
சீந்தில் சர்க்கரை 138,180,237,239,332
சீந்தில் தண்டு 106,141,201
சீந்தில் விழுது 134
சீமை நிலாவாரை 262
சீரகக் குடிநீர் 349,374
சீரகப்பொடி 61,375
சீரகம் 32,66,89,106,109,137, 171, 174, 208, 223, 274, 323, 366,373,374
சீலைமண் 54,108,272,290,305,314
சீழ் 27,36,50,64,99
சீழ்மூலம் 375
சீழ்விழுதல் 381
சீழுடன் நீர்விழுதல் 381
சீனாக்கற்கண்டுத் 92
சீனாக் கோப்பை 293
சீனி 107,173
சுக்காதிக் கற்பம் 357
சுக்காதிச் சூரணம் 254
சுக்காதி மணப்பாகு 387
சுக்கான் தண்ணீர் 17
சுக்கிலமேகம் 291
சுக்கில விருத்தி 280
சுக்கு 32,51,67,69,83,84 106,113,199, 135, 165, 173, 200, 205, 244, 225,291,295,319,347, 350, 352, 370, 375,387
சுக்குக் குடிநீர் 374,375
சுக்குத் தைலம் 43,52
சுகந்த பனி நீர் 338
சுகவிரேசனக் குளிகை 51,53
சுட்ட வசம்பு 320
சுடர் இருமல் 39
சுண்டை அளவு 196
சுண்டைக்காய் அளவு 78,279
சுண்டைக்காய்ப் பிரமாணம் 272
சுண்டையிலை 363
சுண்டையிலை நசியம் 363
சுண்ணநீர் 281
சுண்ணம் 51
சுண்ணாம்பு நீர் 250, 289
சுத்த மண்டூரச் செந்தூரம் 311
சுர இருமல் 41
சுர ஐயம் 12
சுரநோய் 59
சுரம் 11,18, 36,39,50,51,59, 64,86,111,116, 125, 127, 157, 164, 165, 180, 195,224,227, 283,295, 313, 323,331,357,380,381,
சுருள் தங்கரேக்கு 279
சுரைக்காய் 163
சுரைப்பருப்பு 265
சுரோணித ஐயம் 14
சுவர்ணப் பற்பம் 68,309,313
சுவர்ணமாலினி வசந்தம் 342
சுவர்ணமுத்துப் பற்பம் 279
சுவாச ஐயம் 11
சுவாச காசங்கள் 224,286
சுவாச குடோரி 51
சுவாச குடோரி செந்தூரம் 308
சுவாச குடோரி சூரணம் 260
சுவாச குடோரி மாத்திரை 345
சுவாசகாச நெய் 38,169
சுவாசகாசம் 45,47,90,112,161,169,175,189,191,201, 221, 223,230,291,294,307,308,331,345,351,378
சுவாசகாச மாத்திரை 339
சுவாசப் பாதை 47
சுவாசப் பித்தம் 47

சுவாசம் 59,60,86,106,113,144,165, 217,241, 251, 274, 318, 311,313,351,384
சுவையின்மை 20,127,175,201,246,
சுழலாவாரை 108,148,200
சுழலாவாரை வேர் 113,242
சுறாக்கருவாடு 120
சுறாமீன் 69
சுனை நீர் 17
சூசிகாவாய்வு 349
சூத்திர சுவாசம் 48
சூத்ர விக்கல் 57
சூதகவாயு 227,332,375
சூதம் 322,373
சூதவாய்வு 265
சூரணம் 83,87
சூரத்துக்கடுக்காய் 92
சூரிய பத்திரி 136
சூரியபுடம் 149,212
சூலை 144,236,281,295,313,368
சூலை நோய் 13, 375
சூலைரோகம் 252
சூலைவலி 375
செங்கந்தாரிப்பட்டை 97
செங்கழுநீர் 149
செங்கழுநீர்க் கிழங்கு 75,81,98,114, 133, 158, 176, 202, 367
செங்கழுநீர்க் கிழங்குச் சாறு 291
செங்கழுநீர்ப்பூ 333
செங்கழுநீர்ப் பூச்சாறு 331
செங்கிளுவைச் சாறு 312
செஞ்சந்தனம் 139,321
செஞ்சித்திர மூலவேர்ப் பட்டை 258
செண்பகப்பூ 97,175,203,204
செந்தாழை விழுதுச்சாறு 168
செந்தூர திராவகம் 293
செந்தூரம் 32,51,83,261
செந்தொட்டி 194
செந்தொட்டி வேர் 224
செந்நெல் 135
செப்புநெருஞ்சிச் சாறு 213
செம்பரத்தம்பூச் சாறு 292,309
செம்பருத்திப் பூக்குடிநீர் 317
செம்பருத்திப்பூச் சாறு 345
செம்பு 289,331
செம்புப் பற்பம் 42,52,289,350
செம்புளிச்சை 219
செம்பை 117
செம்மண் சீலை 61
செம்மண் பூநாகம் 284
செம்மறி ஆட்டுக்கொழுப்பு 375
செம்முள்ளி 117
செம்முள்ளிச் சாறு 150
செம்முள்ளி வேர் 84,170,196
செம்மூக்கன் 377
செரியா விக்கல் 59
செரியாப் பொருள் 59
செரியாமை 23,38,117,180
செருப்படைச் சாறு 150
செல்லப்பிராணி 46
செவ்வகத்திப் பூ 355
செவ்வகத்தி மருந்து 355
செவ்வல்லி 155
செவ்வல்லிக் கொடி 66,209
செவ்வலரிப் பூ 360
செவ்வல்லி பூச் சாறு 317
செவ்வாழைப் பழம் 354
செவ்வியம் 70,109,126,135,160,175,206,226,340,369
செவ்விளநீர் 168,302
சேங்கொட்டை 104,157,297
சேத்துமச் சுரம் 348
சேத்துமம் 173
சேராங்கொட்டை 196
சேராங்கொட்டை இலேகியம் 196
சொர்ணப் பற்பம் 314
சோகை 225,252,323,376,
சோணித நோய் 236
சோபை 59,155,252,299,332

சோம்பு 93,230
சோம்புக் குடிநீர் 93
சோர்வு 21
சோழி 315
சோழி விதை 309
சோற்றுக் கற்றாழைச் சாறு 114,292,333,318
ஞாபகமறதி 12
ஞாழல் 110
ஞாழல் வித்து 344
தக்கோலம் 137,174,202,227
தகரம் 143
தகரவிதை 96,130,136, 238,268
தகரை இலைச்சாறு 374
தங்கச்சுருள் ரேக்கு 296,302,303
தங்கச் செந்தூரம் 52,198,199,302,327
தங்கப்பற்பம் 33,42,61,292,346
தங்கம் 32,51,298,313,351
தங்கரேக்கு 304,338,342
தங்கலிங்கச் செந்தூரம் 296
தச்சு வேலை 46
தசதீபாக்கினிச் சூரணம் 266
தசமூல நெய் 112
தடிப்பு 378
தண்ணீர் 152,200
தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு 33,80,94,135, 160, 190, 215, 297
தண்ணீர்விட்டான் கிழங்குச் சாறு 137,159,297
தண்ணீர்விட்டான் நீர் 154,155,208
தண்மை 1
தமக்க சுவாசம் 48
தமரகம் 6
தயிர்சாதம் 386
தர்ப்பூசணிப் பருப்பு 265
தலைசுற்றல் 25,236
தலைநோய் 64,101, 128,210, 212,214,220
தலைபாரம் 330
தலைமயிர் 376
தலைமுடி 4
தலையணை 46
தலைவாயு 203
தவிடு 53
தழுதாழை 154
தழுதாழைச் சாறு 376
தழுதாழை வேர் 170
தற்பகம் (நிறைவையம்) 3
தனியா 226
தனுர்வாதம் 295
தாகம் 23,26,37,60,227,239,284,334,
தாடை 12,29
தாது 282
தாது இழப்பு 306
தாது நட்டம் 169,303,318
தாது பலவீனம் 262
தாது விருத்தி 141,160,197,221,228,297, 309, 316, 343, 344,382
தாபச்சுரம் 349
தாபம் 371
தாம்பிரச் செந்தூரம் 173,327,333
தாம்பூலம் 309
தாமரை 164
தாமரை இலைச்சுருள் 114
தாமரைக்கிழங்கு 238
தாமரைக் கொட்டை 61
தாமரைச் சிலந்தி 375
தாமரைத்தாது 190,237
தாமரைப்பூ 4,333
தாமரைப் பூ எரி 345
தாமரைப் பூச்சாறு 292,331
தாமரையிலைச் சுருள் 81,190,202
தாமரைவளையம் 131,137,158,167,215
தாமிர அரப்பொடி 378
தாமிரப் பற்பம் 73,136,143,314,368
தாமிர மெழுகு 378
தாய்ப்பால் 43,138,162,239,273,319,324, 325, 327, 336, 347,361,364,374,375,
தாழை 135

தாழை விழுது 143
தாழை விழுதுச் சாறு 159,208
தாழை விழுதுத் தைலம் 208
தாளகக் கருப்பு 42,51,384
தாளகச் செம்பு 51
தாளகப்பற்பம் 33,273,286,347
தாளகம் 67,214,286,295,315,380
தாளிசப் பத்திரி 51,85,86,122,144, 160,164, 173, 183, 223, 226,342,368,369
தாளிசப்பத்திரிக் குடிநீர் 51,346
தாளிசப்பத்திரிச் சூரணம் 245
தாளிசப் பத்திரி வடகம் 369,370
தாளிசம் 53,120,156
தாளிசாதிச் சூரணம் 51,52
தாளிசாதி வடகம் 42,43,51
தாளேசுவரப் பற்ப மாத்திரை 73
தான்றிக்காய் 121,147,163,175,220,229,249,369
தான்றிக்காய் அளவு 178
தான்றிக்காய்த் தோல் 67,72,85, 86, 118, 202, 260, 340, 350,368
தான்றிக்காய் வேர் 170
தான்றித்தோல் 77,110,136,143, 171, 191, 193, 254, 257, 341
தானியப்புடம் 189,338
திண்மை 1
திப்பிலி 32,42,51,61,67,86,87,106,109,136,161,173, 185, 200,205,225,226,229,291, 293, 309, 319, 347, 352,353,373,
திப்பிலி இலேகியம் 51,52,172,173
திப்பிலிக் கொடி 51
திப்பிலிச் சூரணம் 61,69,136,143,229,241,290
திப்பிலித்தூள் 120,241,255,291,342,349,351
திப்பிலித்தூள் தேன் 349
திப்பிலி நெய் 124
திப்பிலிமூலம் 51,113,120,127,136,171, 175, 177, 221, 226, 258,341,367,369
திப்பிலியாதி நெய் 126
திப்பிலியாதிப் பொட்டணம் 360
திமிர் 280,295,378
திமிர நோய் 216
திமிரம் 224
திராட்சாதி இலேகியம் 194
திராட்சை 92,145,181
திராட்சைப் பழம் 72,81,110,125,140,190,238,247
திராய் 69,100
திராயின்சாறு 100
திரிகடி பிரமாணம் 236,239,249
திரிகடுகாதிச் சூரணம் 42,240
திரிகடுகு 108,112,168,216,240,322,313
திரிகடுகுச் சூரணம் 52,310
திரிகடுகுத்தூள் 54
திரிகடுகு மாத்திரை 341
திரிகபங்கள் 217
திரிபலா (கடுக்காய் நெல்லி தான்றி) 240
திரிபலாதிச் சூரணம் 263
திரிபலை 112,120
திருக்கைக் கருவாடு 120
திருநீற்றுப்பச்சை 304
தினவு 11,26,65,129
தீநீர் 32
தீபன ஐயம் 11
தீபனம் (பசி) 25
தீபாக்கினி 280,310
தீபாக்கினிச் சூரணம் 257
துட்டரணம் 385
துடரி எண்ணெய் 76
துடரிவேர் 76
துத்தநாகம் 291,310
துத்தி வேர்ப்பட்டை 266
துப்பட்டா 7
தும்பைச் சாறு 42,61,210,290,324
தும்பைப்பூ 42,52
தும்பைப் பேறு 42
தும்மட்டிக்காய் 257
தும்மல் 15,24,27,42,47,130,378
துயரம் 4
துர்க்கந்த ஐயம் 14

துர்நாற்றம் 212,359
துர்வாசனை 96
துரிசு 75
துரிசு இலை 362
துருசு 358,386
துவர்ப்பு 4,11
துவரம் பருப்பு 69,113,178,199,282,295,296,316
துவரம்பருப்புப் பிரமாணம் 199
துவரை அளவு 52
துவாலை 111
துளசி 51,94,96,126,178,253
துளசி இலை 51,365
துளசி எண்ணெய் 99
துளசிச் சாறு 98,102,150,212,204,205,326,367
துளசி வேர் 102,212
தூக்கம் 5,65
தூசி 19,46
தூதுவளங்காய் 255
தூதுவளங்காய் அளவு 324
தூதுவளங்காய் வறுவல் 88
தூதுவளம் 94
தூதுவளம் பழ உருண்டை 366
தூதுவளம்பழம் 120,149,186
தூதுவளம் பழ விதை 366
தூதுவளை 51,53,66,91,94,113, 116, 144, 178, 200, 227, 355,387
தூதுவளை இலேகியம் 193
தூதுவளை இலை 193,243,365
தூதுவளை இலைச் சாறு 119
தூதுவளை எண்ணெய் 94
தூதுவளைச் சமூலம் 76,121,181,264
தூதுவளைச் சாறு 129,150,354,374
தூதுவளைப் பழச் சாறு 119
தூதுவளையாதி உருண்டை 365
தூதுவளையாதி நெய் 116
தூதுவளை வேர் 75,84,117,123,146,147, 195,201,254
தூதுவளை வேர் நெய் 116
தூதுவளை வேர்ப்பட்டை 107,263
தென்னம்பூ 169
தென்னம் பூச்சாறு 168
தேக உளைச்சல் 128,279
தேக எரிவு 239
தேக துர்ப்பலம் 300,306
தேக பலம் 160
தேகவறட்சி 271
தேக வன்மை 309
தேங்காய் அளவு 276
தேங்காய்க் குடுமி 61
தேங்காய் குடுமிக் கரி 61
தேங்காய்ப் பால் 291,344,384
தேங்காயெண்ணெய் 73
தேட்கொடுக்கி 200
தேட்கொடுக்கியிலைச் சாறு 291
தேட்கொடுக்கு இலை 83
தேட்கொடுக்குப் பூண்டு 142
தேட்கொடுக்குப் பூண்டுச்சாறு 73
தேட்கொடுக்கு வேர் 136
தேத்தான்கொட்டை 354
தேமல் 313
தேரன் 60
தேரன் மருந்து பாரதம் 52
தேவதாரச் சூரணம் 224
தேவதாரம் 71,101,106,109,142,176,221,340,352
தேவதாரு 68,118,135,147,163,202,269
தேவதாரு கட்டை 323
தேவதாளி இலை 356
தேவதாளி எண்ணெய் 94
தேவதாளிக் கற்பம் 356
தேவதாளிச் சாறு 134
தேள் 46,384
தேள்கொடுக்கு 117
தேற்றாங்கொட்டை 119,191,215,300
தேற்றான் கற்பம் 355
தேற்றான் கொட்டை 217,355
தேற்றான் கொட்டைச் சூரணம் 75
தேற்றான் சூரணம் 75

தேற்றான் துளிர் 53
தேற்றான் பட்டை 356
தேற்றான் விதைச் சூரணம் 332
தேன் 42,46,52,54,61,68,69,84,85,119,136,146, 173, 185,187,228,232,235,239,141,242, 256, 257, 271,272, 275, 313,322,331,354,364,382,387,
தைலம் 83
தைவேளை 271
தொடைவாழை 375
தொண்டை 2,36,37,49,57
தொண்டைக் கட்டு 42,64,336
தொண்டைக்கம்மல் 24,38,333
தொண்டைக் கரகரப்பு 257
தொண்டைச் சிலந்தி 375
தொண்டைப் புண் 376
தொந்த மாந்தம் 157
தொந்தச்சுரம் 269
தொப்புள் 375
தொற்று நோய் 57
தோடசுரம் 336
தோடம் 331,351
தோல் காலணிகள் 46
தோல் நோய் 341
தோள் பட்டை 31
நச்சு நிலை 55
நச்சுப்பூச்சி 252
நசியப் பொருட்கள் 7
நசியம் 83,96,129,204,212,218,235,360
நட்புணர்வு 5
நடுக்கல் 26,49
நடை விரிப்பு 46
நண்டு 33
நண்டுச் சாறு 287
நண்டுத் தீநீர் 32
நண்டுவளை நீர் 61
நத்தைச் சதை 33
நத்தைச்சூரி 100
நத்தைத் தசை 385
நத்தை நெய் 33
நத்தை பற்பம் 43
நம்பிக்கை 5
நரம்பின் துர்ப்பலம் 297
நரம்பு 1,4,168
நரம்புப்புண் 376
நரித்தலை வாதம் 30
நல்ல பாம்பு 39,111
நல்ல வெல்லம் 184
நல்லெண்ணெய் 66,74,94,132,139,184, 200, 203, 223, 291,306,355,356,
நற்சீரகம் 66,230
நற்பவழம் 272
நன்றி மறவாமை 5
நன்னாரி 155,207
நன்னாரி வேர் 71,81,87,114,122,151,159, 179, 202, 205, 239,344
நாக்கு உலர்தல் 134
நாக்குப் பூச்சி 35
நாக்கு வாதம் 295
நாகச் செந்தூரம் 310
நாகப் பற்பம் 291
நாகப்பூ 139
நாகரசப் பற்பம் 280
நாகன் 60
நாகனந்திப் புகை 358
நாகேசுரம் 164
நாசி நோய்கள் 204
நாசிரோக நாசத் தைலம் 215
நாட்டுச் சர்க்கரை 263
நாட்பட்ட கழிச்சல் 59
நாட்பட்ட வெட்டை 298
நாணல் 158
நாணல் தாது 114
நாய் 46,322,348,350,373,
நாய்த்துளசிச் சாறு 98
நாயுருவி 388
நாயுருவி இலைச் சாற்று 291
நாயுருவி விதை 141,326

நார்த்தம்பழச் சாறு 98,149
நாராயண நெய் 125
நாவல் பட்டைச்சாறு 301
நாவல் வேர் 170
நாவறட்சி 321
நாவறளல் 57
நாவு கசத்தல் 22
நிசாஸ்தா 266
நித்திய ஐயம் 15
நிமிளை 331
நிமிளைச் செந்தூரம் 332
நிலக் கடம்பிலைச் சாறு 73
நிலக்குமிழ் 79,100
நிலக்குமிழ் இலை 78
நிலக்குமிழ் எண்ணெய் 79
நிலக்குமிழ் வேர் 76,131
நிலக்குமிழம்வேர் 66
நிலக்குரா 103
நிலப்பனங்கிழங்கு 131,168,238,239
நிலப்பனைக் கிழங்கு 67,139,190,381
நிலப்பனைக் கிழங்குச் சாறு 137
நிலப்பனை கோவா 381
நிலப்பனைச் சூரணம் 261
நிலப்பனை நெய் 137
நிலவாகை 224
நிலவாகையிலை 50,225
நிலவிளாச் சூரணம் 225
நிலாவாரை 32,131,176,207,269
நிலாவாரை நெய் 32
நினைவாற்றல் 4
நினைவுமாறல் 64
நீர் எரிச்சல் 273,274,307
நீர் ஐயம் 13
நீர்க்கட்டு 86,274,276
நீர்க்கடுப்பு 160,271
நீர்க் குண்டிக் காய் 29
நீர்க் குண்டித் தைலம் 29,52
நீர்க்குத்தல் 238
நீர்க்குத்து எரிவு 169
நீர்க்கோவை 42,207,254,316,346,363,383
நீர்ச்சுருக்கு 140,160,273
நீர்ப்பாய்ச்சல் 130,360
நீர்ப் பீனிசம் 358,378
நீர்ப்புழை 29
நீர்ப்பூலா வேர் 138
நீர்முள்ளி 276
நீர்முள்ளிச்சமூலம் 84,96,130
நீர்முள்ளிச்சாறு 52
நீர்முள்ளி வித்து 343,382
நீர்ரோகம் 272
நீர்வண்டு 377
நீர்வேட்கை 4,11,12,39,57
நீரடைப்பு 224,283,288
நீரடைப்பு நோய் 57
நீரருக்கல் 24
நீராகாரம் 271
நீராம்பல் 265
நீரிழிவு 55,59,163,191,292,298,338
நீரினை அருக்கல் 59
நீரினைப் பெருக்கல் 59
நீரெரிச்சல் 288
நீரேற்றம் 10,333
நீரோற்பலம் 164
நீலமணி 351
நுண்கிருமி 46
நுணா 178
நுரையீரல் 6,28,40,45,46,49
நுரையீரல் புற்று 35
நெஞ்சடைப்பு 201,250
நெஞ்சுக்கட்டு 113
நெஞ்சு கபம் 320,327
நெஞ்சுலர்தல் 58
நெஞ்சுவலி 112,381
நெஞ்செரிவு 109,249
நெய் 31,83,152,165,182, 184,272,349,375
நெய் சர்க்கரை 349

நெய்தல் கிழங்கு 114
நெய்ப்பு 1
நெய்ப்புப் பசை 6
நெருஞ்சி 112,134
நெருஞ்சிக்காய் 382
நெருஞ்சிச் சாறு 98,300
நெருஞ்சிமுள் 237
நெருஞ்சில் 170,190
நெருஞ்சில் வேர் 142,206,246
நெருஞ்சி வேர் 144
நெருப்பு ஐயம் 13
நெல்லரிசி அளவு 313
நெல்லிக்காய் 127,139,,172,175,219,340,369
நெல்லிக்காய் கந்தகம் 68,289,305,315,384
நெல்லிக்காய்ச் சாறாதி நெய் 138
நெல்லிக்காய்ச் சாறு 102,134,168,208
நெல்லிக்காய்த் தோல் 209
நெல்லிக்காய் நெய் 134
நெல்லிப் பருப்பு 97,180,190,263
நெல்லிமுள்ளி 25,85,136,169,180,256,350,352
நெல்லியாதி நெய் 149
நெல்லிவற்றல் 79,110,142,152,162,163, 184, 202, 230, 300,341,368
நெல்லிவிதைச் சூரணம் 332
நெற்பொரி 183,239,321,355
நெற்பொரிமாவு 291
நேர்வாளம் 349,350
நேர்வாள வேர் 96,212
நொச்சி 117,332
நொச்சி இலை 182
நொச்சி இலைச் சாறு 74,219
நொச்சிக் கற்பம் 356
நொச்சிச் சாறு 100,204,210,349,356
நொச்சித் தைலம் 216
நொச்சில் 200
நொச்சில் சாறு 234,361
நொச்சி வேர் 170,195
நொய்யரிசி 388
பக்கசூலை 18,28,201,269,275
பக்க மந்தார இருமல் 41
பக்கமந்தார காசம் 45,85
பக்குப் பீனிசம் 216
பச்சரிசி நெல் உமி 297
பச்சிலை 114,202,369
பச்சிலைச் சாறு 53
பச்சைக் கற்பூரம் 139,182,203,310,317,331,333,380
பச்சை சதாப்பு இலை 335
பச்சை மஞ்சள் சாறு 105
பசபசப்பு 26
பசி 4,11,63
பசியின்மை 18,86,378
பசு நெய் 42
பசும்பால் 109,157,215,218,250
பசுமஞ்சள் சாறு 98,204
பசு மூத்திரம் 332
பசு வெண்ணெயில் 265
பசுவின் தயிர்த் 220
பசுவின் நெய் 53,67,69,70,78,97,103,106,113,116,119,129,134,157,159,160,169,17 5, 178, 187, 203, 208,211,228,229,255,262,2742 86, 310, 314,344,354,356,359,381,382,
பசுவின் மூத்திரம் 291
பசுவின் மோர் 177
பசுவின் வெண்ணெய் 222,342
பஞ்சகோலம் 223
பஞ்சகோலாதிச் சூரணம் 223
பஞ்சகௌவிய இலேகியம் 298
பஞ்சகௌவிய நெய் 298
பஞ்சதிக்க நெய் 166
பஞ்சாமிர்தச் செந்தூரம் 296
பட்சவாதம் 280
பட்டாணி 299
பட்டாணி அளவு 280
பட்டு 7
பட்டை எலும்பும் 30
படிகாரப் பற்பம் 287
படிகாரப் பொடி 332

படிகாரம் 269,338
படுக்கை விரிப்பு 46
படை 29
பணிவு 5
பத்து 375
பயற்று மாவு 205
பயறு அளவு 334
பயித்தியம் 331,332
பரம்பரை 46
பரவுகால் 49
பரியாந்திர தாபிதம் 56
பரிரீகத் தாபிதம் 56
பருத்த சரீரம் 302
பருத்தி 182
பருத்திப் பருப்பு 265
பருத்திவிதைப் பொடி 291
பருத்திவிதைப்பருப்பு 238
பருத்தி வேர் 181
பல்லரணை 376
பல்வலி 357,376
பலகறைப் பற்பம் 275
பலவீனம் 24,174
பவழச் சிலாசத்துப் பற்பம் 274
பவழம் 51,94,271,273,281,313,351,338
பவழப் பற்பம் 43,90,271,287,298,327,333
பவுத்திரக் கண்டமாலை 375
பவுத்திரம் 168,298
பழச்சாறு 252,347
பழம்பாசிச் சாறு 149
பழரசம் 306
பழைய சுரம் 112,334
பழைய சோறு 9,191
பழையபற்பம் 266
பழைய ரொட்டிகள் 46
பற்பம் 32,51,83,261
பற்பாடகம் 88,115,154,195,206,260
பற்று 83
பறங்கிச் சக்கை 153,259
பறங்கிக் சக்கை சூரணம் 374,375
பறங்கிப்பட்டை 174
பன்னீர் 93,317
பனங்கருப்பட்டி 373
பனங்கள் 273
பனிக் காலம் 9
பனைவெல்லம் 178,353,381
பாக்களவு 75,185,255
பாகல் இலைச்சாறு 252
பாகற்காய் 240
பாகுபதம் 198
பாடாணம் 62,299,338
பாண்டு 59,60,141,174,224,292,313,338,368,376
பாதசுரம் 347
பாதரசப் பற்பம் 285
பாதரசம் 73,281,285,305,314,350
பாதரசாதி உருண்டை 367
பாதாம் பிசின் 266
பாதிரி 112,154,170
பாதிரி வேர் 126, 135,206
பாப்பாரமுள்ளி 144
பாரிச வாதம் 295,297,299
பாரிசவாய்வு 222
பால் 6,31,33,50,54,71,154,273,
பால்கஞ்சி 296
பாலசஞ்சீவி மாத்திரை 330
பாலைப்பழச் சாறு 149
பாவனக் கடுக்காய்ச் சூரணம் 74
பாற்கடுக்காய் 381
பாற்சுண்டி 197
பிஞ்சுக்கடுக்காய் 148
பிட்டம் 30
பிட்டவியல் 51
பிடரிவலி 334
பிடிப்பு 313,378
பித்தக் குன்ம 374
பித்தகாசம் 191
பித்தச் சுரம் 250,269,384

பித்தச் சோபை 60
பித்தத் தலைவலி 239
பித்த நாடி 65
பித்தப்பாண்டு 112,155,225,252
பித்தப்பை 52
பித்தப்பைத்தியம் 164
பித்தம் 4,109,110,141,188,191,203,228,370,384
பித்தவறட்சி 159
பித்தவாந்தி 195
பித்தவாயு 323
பிரண்டை 91,117,141,207,224,294
பிரண்டைச்சாறு 107,274
பிரண்டை வேர் 89
பிரதாப மார்த்தாண்ட மாத்திரை 349
பிரம்ம இளைப்பு 20
பிரம்ம நெய் 151
பிரமதண்டு இலைச்சாறு 282
பிரமன் 3
பிரமி 94,106,117
பிரமி இலை 193
பிரமிச்சாறு 151
பிரமியம் 259,292
பிரமியிலைச் சாறு 252
பிரமேகம் 25,162,191,298,332,368
பிரமை 25,236
பிராணாயாமம் 44
பிராய் 103
பிராயிலைச்சாறு 73
பிருங்காமலத் தைலம் 218
பிளவை 60,375
பின்பனிக் கால 6
பீர்க்கம் பிஞ்சு 69
பீலி இலை 78
பீலிகை 144
பீனிசம் 93,98,102,105,130,131,133,162,168,175,2 04, 210, 217,203,206,212,218, 224, 235, 253, 255, 323, 357, 358,360,362,376,
பீனிச இருமல் 40,41
புகை பிடித்தல் 35,54
புகை 83
புகைச்சல் 310,352,381
புகைப்பிடி 44
புகையிலை 40,99,178,229,234,383
புங்கங்கொட்டை 206
புங்கு 100
புங்கு வேர் 170
புட்கரமூலம் 233
புட்பராகம் 351
புடலங்காய் 113
புண் 46,65,78,295,375
புண்புரை 284
புரசம்பட்டைச் சாறு 290
புரசம் வித்து 207
புருவம் 4,12
புலமை 5
புலால் மேகம் 298
புலிதுடக்கி 94
புழு 201
புழுங்கலரிசி 90,253,380
புள்ளிமான் 278
புள்ளிமான் கொம்பு 283
புளி 9,33,61,112,139,158,159,180,229, 234, 251, 260, 275, 294,307,319,320,322,385
புளிப்பு 6, ,24, 81,99,113,120,178, 179, 185, 232, 255, 286, 309,353,383
புளியங்கொட்டை 271,279,295,362
புளியஞ்சாம்பல் 286
புளியம்புறணி 288,291
புளியம்புறணி சுட்ட சாம்பல் 369, 371
புளியாரைச் சாறு 139,374
புளியேப்பம் 37,378
புற்றுமண் 277
புறங்குத்து 295
புன்னை மரப்பட்டை 171
புன்னை வேர் 171
புனுகு 80,203
புனுகுச் சட்டம் 209,216
புஷ்கரமூலம் 166

பூச்சாறு 331
பூசணி இலேகியம் 187
பூசணிக்காய் 103,139,175,187,191,204
பூசணிக்காய்ச் சாறு 114,115,137
பூசணிச் சூரணம் 176,188
பூசணி நெய் 114
பூசணிப்பூ 116
பூசணிவித்து 162
பூசும் மஞ்சள் 329
பூஞ்சைக்காளான்கள் 46
பூண்டின் சாறு 99
பூண்டு 95,111,132,260,265,323
பூத ஐயம் 13
பூதகரப்பான்பட்டை 94,104
பூநாகச் சூரணம் 264
பூநாகப் பற்பம் 284
பூநாகம் 264
பூநீறு 216
பூமாதுளம்பூ 333
பூமாதுளம் பூச்சாறு 317,338
பூமிச்சர்க்கரைக் கிழங்கு 140
பூரணசந்திரோதயச் செந்தூரம் 297,317
பூரணசந்திரோதயம் 33,43,51,315
பூரண சந்திரோதய மாத்திரை 345
பூரம் 222,294,336,378
பூலாங் கிழங்கு 114,129,151,190,202,209
பூலாம்பழச் சாறு 274
பூலாவேர் 77,377
பூவந்தி 259
பூவரசங்கொழுந்து இலை 384
பூவரசம் பழுப்பிலை 338
பூவினப்புல்லுருவி 140
பூனை 46
பூனைக்காஞ்சொறி 163
பூனைக்காஞ்சொறி வேர் 243
பூனைக்காலி விதை 343,381
பூனைக்காலி வேர்ச்சாறு 305
பெண் போகம் 297,300
பெண் முயல் 146
பெரிய லவங்கப்பட்டை 368
பெருங்கழிச்சல் ஐயம் 13
பெருங்காயம் 113,118,148,183,201,241,320
பெருங்குடல் 2
பெருங்குமிழ் 112,154,170,
பெருங்குமிழ்வேர் 135
பெருங்குமிழை 144
பெருங்குரும்பை 69,101,109,201
பெருங்கோரைக் கிழங்கு 237,368
பெருந்தும்பை 256
பெரு நன்னாரி 164
பெருநாகப்பூ 245
பெரும்பாடு 59,163,227,252,298,371.
பெரும்பூசணி இலேகியம் 188
பெரும் பூசணிக்காய் 188
பெரும்பூனைக்காய்வித்து 261
பெருமரப்பட்டை 201
பெருமருந்து வேர் 84,117
பெருமல்லி 112,154,170
பெருமூச்சு 11,12,37
பெருமூச்செறிதல் 39
பெருவயிறு 29,201,378
பெருவாகை 112,141,170
பெருவாகைவேர் 135
பேதானா 265
பேதி 9,25,26,38,53,60,74, 185, 227, 267, 283, 296, 325, 373
பேதி மருந்து 50
பேதி மாத்திரை 320
பேய்த் தும்மட்டிக்காய் 163
பேய்ப்பீர்க்கம் 103,207
பேய்ப்பீர்க்கம் விதை 254
பேய்ப்புடல் 85,88,160,268
பேயன்வாழை 140
பேரரத்தை 121,144,172,195,204,243
பேராம்பல் இலை 83
பேராம்பல் வேர் 169

பேராமல்லி 124
பேராமல்லி வேர் 155,206,134
பேராமுட்டி 128,144,155,200,256
பேராமுட்டி வேர் 80
பேரீச்சங்காய் 92,158,237,
பேரீச்சங்காயின் கொட்டை 197
பேரீச்சம்பழம் 81,108,114,137,180,235,247
பேரேலம் 202
பைத்தியம் 368
பைரவ மாத்திரைகள் 62
பொடி 51
பொடுதலை 117
பொடுதலை இலை 278
பொடுதலைச் சாறு 150,307
பொய் சொல்லல் 18
பொரிகாரம் 346
பொரித்த இந்துப்பு 71,342
பொரித்த பெருங்காயம் 326,372
பொரித்த வெங்காரம் 68,319,373
பொரும்பிலி 117
பொருமல் 23,341
பொறுமை 5
பொன் 4,331,342
பொன்முசுட்டைவேர் 69,75,113,226
பொன்வண்டு 377
பொன்னரிதாரம் 104
பொன்னாங்கண்ணி 51,131,363
பொன்னாங்கண்ணி எண்ணெய் 102
பொன்னாங்கண்ணிச் சாறு 97
பொன்னாங்காணி இலை 286
பொன்னாங்காணிக் கீரை 69
பொன்னாங்காணிச் சாறு 168
பொன்னாங்காணிவேர் 80,81,138,162
பொன்னாவாரை 69
பொன்னாவாரைச் சாறு 150
பொன்னிமிளை 305
போதகம் (சுவைகாணையம்) 3
போதைப் பொருள் 297
போர் மாந்தம் 157
போஸ்தக்காய்த் தோல் 53
மக்கட் பேரின்மை 316
மகப்பேறு 141,164
மகம்மதியர் 162
மகரந்தம் 45
மகரப்பூ 226
மகா ஏலாதிச் சூரணம் 237
மகா சுதர்சனச் சூரணம் 267
மகா சுவாசம் 49
மகா பூபதி பற்பம் 287
மகாராச மிருகாங்கம் 351
மகாவசந்தகுசுமாகரம் 33,43,51
மகா வசந்த குசுமாகர மாத்திரை 331,332
மகா விக்கல் 57
மகிசாட்சிகுங்கிலியம் 167
மகிபந்தம். 263
மகிழம்பூ 209
மகோதரம் 155,166,272,323,338,368,370,376
மஞ்சக் காய்ச்சல் 101
மஞ்சள் 101,106,143,170,196,203,238,280,340,359
மஞ்சள் எண்ணெய் 104
மஞ்சள் காமாலை 52
மஞ்சள் சோளம் 4
மஞ்சள் தூள் 116
மஞ்சள் நோய் 22
மஞ்சள் முள்ளங்கி இலேகியம் 197
மஞ்சள் முள்ளங்கிக் கிழங்கு 197
மஞ்சளாதிப் புகை 359
மஞ்சிட்டி 75,164,215
மஞ்சிட்டிக் கிழங்கு 341
மடக்கு 43
மண்சீலை 276,294,301,317
மண்டலி 377
மண்டூரம் 311
மண்டைச்சூலை 130
மண்டை நோய் 203
மண்டையிடி 376

மண்டை வலி 365
மண்புழுக் கறுக்குக் குடிநீர் 61
மணித்தக்காளி 52,178,282
மணத்தக்காளி வேர் 123
மணிப்புங்கன் 386
மதிலொட்டி இலை 362
மது 35,57
மது இருமல் 41
மதுமேகம் 18,163,275,298,299,304
மந்த ஐயம் 11
மந்தம் 1,174,224
மந்தாக்கினி 201,246,290,332,369
மந்தாரகாசம் 45,173,256,290
மயக்கம் 11,17,37,49,60,65,99,141,227
மயிர் 19,46
மயிர் சிலிர்ப்பு 26
மயிலிறகாதி சூரணம் 61
மயிலிறகுச் சாம்பல் 61
மயிலின் ஊன் 214
மயூரத் தைலம் 214
மரகதம் 351
மரச்சாமான்கள் 46
மரமஞ்சள் 108,109,147,163,203,223,340
மரமஞ்சள் தோல் 71,135
மருக்காரைக் குடிநீர் 31
மருக்காரை நெய் 31
மருக்காரைப் பழம் 32
மருக்காரைவேர் 32
மருட் கிழங்கு 111
மருத்துவாமிர்த மாத்திரை 324
மருதம் 6
மருதம்பட்டை 291
மருந்தீடு 17,369
மருந்தீடு இருமல் 40,41
மருந்துப்பு 309
மருள்கிழங்கு 267
மல்லி எண்ணெய் 76
மல்லிகைப்பூ 164,209,343
மலக்கட்டு 105,155,320
மலச்சிக்கல் 21,43,86,80,329
மலசலக் கட்டு 185
மலட்டு நோய் 252
மலடி 134
மலடு 164
மலம் 11,40,355,376
மழை 48
மன அழுத்தம் 17
மனக் கலக்கம் 20,38,331
மனச் சோர்வு 65
மனம் தடுமாறல் 37
மனோசிலை 73,313,342,372,384
மனோசிலை பற்பம் 347
மஜ்ஜை 1
மாகாளிக்கிழங்கு 67
மாங்கொட்டைப் பருப்பு 360
மாசிக்காய் 92,181,226,324
மாசிப்பத்திரி இலை 325
மாசிப்பத்திரி இலைச்சாறு 303
மாசிப்பத்திரிச் சாறு 336
மாட்சிகம் (பொன் நிமிளை) 257
மாத்திரை 83
மாத விலக்கு 262
மாதுளம் 347
மாதுளம்பழச் சாறு 239
மாதுளம்பிஞ்சு 137
மாதுளம்பூ 362
மாதுளம்பூச் சாறு 210,331
மாதுளம்பூத் தைலம் 210
மாதுளம் வேர்ப் பட்டை 239,377
மாதுளை ஓடு 247
மாந்த எண்ணெய் 41
மாந்த நோய் 60
மாந்தம் 59,320,326
மாப்பண்டம் 55
மாம்பட்டை 300
மாம்பட்டைச்சாறு 301

மார்பு 1,4,30,35,36,39,45,53,55,
மார்பு குத்தல் 22
மார்புச்சளி 53
மார்புத் துடிப்பு 168
மார்பு நோதல் 47
மார்பு நோய் 235,275,277,288
மார்பு வலி 39,279
மார்வலி 269,371
மாலைசுரம் 89
மாவிலிங்கம் வேர் 170
மாவிலங்கை இலை 383
மாவு அரைக்கும் தொழில் 46
மாவுப் பண்டங்கள் 228
மாறல் சுரம் 221,269
மான் கொம்பு 138,194,276,277,278
மான்கொம்புப் பற்பம் 282,327
மிகு கழிச்சல் 18,59
மிகுசுரம் 28
மிகு பசி 40,58
மிருத்தியுஞ்செய இரசம் 380
மிருதார்சிங்கி 358
மிளகரணை 135
மிளகரணை இலை 307
மிளகரணை வேர் 75,89,123,170
மிளகரணை வேர்ப்பட்டை 52
மிளகு 32,42,51,61,66,86,88,90,102,110,113,1 35,1 60, 173, 187,200,205,210,223,225,272,295, 310, 319, 322,331,346,350,352,360,375,380
மிளகு அளவு 322
மிளகுக் குடிநீர் 374
மிளகுச் சூரணம் 255
மிளகுத் தைலம் 52,210
மிளகுத்தூள் 252
மிளகுப் பொடி 116
மிளகு ரசம் 88
முக்கல் 375
முக்காவேளை வேர் 108
முக்கூட்டெண்ணெய் 101
முகம் 36
முகவாதம் 299,376,338
முசுட்டை இலை 78
முசுமுசுக்கை 51,53,85,153
முசுமுசுக்கை இலை 90,352
முசுமுசுக்கைக் குடிநீர் 86
முசுமுசுக்கைச் சமூலம் 86
முசுமுசுக்கைச் சாறு 208,234,361
முசுமுசுக்கை வேர் 81,122,387
முசுமுசுக்கை வேர் அடை 387
முசுருமுசுட்டை 342
முடக்கொத்தான் 100
முடக்கொத்தான் சாறு 352
முடக்கொத்தான் மருந்து 352
முடி திருத்துபவர் 46
முடிக்காரம் 214
முத்தக்காசு 88,153,239
முத்தாது (சன்னி) ஐயம் 12
முத்தாது இரைப்பு நோய் 49
முத்தாது உளைமாந்தை 65
முத்தாது விக்கல் 59
முத்தீ 306
முத்து 51,68,331,342,351
முத்துச்சிப்பி 51,331
முத்துச்சிப்பிப் பற்பம் 42,52,286,287
முத்துப் பற்பம் 42,51,52,199,314,333
முதுகு எலும்பு 31
முதுகுத்தண்டு 30,31
முந்திரி 235
முந்திரிகை 153,194,220
முந்திரிகைப்பழம் 108,171,209
முந்திரிப்பழம் 106,205
முப்பலை 217
முப்பலைச் சூரணம் 332
முப்பிணி 59,65
முப்பு 384
முயல் 33,69,146
முயல் இரத்தம் 271,273
முயல் கறி 70

முயல் நெய் 33,70,144
முயல் மாமிசம் 144
முயல்வலி 295
முயலக ஐயம் 13
முருக்க இலை 244
முருக்கம் பூ 311
முருக்கம்பூ நீர் 313
முருக்கிலை 54,84,182,355
முருங்கிலைச் சாறு 150,377
முருங்கை இலை 383,359
முருங்கைக் கொழுந்து 383
முருங்கைப்பட்டை 69,95,103,114, 120, 178, 179, 255, 383
முருங்கைப்பட்டைச் சாறு 295
முருங்கைப்பூ 343
முருங்கைப்பூ மாத்திரை 343
முருங்கைவேர் 148,211,219,347
முல்லை 6
முல்லை வேர் 81
முலாம் பழப் பருப்பு 266
முழங்கால் குடைதல் 14
முள்காரை வேர் 89
முள்ளங்கி இலை 287
முள்ளங்கி விதை 344
முள்ளி 79,120,126
முள்ளிக்கத்தரி 268
முள்ளிப்பழச் சாறு 98,107
முள்ளிலவம் பிசின் 261
முள்ளிவேர் 76
முள்ளுக்கத்தரி தைலம் 211
முள்ளுக் கத்தரிப் பழம் 212
முள்ளுக்கத்தரிவேர்ச் சூரணம் 224
முளைக் கீரை 178,179
முளை வளர்தல் 375
முறைக்காய்ச்சல் 291
முறைச்சுரம் 385
முன்னெழுந்தோடம் 374
முன்னை 141,170
முன்னை வேர் 134,206
மூக்கடைப்பு 25,48,363
மூக்கிரட்டை வேர் 50,170,341
மூக்கில் அரிப்பு 363
மூக்கில் நீர்ப் பாய்தல் 18,4748,64
மூக்குத்தூள் 61
மூச்சிரைப்பு 26,51,57,237
மூச்சுக் கிளைக் குழல் 47
மூச்சுக் குழல் 36,47
மூச்சுத் திணறல் 45,47,59,113
மூசாம்பரம் 339
மூடகர்ப்பம் 368
மூத்திரக் கிரிச்சரம் 164,368
மூத்திரம் 22,285
மூதண்ட இலேகியம் 299
மூதண்டத் தைலம் 212
மூர்ச்சை 22,295
மூலகணம் 157
மூலநோய் 291,356,384
மூலம் 153,168,201,227,258,281,298,332,341
மூலரோகம் 375
மூலவாயு 185,250,375
மூவிலைத்தாமரை 163,268
மூளை 1,55
மெழுகு 83,374,376,377
மென்மை 1
மேக அழலை 265
மேக ஊறல் 236,275
மேகக்காங்கை 283
மேகச்சுரம் 250,273
மேகச்சூடு 271
மேகசூலை 59
மேகத்தடிப்பு 288
மேகநாதக் குளிகை 51,53
மேகநீர் 313
மேக நோய் 59,60
மேகப் பிரமியம் 169
மேகம் 4,121,157,186,274,295,298,318

மேகரணம் 375
மேகராசாங்கப் பற்பம் 283
மேகவாயு 281
மேகவிரணம் 288
மேகவெட்டை 199
மேல் சுவாசம் 382
மேல் நோக்கு இரைப்பு நோய் 49
மேல் நோக்குக்கால் 48,49,58,60
மேல் மூச்சு 41,26,148,369
மேல் மூச்சுவாங்கல் 79
மேல் வயிறு 31
மேலிளைப்பு 156
மேனிச் சாறு 312
மொச்சை 228
மொச்சை அளவு 199
மொந்தன் வாழைப்பழம் 149
மோடி 145,167,231
மோர் 139,265,291
மோர் சாதம் 74
யமன் விக்கல் 57
யக்ஷ்மா குசாகைக்ஷ 17
யாழ் 45
யானை 4
யானைக்காய்ஞ்சொறி வேர் 267
யானைத்திப்பிலி 71,109,111,145, 147, 148, 167, 199, 257, 341
யானை நெருஞ்சிச் சாறு 149
யானைப்புடம் 314
யூகிமுனிவர் 9,19,63
யோகாசனம் 44
ரசம் சாதம் 193
ராஜயக்ஷ்மா 17
ரொட்டி 54
லோகசெந்தூரம் 189
லோகபற்பம் 350
வங்கம் 331
வச்சிர கண்ட மாத்திரை 51,53
வச்சிரப் பற்பம் 347
வச்சிரம் 351
வசந்த காலம் 6
வசந்தவாதி சூரணம் 72
வசியம் 40,96,111,116,151,167,201,223,340,359
வட்டத்திருப்பி 108,258
வட்டத்திருப்பி வேர் 118
வடகம் 83,369,372
வண்டுக்கடி 290
வண்டுகள் 46
வயிற்றறை 55
வயிற்றறைக் கட்டி 56
வயிற்றில் எரிச்சல் 134
வயிற்றில் சஞ்சரிக்கும் வாயு 279
வயிற்றிலுள்ள புழு 201
வயிற்று உப்புசம் 93,239,374
வயிற்றுக் கடுப்பு 60
வயிற்று நோய் 232,387
வயிற்றுப் பொருமல் 185,221,228,263,327
வயிற்றுவலி 93,236,275,320,374
வயிற்றுளைச்சல் 60
வயிறு 40
வயிறு உப்பல் 38,47
வயிறு உப்புசம் 241,256
வயிறு ஊதல் 46,63
வயிறு குத்தல் 24
வயிறு பொருமல் 38,60
வரப்பு நண்டு 32
வராமுள்ளிப் பூ 303
வரிக்கற்றாழஞ் சாறு 208
வருணன் 4
வல்லாரை இலை 156
வல்லாரைக் குடிநீர் 157
வல்லாரைச் சாறு 133,381
வல்லாரை நெய் 133,156
வலம்புரிக்காய் 204,213
வலி 26,80,320,376
வலி குன்மம் 222
வலிநோய் 59

வலிப்பு 13
வழலை 215
வழுதலை வேர் 111
வழுதுணையிலைச்சாறு 73
வழுதுணை வேர் 263
வழுவழுப்பு 1
வளி 1,6,12,49
வளி அழல் இருமல் 23,38,41
வளி இருமல் 36,41
வளி இரைப்பு நோய் 47
வளி இளைப்பு 22
வளி உளைமாந்தை 64
வளி ஐய இளைப்பு 24,27
வளி ஐயம் 11
வளி குன்மம் 375
வளிநோய் 292
வளி விக்கல் 58
வளையலுப்பு 216,256,340
வறட்சி 149,150,259
வறட்டு இருமல் 92
வறண்ட பொருள் 59
வறுத்த உப்பு 294
வறுத்த கடலை 198
வாகை 144
வாகை வேர் 206
வாசாதி நெய் 152
வாடாமல்லிச் சமூலம் 288
வாதக் குன்மம் 60
வாதச்சுரம் 269
வாத நோய் 295
வாதப்பிணிகள் 294
வாதம் 4,59,60,203,368,370,384
வாதராட்சசம் 348,376
வாதரோகம் 254,376
வாதவலி 323
வாதுமைப்பருப்பு 197
வாந்தி 15,18,22,37,46,53,65,89,228,232,291,327,374
வாந்தி இருமல் 157
வாய் கசத்தல் 26,57
வாய் நாற்றம் 26,40
வாய் நீரூறல் 250
வாய் பிதற்றல் 48
வாய்விளங்கம் 96,113,121,155, 164, 174, 200, 223, 340, 350
வாயு 59,124,168,232,252,253,275,331,348
வாயுத் திரட்சி 59
வால் மிளகு 85,121,191,230,239,328,377,
வாலுளுவை 163
வாலுளுவை அரிசி 71,105,112,145,148,171
வாலுளுவை வித்து 196
வாலை 293
வாலை இரசம் 280,294,303,315,316,338
வாழைக் காய்ப் பிஞ்சு 179
வாழைக் கிழங்கு 94
வாழைக்கிழங்குச்சாறு 300
வாழைப்பழம் 80
வாளம் 164,336,373
விக்கல் 22,26,55,83,128,186,238,289
விகார இளைப்பு 25
விகார ஐயம் 14
விச்சின்ன சுவாசம் 49
விடக்காய்ச்சல் 109
விடச்சுரம் 156,239
விடத்தேர் வேர் 129,343
விடத்தேரை வேர்ப்பட்டை 210
விடதோடம் 60
விடப்பாண்டு 156
விடபாகம் 59
விதான பரிபுப்பிச தாபிதம் 56
விந்து 356
விந்து வெளிப்படுதல் 316
விப்புருதி 377
விப்புருதி நோய் 374
விப்புருதிவாயு 374
வியர்த்தல் 13,15,18,47
வியர்வை 5,21,48,60,250,323,

வியாக்கிரி நெய் 165
விரண ஐயம் 14
விரணம் 25,168,222,378
விரியன் பாம்பு 252
விரேசனம் 337
வில்வ வேர் 124,134,160,179
வில்வ வேர்க்கட்டை 247
வில்வப்பழச் சாறு 213
வில்வப்பழத்தின் ஓடு 238
வில்வம் 100,112,126,141,170
வில்வமர வேர்ப்பட்டை 323
வில்வவேர் 201
வில்வாதி இலேகியம் 179
விலா எலும்பு 29
விலாப் பக்கம் 37,47
விலாமிச்சம் 114,218
விலாமிச்சம் வேர் 97,125,154,156,161, 180, 195, 202, 205, 209,245,266,333,370
விலாமிச்சம் வேர்க் குடிநீர் 331
விழலரிசி 71,106,109,147,136,256,381
விழுதி வேர் 89,170
விளக்கெண்ணெய் 105,308
விளாங்காதிச் சூரணம் 241
விளாங்காய் அளவு 283,294
விளாம்பழ ஓட்டைச் சுட்டகரி 61
விளாம்பிசின் 163,260
விஷ்ணுகரந்தைச் சமூலம் 181
விஷ்ணுகிராந்திவேர் 102
விஷ்ணுசக்கர மாத்திரை 322
வீக்கம் 60,80,130,165,299,332,370
வீரம் 222,271,294,296,302,319,378
வீரமாமுனிவர் 319
வீரிய விருத்தி 152
வெங்காயச்சாறு 382
வெங்காய நசியம் 364
வெங்காயம் 364
வெங்காரப் பற்பம் 287
வெங்காரம் 136,181,224,287,307, 314, 315, 347, 367, 384
வெட்டிவேர் 97,205108,138,180,202,245,32
வெட்டிவேர்க் குடிநீர் 331,333
வெட்டை 162,192,259,273,275,309
வெட்பாலையரிசி 78,88,105,124,136, 149, 167, 182, 200, 268,340
வெடிப்பு 311
வெடியுப்பு 54,216
வெண்சாறணைவேர் 237
வெண்ணெய் 218,291,345
வெண்தாமரை 269
வெண்தாமரைப்பூவிதழ் 384
வெண்பூசணிக்காய் 312
வெண்மிளகு 328
வெண்மிளகுத்தூள் 318
வெந்தயத்தூள் 105
வெந்நீர் 76,97,131,193,204,224,252,229,320,374
வெப்பு 155,349
வெப்புப்பாவை 369
வெருகங்கிழங்கு 104
வெருகடி அளவு 76,224,228,246,255,311
வெல்லச்சாறு 349
வெல்லம் 113,181,185,195,252,345,357,376,377
வெள்வங்கப் பவழப் பற்பம் 281
வெள்வங்கப் பற்பம் 199,298,333
வெள்வங்கம் 281
வெள்ளரிப் பருப்பு 265
வெள்ளரிப்பழம் 81
வெள்ளரி வித்து 162
வெள்ளரிவிதை 332
வெள்ளருகம் வேர் 114,158
வெள்ளறுகுச்சாறு 159
வெள்ளாட்டு அமுரி 252
வெள்ளாட்டுப் பால் 113,137,145,213,218,277, 310, 313, 315,353,364,375
வெள்ளாட்டுப் பால் தைலம் 213
வெள்ளி 51,313
வெள்ளிச் சரிகை 282
வெள்ளிச் செந்தூரம் 313
வெள்ளித்தூள் 367

வெள்ளிப் பற்பம் 33,198,199,282,298,327,346
வெள்ளிரேக்கு 338,342
வெள்ளீயப் பற்பம் 313
வெள்ளுள்ளி 363
வெள்ளெருக்கம் பால் 273,274
வெள்ளெருக்கம் பூ 345
வெள்ளெருக்கன் 169
வெள்ளெருக்குச் சாறு 114
வெள்ளை 262,275,276
வெள்ளை அக்கரம் 374
வெள்ளை அரளி 383
வெள்ளைக் காக்கட்டான் இலைச் சாறு 304
வெள்ளைக் காக்கட்டான் வேர்ப்பட்டை 304,320
வெள்ளைக் காக்கண பூச்சாறு 332
வெள்ளைக் குங்கிலியம் 223
வெள்ளைக்கடுகு 113
வெள்ளைக்கல்பற்பம் 33
வெள்ளைச் சங்கு பற்பம் 276
வெள்ளைச் சாட்டரணை 280
வெள்ளைத்துத்தம் 342
வெள்ளைப் பாடாணம் 289,339,359
வெள்ளைப்பூ 288
வெள்ளைப் பூண்டு 323,335,352,375
வெளிச்சைப்பிசின் 100,128,147,364
வெளிமூலம் 112
வெளுத்த பிசின் 124
வெளுப்பு நோய் 21
வெற்றிலை 310
வெற்றிலைக் காம்பு 364
வெற்றிலைச் சாறு 204,286,291,358,360
வெற்றிலைச்சாறு மிளகுப் புகை 360
வெறி ஐயம் 14
வெறிநாய் 377
வெறி நோய் 14
வேங்கைச் சிராய் 201
வேங்கை மரப்பட்டை 74
வேங்கைவைரம் 147
வேசரி நீர் 306
வேதனை 21
வேப்பங்காய் 77
வேப்பம் பட்டை 128,166,269
வேப்பம்பட்டைச் சாறு 132
வேப்பம்பழம் 79
வேப்பம்பூ 77
வேப்பம் வேர் 77
வேப்பிலை 77,90
வேப்பெண்ணெய் 252,358
வேம்பாடம்பட்டை 66
வேர்க்கொம்புக் குடிநீர் 87
வேலிப்பருத்தி 117
வேலிப்பருத்தி இலை 78,182,225,388
வேலிப்பருத்திச் சூரணம் 225
வேலிப்பருத்தி வேர் 75,111,254
வேளை வேர் 111
வைக்கிரந்தப்பற்பம் 347
வைக்கிராந்தம் 351
வைசிய இளைப்பு 21

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

தமிழ் மொழியின் வளர்ச்சி ஒன்றையேக் குறிக்கோளாகக் கொண்டு 1946 ஆம் ஆண்டு அந்நாள் கல்வியமைச்சர் திரு. தி.சு. அவினாசிலிங்கம் அவர்களால் தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் நிறுவப்பட்டது. தொடக்க காலம் முதல் 1982 ஆம் ஆண்டு வரை அவர் அதன் தலைவராக இருந்து சிறப்பாகத் தொண்டாற்றி வந்தார். பின்னர் 1982 ஆம் ஆண்டு முன்னாள் மாநில, மைய அமைச்சரான திரு. சி. சுப்பிரமணியம் அவர்கள் கழகத்தின் தலைமைப் பொறுப்பேற்றுச் சீரிய முறையில் தமிழ் வளர்ச்சிக்கு வழிகாட்டி வந்தார். 1990-ஆம் ஆண்டு முதல் முனைவர் வா.செ. குழந்தைசாமி அவர்கள் தலைமைப் பொறுப்பை ஏற்றுச் சீரிய பணியாற்றி வருகிறார்.

1947-ஆம் ஆண்டு முதல் தி.ரு. ம.ப. பெரியசாமித்தூரன் அவர்களைத் தலைமைப் பதிப்பு ஆசிரியராகக் கொண்டு, 'கலைக் களஞ்சியம்' 10 தொகுதிகள் வெளியிடப் பட்டன. இதுவே இந்திய மொழிகளில் முதல் முயற்சியாகத் திகழ்கிறது. பின்னர், அவரையே ஆசிரியராகக் கொண்டு 'குழந்தைகள் கலைக்களஞ்சியம்' 10 தொகுதிகள் 1976 ஆம் ஆண்டில் வெளியிடப்பட்டன. இதன் இரண்டாவது திருத்திய பதிப்பும் (10 தொகுதிகள்) 1988-இல் முடிவுற்றது. அதன் பின்னர், தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் அறிவியல் தொடர்பான நூல்களை வெளியிடும் பணியில் ஈடுபட்டு, நான்கு நூல்களை வெளியிட்டது.

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் மருத்துவ அறிவியலைக் கருத்தில் கொண்டு, 'மருத்துவக் களஞ்சியம்' எனும் தலைப்பில் 12 தொகுதிகளை வெளியிடும் பணியை மேற்கொண்டது. இதில் 'உடல் நலம்' எனும் தலைப்பில் முதல் தொகுதியும், 'தாய் சேய் நலம்' எனும் தலைப்பில் இரண்டாவது தொகுதியும், 'புலனுறுப்புகள்' எனும் தலைப்பில் இரு நூல்களாக மூன்றாவது நான்காவது தொகுதிகளும், 'நரம்பு மண்டலம், மனநோய், நாளமில் சுரப்பிகள்' ஆகியவை அடங்கிய ஐந்தாவது தொகுதியும், 'செரிமான மண்டலமும் மூச்சு மண்டலமும்' இடம்பெற்ற ஆறாவது தொகுதியும், 'தொற்று நோய்களும் பால்வினை நோய்களும்' எனும் தலைப்பில் ஏழாவது தொகுதியும், 'புற்றுநோய், முதியோர் நலம்' அடங்கிய எட்டாவது தொகுதியும், 'இதய இரத்தநாள மண்டலம்' எனும் தலைப்பிலான ஒன்பதாம் தொகுதியும், 'சிறுநீரகம் மற்றும் இனவள உறுப்பு மண்டலம்' என்னும் பொருள் பற்றிய பத்தாம் தொகுதியும், 'எலும்பியல், மாற்றுறுப்பியல், ஒட்டறுவை மருத்துவம்' ஆகிய மூன்று பகுதிகளைக் கொண்ட பதினொன்றாம் தொகுதியும், 'மரபியல், விபத்து மருத்துவம், நோய் எதிர்ப்பாற்றல் மண்டலத்தின் அடிப்படைகள்' எனும் பகுதிகள் அடங்கிய பனிரண்டாம் தொகுதியும் வெளியிடப்பட்டு இப்பணி நிறைவு பெற்றது.

அலோபதி மருத்துவமுறை நூல் வெளியீட்டுத் திட்டத்தைத் தொடர்ந்து, தமிழகம் தரணிக்கு அளித்த மருத்துவ முறையாம் சித்த மருத்துவம் பற்றிய நூல் வெளியீட்டுத் திட்டத்தில் ஆறு தொகுதிகளை வெளியிடும் பணியைக் கழகம் மேற்கொண்டுள்ளது. இதில் 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-1: வரலாறு', 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-3: சிறப்பியல்', 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி - 5: பித்தம் தொடர்பான நோய்கள்' என்னும் தொகுதிகள் ஏற்கனவே வெளியிடப்பட்டன. இப்போது 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-6 : கபம் தொடர்பான நோய்கள்' எனும் நூல் வெளிவந்துள்ளது. ஏனைய தொகுதிகளுக்கான தயாரிப்புப் பணிகள் நடைபெற்று வருகின்றன.

சித்த மருத்துவம்

தொகுதி-7 : குழந்தை மருத்துவம்

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் சென்னை-600 005.

சித்த மருத்துவம்

தொகுதி-7 : குழந்தை மருத்துவம்

ஆசிரியர் குழு

மரு. T.K. கல்யாணசுந்தரம் MD(S) (ஒருங்கிணைப்பாளர்)

மரு. S. காந்திமதி MD(S)

மரு. M. மீனாட்சிசுந்தரம் MD(S)

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

சென்னைப் பல்கலைக்கழக வளாகம்

சென்னை - 600 005

2011

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

சென்னைப் பல்கலைக்கழக வளாகம்
சேப்பாக்கம், சென்னை - 600 005.

நிறுவனர்
திரு தி.சு. அவினாசிலிங்கம்

புரவலர்
முனைவர் நா. மகாலிங்கம்

தலைவர்
முனைவர் வா.செ. குழந்தைசாமி

துணைத் தலைவர்
முனைவர் மு. பொன்னவைக்கோ

செயலாளர்/ பொருளாளர்
முனைவர் ப. அர. நக்கீரன்

தொகுப்பாசிரியர்
முனைவர் பெ. அர்த்தநாரீசுவரன்

மொழியாசிரியர்
திரு ஆ. பன்னீர்செல்வம்

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழக வெளியீடு

முதற் பதிப்பு 2011

பதிப்புரிமை உடையது

விலை ரூ. 300/-

அச்சிட்டோர் : பாவை பிரிண்டர்ஸ் (பி) லிமிடெட்
சென்னை - 600 014.

Bibliographical Data

Name of the Book	:	Siddha Marutthuvam Vol.7: Child Medicine
Author/Editor	:	Dr T. K. Kalyanasundaram [Coordinator]
Edition	:	First - 2011
Copy Right	:	Tamil Valarchi Kazhagam
Language	:	Tamil
Subject	:	Siddha Medical system
Pages	:	xii + 400
Price	:	Rs. 300/-
Paper	:	Maplitho
Size	:	Double Crown
Binding	:	Deluxe
Point	:	12 Pt
Wrapper Design	:	Tamil Valarchi Kazhagam
Published by	:	Tamil Valarchi Kazhagam University Building Chepauk, Chennai- 600 005. Ph: 25365440
Printed by	:	Pavai Printers Pvt. Ltd. J.J. Khan Road, Royapettah, Chennai-600 014. Ph. 28482441, 28482973

உள்ளடக்கம்

	முகவுரை	vil
	ஒருங்கிணைப்பாளர் உரை	xi
	Introduction	xi
1.	பருவங்களும் வளர்ச்சியும்	1
2.	பிறவி நோய்கள்	9
3.	தோடம்	19
4.	ஊட்டச் சத்துக் குறைபாடு நோய்கள்	38
5.	மாந்தம்	53
6.	கணம் (இளம் காசநோய்)	65
7.	அக்கரம்	104
8.	சுரம்	121
9.	சன்னி நோய்கள்	136
10.	வெளுப்பு நோய் (பாண்டு)	149
11.	சோபை நோய்	163
12.	காமாலை	169
13.	கழிச்சல் நோய்	181
14.	கரப்பான்	193
15.	வலிப்பு நோய்	212

16.	அம்மை நோய் (பால வாகடம்)	225
17.	கபவாதசுரம் (நிமோனியா)	245
18.	டெங்கு காய்ச்சல்	250
19.	வளிக்கீல் வாயு	252
20.	குடற்கிருமிகள்	263
21.	கண்நோய்கள்	274
22.	மூக்கு நோய்கள்	291
23.	பல்நோய்கள்	307
24.	செவி நோய்கள்	317
25.	பாலர் வாத நோய்கள்	329
26.	புறக்காரண நோய்கள்	344
27.	மனவளர்ச்சிக் கோளாறுகள்	350
28.	நோய்த் தடுப்பு முறைகள்	364
	சொல்லடைவு	369

முகவுரை

நாளைய சமுதாயத்தின் தூண்களாக விளங்கும் நம் குழந்தைகளுக்கு முதலில் அவரது பெற்றோர்கள் நல்ல வழிகாட்டியாக இருக்க வேண்டும். நமது நாட்டில் குழந்தை வளர்ப்பு, சிகிச்சைமுறைகள் தாய்க்குப் பரம்பரையாகக் கற்றுத்தரப்படுகிறது. இவ்வாறாகக் குழந்தை வளர்ப்பின்போது மேற்கொள்ளப்படும் எளிமையான பரிகாரமுறைகள் சித்தமருத்துவத்தில் அதிகம் உள்ளன. இதனால் முன்காலங்களில் பெரும்பாலான நோய்கள் வராமல் கட்டுப்படுத்தப்பட்டன. உதாரணமாக, தினசரி இளம் குழந்தைகளின் குளியலுக்குப் பின் உரைமருந்து தரப்படுதல் காரணமாக, உடலின் நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி அதிகரித்தல், புகையாடுதல், தைலம் மேல்பூச்சு, இளம் குழந்தைகளை காலை, மாலை வெயில் படுமாறு வைத்தல் போன்றவற்றின் காரணமாக உடல் வன்மை அதிகரிக்கிறது. நோய்த் தாக்கம் குறைகிறது. இன்றைய நாகரிக வாழ்வில் மேற்கண்ட பழக்கவழக்கங்களை நவீன மருத்துவ நோக்கோடு ஒப்பிட்டு அதன் முக்கியத்துவத்தை உணர்த்தும் வகையில் இந்நூல் அமைந்துள்ளது.

மேலும் தொன்மையான மருத்துவமாம் சித்த மருத்துவத்தில் குழந்தைகளுக்கான மருத்துவ நூல்கள் மிகக் குறைந்த அளவே உள்ளன. எனவே குழந்தைகளுக்குப் பரவலாக ஏற்படும் நோய்களைப் பற்றி விவரிப்பதற்காக இந்நூல் எழுதப்பட்டு உள்ளது. இந்நூலில், பிறந்த குழந்தை முதல் 12 வயது வரையிலான குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் நோய்கள் தெளிவாக விவரிக்கப்பட்டுள்ளன.

இந்நூல் மருத்துவ மாணவர்கள் மட்டுமின்றி, பாமரமக்களும் படித்துப் பயன்பெறும் முறையில் மிகவும் எளிமையான தமிழ் நடையில் அமைந்துள்ளது. அன்றாட வாழ்வில் குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் சுரம், கழிச்சல், இருமல் போன்ற பல வியாதிகளுக்கு இந்நூலில் பலவகையான வீட்டுமுறை மருத்துவம், மேற்கொள்ள வேண்டிய அறிவுரைகள் எளிமையான நடையில் கொடுக்கப் பட்டுள்ளன. எனவே இந்நூல் பொதுமக்களுக்கு மிகவும் பயன் அளிக்கக் கூடிய ஒருநூல் என்பதில் ஐயமில்லை.

இந்நூல் உருவாகக் காரணமாக இருந்த ஒருங்கிணைப்பாளர் பேராசிரியர் மரு. T.K.கல்யாணசுந்தரம் அவர்களுக்கும் இந்நூலை எழுதுவதில் ஒருங்கிணைப்பாளருக்கு உறுதுணையாக இருந்த மரு. S.காந்திமதி, மற்றும் மரு. M.மீனாட்சிசுந்தரம் ஆகியோர்களுக்கும், கணினியில் நூலை வடிவாக்கம் செய்த திரு க. செல்லதுரைக்கும், அச்சிட்ட பாவை அச்சகத்தாருக்கும் கழகம் உளமார்ந்த நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கின்றது.

மக்களிடையே மருத்துவம் பற்றிய விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்த வேண்டும் என்ற நோக்கத்தில் ஏற்கனவே கழகம் வெளியிட்ட மருத்துவ நூல்கள் பெற்ற வரவேற்பை இந்த நூலும் பெறும் என்று நம்புகின்றோம்.

வா.செ. குழந்தைசாமி
தலைவர்
தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

ஒருங்கிணைப்பாளர் உரை

தொன்மையான மருத்துவமாம் நம் சித்த மருத்துவம் மிகவும் எளிமையான அனுபவம் வாய்ந்த மிகப் பழமையான மருத்துவமாகும். இது கிராமப் புறங்களில் இன்றும் பயன்பட்டு வரும் சிக்கனமான மருத்துவமும் கூட. தற்போது இம்மருத்துவம் கிராமங்களில் இருந்து மெல்ல நகர்ப்புறங்களிலும் பரவி, பொதுமக்களிடையே அதிக அளவில் பயன்பட்டு வருகிறது. இந்நிலையில் சித்தமருத்துவத்தில் குழந்தைகளுக்கான மருத்துவ நூல்கள் குறிப்பிட்டுச் சொல்லும்படி மிகச் சில மட்டுமே உள்ளன. சித்த மருத்துவத்தில் குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் பொதுவான நோய்கள், நோய் ஏற்படக் காரணங்கள், அதற்கான முன் அறிகுறிகள், பக்கவிளைவுகள், நோய் சிகிச்சைமுறைகள், நோய்க்கான தடுப்பு முறைகள் மற்றும் மருத்துவ அறிவுரைகள் ஆகியன மிகவும் எளிய நடையில் விவரிக்கப்பட்டுள்ளன. குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் பொதுவான சில நோய்களுக்கு வீட்டு உபயோகப் பொருள்கள், நம் வீட்டு தோட்டத்தில் உள்ள மூலிகைகளைக் கொண்டு மருந்துகளை வழங்கும் முறையில் மிகவும் எளிமையாக இந்நூல் அமைக்கப்பட்டுள்ளது. இந்நூல் சிறப்பாக மேல்நாட்டு நாகரிகம் நம்மிடையே அதிகரித்து வரும் இந்நாளில் குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் மனவளர்ச்சிக் குறைபாடுகள், மனோவிகாரங்கள் ஆகியன விவரிக்கப்பட்டு, இதைத் தடுக்க பெற்றோர்களுக்கு மருத்துவ அறிவுரைகளும் கூறப்பட்டு உள்ளன. மேலும்

இந்நூலில் பிறவி நோய்கள், அதற்கான தடுப்பு முறைகள் குறித்தும் எளிமையான முறையில் விவரிக்கப்பட்டுள்ளன.

இந்நூலை எழுதுவதற்கு எனக்கு வாய்ப்பளித்த தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகத்தின் தலைவரும், முன்னாள் துணைவேந்தரும், கல்வியாளருமான முனைவர் வா. செ. குழந்தைசாமி அவர்களுக்கும், செயலாளர் முனைவர் ப. அர. நக்கீரன் அவர்களுக்கும் என்னுடைய நெஞ்சம் நிறைந்த நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

மேலும் இந்நூல் எழுத என்னை ஊக்கப்படுத்திய முன்னாள் இணை இயக்குநர்கள் மரு. வீ.சுப்பிரமணியன், மரு. கு. கணபதி மற்றும் என்னுடன் இணைந்து பணியாற்றிய மரு. M.மீனாட்சிசுந்தரம் எம்.டி., (சி), மரு. S. காந்திமதி எம்.டி., (சி) ஆகியோருக்கும், இந்நூலைச் சிறந்த முறையில் தொகுப்பதற்கு உதவிபுரிந்த தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகத் தொகுப்பாசிரியர் பேரா. முனைவர் பெ. அர்த்தநாரீசுவரன் அவர்களுக்கும், கணினியில் நூலை வடிவாக்கம் செய்த திரு க. செல்லதுரை அவர்களுக்கும், இந்நூலை நல்லமுறையில் வெளியிட்ட தமிழ் வளர்ச்சிக்கழகத்திற்கும் எனது உளமார்ந்த நன்றிகளைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

பேரா. மரு. T.K. கல்யாணசுந்தரம்

Introduction

Siddha Medicine is an ancient, indigenous system of medicine of the Tamils. Simple, tested and inexpensive,it has found widespread, rewarding applications among the rural folks of this land. And today, its reach keeps steadily extending to towns and cities, and it has come to be looked upon either as an alternative to allopathy or as its parallel system of cure.

With regard to paediatric medicine, there are relatively few siddha treatises. Nevertheless, these works, written in a simple language, describe the common diseases of children, their causes, symptoms, sideeffects, modes of treatment and preventive measures, besides containing general observations on the various aspects of medical care of children.

The volume on hand, basing itself on the relevant siddha theory and practice, is an attempt at examining the common medical problems of children and suggesting their remedy through the use of substances easily available at home and herbs that grow in our backyard. This apart, the present volume treats particularly of mental retardation and mental abnormalities that are prevalent among children in the context

of the growing impact of the Western ways of living on them, and suggests ways of combating these problems medically. Congenital diseases and the ways of cure have also been discussed in this book in a clear, lucid language.

I am profoundly grateful to Prof. V.C. Kulandaiswamy, President of the Tamil Academy, and a great scientist, poet, an educationist, scholar and former Vice-Chancellor of three renowned Universities and to Dr P.R. Nakeeran, Secretary and Treasurer of the Tamil Academy for having given me the rewarding opportunity to bring out this work.

I also owe my debt of gratitude to the former Joint Directors, Dr V. Subramanian and Dr G. Ganapathy and my follow-workers in this task Dr M. Meenakshisundaram MD and Dr S. Gandhimathi MD whose encouragement and suggestions have contributed significantly to the making of this volume.

Dr P. Arthanareeswaran who has edited this work with assiduous care, Thiru K. Selladurai who has commendably typed and formatted it and M/S Pavai Printers Private Limited who have done an excellent job of printing it also deserve to be acknowledged with no less a measure of appreciation.

Prof. Dr T.K. Kalyanasundaram

1

பருவங்களும் வளர்ச்சியும்

மரு T.K. கல்யாணசுந்தரம்

குழந்தை பருவங்களும், வளர்ச்சியுமே ஒவ்வொரு தனி மனிதனின் முக்கிய அம்சமாகும். குழந்தைப் பருவத்தில் நல்ல வளர்ச்சி, ஆரோக்கியமான உணவு, கல்வி, இருப்பிடம், தெய்வ வழிபாடு, தாய் தந்தையர் அரவணைப்பு போன்றவை கிடைத்தால் தான் அது பிற்காலத்தில் மனிதனின் உடல் நலம், மன நலம், அறிவாற்றல், வாழ்க்கைத்தரம் போன்றவற்றை நல்வழியில் கிடைக்கச் செய்யும். வளர்ச்சி என்பது உடலின் செல்கள் பெருகி வேறுபட்டு, பெரிதாகி உடலும் உறுப்புகளும் பெரிதாக வளர்வதைக் குறிக்கும். இந்த வளர்ச்சி கருத்தரித்த காலத்தில் இருந்து தொடங்குகிறது. முன்னேற்றம் என்பது செயல் திறமையைக் குறிக்கும். மேலும் அறிவு, மனவளர்ச்சி, பேசும்திறன், கற்கும் திறன், மற்றவர்களிடம் தனித்திறனைக் காட்டல் ஆகிய முன்னேற்றங்களைக் குறிக்கும். மரபியல், உணவு, நோய்கள், சுற்றுச்சூழல், கருப்பை சுற்றிய நாளமில்லாச் சுரப்பிகள், உணர்ச்சி மாற்றங்கள் போன்ற காரணங்களால் முன்னேற்றம், வளர்ச்சி பாதிக்கப்படும். குழந்தைப் பருவத்தில் கொடுக்கப்படும் தன்னம்பிக்கை, மனஉறுதி, மனம் சார்ந்த பயிற்சிகள் மூலம் மனிதனாக வளர்ந்த பின் உண்டாகும் மனோவிகற்பங்களைத் தடுக்கலாம்.

வளர்ச்சிப் பருவங்கள்

குழந்தைகளின் வளர்ச்சிப் பருவங்கள் நம் இலக்கிய நூலான மீனாட்சியம்மை பிள்ளைத்தமிழ் நூலிலேயே சொல்லப்பட்டுள்ளன.

குழந்தைகளின் ஆறுமாத கால வளர்ச்சி ஒரு பருவமாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. இவ்வாறு 10 பருவங்கள் கூறப்பட்டுள்ளன. ஒவ்வொரு பருவத்திலும் குழந்தையின் உடல் வளர்ச்சி, மனவளர்ச்சி, செயல்பாடுகள் ஆகியன கூறப்பட்டுள்ளது. இது ஆண்பால் பிள்ளைத்தமிழ், பெண்பால் பிள்ளைத்தமிழ் என இருவகைப்படும். இதில் ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் பொதுவானவை முதல் ஏழு பருவங்கள். இறுதியாக உள்ள 3 பருவங்கள் வித்தியாசப்படுகின்றன.

மீனாட்சியம்மை பிள்ளைத்தமிழ் நூலில் குழந்தைப் பருவங்கள் பின்வருமாறு கூறப்பட்டுள்ளன.

1. காப்புப் பருவம்
2. செங்கீரைப்பருவம்
3. தாலாட்டுப் பருவம்
4. சப்பாணிப் பருவம்
5. முத்தப்பருவம்
6. வருகைப்பருவம்
7. அம்புலிப்பருவம்
8. அம்மானைப்பருவம்
9. நீராடல் பருவம்
10. ஊஞ்சல் பருவம்

இதில் இறுதி மூன்று பருவங்கள் பெண்பால் பருவங்கள் ஆகும். ஆண் குழந்தைகளுக்கு, பொதுவான ஏழு பருவங்களுடன்,

1. சிற்றில் பருவம்
2. சிறுபறை பருவம்
3. சிறுதேர் பருவம்

ஆகியன இறுதியான மூன்று பருவங்கள் ஆகும்.

இதே போல் முத்துக் குமாரசாமி பிள்ளைத்தமிழ் என்ற இலக்கிய நூலிலும் பெண் குழந்தைகளுக்கு,

1–7 வருடம் வரை – பேதைப்பருவம் (அறியாத பருவம்)

8–11 வருடம் வரை – பெதும்பைப் பருவம் (தெரிந்தும் தெரியாமலும்)

12–13 வருடம் வரை – மங்கைப் பருவம் (பூப்புப்பருவம்)

என்றும்,

ஆண்குழந்தைகளுக்கு,

1–5 வருடம் – பிள்ளைப்பருவம்

6–11 வருடம் – சிறு பருவம்

12–19 வருடம் – வாலிபப்பருவம்

என்றும் வகைபாடு செய்யப்பட்டுள்ளது. நவீன மருத்துவ நூல்களிலும்,

1.	பச்சிளம் சிசு	– 0 – 30 நாள்கள்
2.	குழவிப்பருவம்	– 1 வருடம் வரை
3.	விளையாட்டுக் குழந்தை	– 1 – 3 வயது
4.	முன்பள்ளிப் பருவம்	– 3 – 5 வயது
5.	பள்ளிப்பருவம்	– 5 – 13 வயது
6.	பின்பள்ளிப்பருவம்	– 13 – 16 வயது
7.	காளைப்பருவம்	– 16 – 20 வயது

என்றும் வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது.

வளர்ச்சி என்பது கருத்தரித்த உடனேயே ஆரம்பிக்கின்றது. கண்ணுக்குத் தெரியாத செல்களாக இருக்கும் இந்த உயர் அணு முழு வளர்ச்சியடைந்த குழந்தையாகப் பிறக்கிறது. மனிதனின் வாழ்க்கையில் இதுவே மிக வேகமான வளர்ச்சிப் பருவம் ஆகும். இவ்வாறு உடல் உறுப்புகள் ஒரு குறிப்பிட்ட வயதில் குறிப்பிட்ட உறுப்புகள் வேகமாக வளர்ச்சியடைகின்றன. (உ.ம்) பருவமடையும் வயதில் இனப் பெருக்க உறுப்புகள் மிக வேகமாக வளர்ச்சியடைகின்றன. நிணநீர்த்திசு மண்டல வளர்ச்சி குழந்தைப் பருவத்தில் வேமாக வளர்ச்சி பெற்று, இந்த செல்கள் பூப்பு எய்திய பின்பு சுருங்கத் தொடங்கிவிடும். நரம்பு மண்டல வளர்ச்சி முதல் வருடத்தில் வேகமாக வளர்கிறது. நான்கு வயதிற்குள் மொத்த வளர்ச்சியின் 80% நிறைவுபெற்றுவிடும். முழு வளர்ச்சியும், தலைச் சுற்றளவும் ஒரே சீராக அமையும். எலும்புகள் 18–21 வயது வரை வளர்ச்சி யடையும். கண்கள் வளர்ச்சி முழுமையாக பத்தாவது வயதில் அடையும். தலை நிமிர்ந்து நிற்கும் நிலையில் ஒலி கேட்கும் திசை நோக்கித் திரும்பும். குழந்தையின் ஆறாவது மாதத்தில் பல் முளைக்கத் தொடங்கும். பால் பற்கள் அனைத்தும் 3 வருடத்தில் முளைத்து விடும். நிரந்தரப் பற்கள் 6 வயதில் முளைக்கத் தொடங்குகின்றன.

காப்புப் பருவம்

இது குழந்தை பிறந்ததில் இருந்து முதல் 6 மாத காலம் வரை உள்ள பருவமாகும். இக்காலத்தில் குழந்தைகளுக்குப் பல விதமான நோய்கள் எளிதில் ஏற்பட வாய்ப்பு உள்ளதால் (நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி காரணமாக) குழந்தையை இப்பருவத்தில் காப்பாற்றித் தரும்படிக் கடவுளை வேண்டி வருவதால் இப்பருவம் காப்புப் பருவம் எனப் பெயர் பெற்றது. பிறக்கும் இந்தியக் குழந்தைகளின் இயல்பான எடை 2.75 கிலோ முதல் 3 கிலோ வரை ஆகும். 50 செ.மீ. உயரம் உள்ளதாக இருக்கும். தலைச் சுற்றளவு 35 செ.மீ. அளவு இருக்கும். பிறந்த 10 நாள்களுக்குப் பின் குழந்தையின் எடை 10% குறைவுபடும்.

பின்பு குழந்தையின் எடை நாள் ஒன்றுக்கு 25–30 கிராம் வரை மூன்று மாதங்கள் வரை அதிகரிக்க ஆரம்பிக்கின்றது. பச்சிளம் குழந்தையின் செயல்பாடுகள் பெரிதும் உணவின் தேவைகள் ஒட்டிக் காணப்படும். பசிக்கும் பொழுது அழுவதும், அச்சமயம் முலைக் காம்பை நோக்கி தலையைத் திருப்புவதும் வாயை அதன்பால் கொண்டு செல்வதும் மற்றும் சப்பவும் விழுங்கவும் செய்கிறது (Sucking / swallowing reflex). பிறந்த 24 மணி நேரத்திற்குள் காட்டு மலம் கழியப்படும். ஒரு நாளைக்கு 3 முதல் 5 தடவைகள் வரை மலம் கழிக்கும். முதல் 1 வாரத்திற்குப் பின்பு குழந்தையின் தண்ணீர்த் தேவை 120 மி.லி. முதல் 150 மி.லி./ 1 லிட்டர் ஆகும். பச்சைக்குழந்தையின் சிறுநீரகச் செயல் திறன் எடுத்த எடுப்பிலேயே முழுமையாக அமைவதில்லை. மேலும் குழந்தையின் புருவ மத்தியில் தொடும் பொழுது கண்களை மூடிக் கொள்ளல் (Glabellar Reflex), ஏதேனும் பொருள்களைக் கொடுத்தால் கைகளில் பற்றிக் கொள்ளல் ஆகியன (Grasp reflex) நிகழும். ஒன்றரை மாதத்தில் குழந்தை தாயின் முகம் பார்த்து சிரிக்க ஆரம்பிக்கும் (Social Smile). இப்பருவத்தில் தாய்ப்பால் மட்டுமே தரப்பட வேண்டும். 12 வாரங்களில் உடன் பழகும் நபர்களை இனம் கண்டு சொல்லும் பொழுது ஒலிச் சொற்களை மகிழ்ச்சியுடன் வெளிப்படுத்தும்.

செங்கீரைப் பருவம்

இது 6 மாதம் முதல் 12 மாதங்கள் வரை உள்ள பருவமாகும். குழந்தை ஒரு காலை மடக்கி, ஒரு காலை நீட்டி, இருகைகளையும் நிலத்தில் ஊன்றி தலை நிமிர்ந்து முகம் அசைத்துப் பார்ப்பதால் இது செங்கீரைப்பருவம் என்று அழைக்கப்படுகிறது. ஏழாவது மாதத்தில் குழந்தை குப்புறப் படுத்த நிலையில்

அருகிலுள்ள பொருளை நாடி உடலைத் திருப்பும். 9, 10–ஆவது மாதங்களில் குழந்தை நகரவும், தவழவும் செய்கிறது. 9 மாதக் குழந்தை சில அடிகள் எடுத்து நடக்க முயற்சி செய்கிறது. 8 – 9 மாதங்களில் தன் பெயர் சொல்லப்படுவதைக் கவனிக்க, இந்தச் சமயத்தில் தாயின் பிரிவு குழந்தைக்கு கவலை தரும். இந்தப் பருவத்தில் குழந்தை மற்றவர்கள் செய்வதைப் போல் (Mimicry) தானும் செய்யும்.

இப்பருவத்தில் குழந்தைக்கு திட உணவுகள் கொடுக்க ஆரம்பிக்கலாம். உணவில் மாவுச் சத்து, புரதச்சத்து, கீரை, காய்கறிகள், நெய் ஆகியவற்றைச் சேர்த்து வழங்கலாம். 1 வருடத்தில் பெரியவர்கள் உண்ணும் உணவில் பெரும்பகுதியை குழந்தைகளுக்கும் வழங்கலாம். புரத வகைகள், போதுமான அளவு வழங்க வேண்டும். இப்பருவத்தில் குழந்தையின் எடை ஒரு மாதத்தில் 400 கிராம் வரை அதிகரிக்க வேண்டும். இவ்வாறு இருப்பின் குழந்தைகளுக்கு எந்தவித ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடுகளும் வருவது இல்லை. தாய்ப்பால் தேவைப்படின் 1 வருடம் வரை வழங்கலாம். மேலும் குழந்தைகளுக்கு பால் பொருள்கள் ஒவ்வாமை (Lactose intolerance) ஏற்படின் சோயா சார்ந்த பால் உணவுகளை வழங்கலாம். சிறிய அளவில் மாமிச உணவுகளையும் உணவில் சேர்த்து வழங்கலாம். 12 –ஆம் மாதத்தில் குழந்தை பிறர் உதவியின்றி நடக்க ஆரம்பிக்கும். 1 வயதுக்குள் குழந்தையின் எடை பிறந்த எடையைப் போல் 3 மடங்கு இருக்க வேண்டும்.

தாலாட்டுப் பருவம்

இது அம்மாவின் தாலாட்டுப் பாடலை குழந்தை ரசிக்கும் பருவம். எனவே இது தாலாட்டுப் பருவம் என்று அழைக்கப்படுகிறது. இப்பருவத்தில் குழந்தை சில வார்த்தைகளைப் பேசக் கற்றுக் கொள்கிறது (உ.ம்) (அம்மா, அப்பா, மாமா). இது 1 முதல் 1½ வயது வரை உள்ள பருவமாகும். இப்பருவத்தில் குழந்தை தனியாக நடக்க ஆரம்பிக்கின்றது. இப்பருவத்தில் குழந்தை இயல்பாக அனைத்து வகையான உணவுகளையும் உண்ண ஆரம்பிக்கின்றது. இப்பருவத்தில் குழந்தை பின் நோக்கி நடக்கவும், பக்கங்களில் நடக்கவும், உறுதியாக நிற்கவும் கற்றுக் கொள்கிறது. இப்பருவத்தில் கையில் ஏதேனும் ஒரு எழுது கோல் எடுக்க ஆரம்பிக்கிறது.

சப்பாணிப் பருவம்

இது 1½ முதல் 2½ வயது வரை உள்ள பருவமாகும். இப்பருவத்தில் பொருள்களைச் சரியாக உபயோகிக்கத் தெரியும். விளையாட்டுப் பொருள்களை அடுக்கி வைக்கப் பழகும். படிக்கட்டில் பிறர் உதவியுடன் ஏறும். தனது உணவை எடுத்து தானே உண்ணும். தனது உடைகளைத் தானே மாற்றிக் கொள்ளும். இப்பருவத்தில் குழந்தையின் எடை பிறந்த எடையைப்போல் 4 மடங்கு அதிகமாக இருக்கும். இப்பருவத்தில் குழந்தை இயல்பாக அனைத்து வகையான உணவுகளையும் விரும்பி உண்ண ஆரம்பிக்கிறது. உயரம் 90 செ.மீ. வரை இருக்கும். தலைச்சுற்றளவு 48 செ.மீ. வரை இருக்கும். இப்பருவத்தில் கோரைப்பல், முன் கடைவாய்ப்பல் ஆகியன முளைக்க ஆரம்பிக்கும். இப்பருவத்தில் முறையாக சிறுநீர், மலம் கழிக்கும் பழக்கத்தைக் கற்றுத்தர வேண்டும் (Proper Toilet Training).

முத்தப்பருவம் மற்றும் வருகைப்பருவம்

இது 2 முதல் 3 வயது வரை உள்ள பருவமாகும். இப்பருவத்தில் குழந்தை தன் தேவைகளைத் தானே செய்து கொள்ள ஆரம்பிக்கும். நன்கு ஓடி, ஆடி விளையாடும். தனக்கு வேண்டிய பொருள்களைக் கேட்டுப் பெற்றுக் கொள்ளும். சில வார்த்தைகள் சேர்த்து தொடர்ச்சியாகப் பேசக் கற்றுக் கொள்ளும். மூன்று சக்கர வண்டியை (Cycle) ஓட்ட கற்றுக் கொள்ளும். எளிதில் மாடிப்படிகளில் பிறர் உதவியின்றி ஏறி இறங்கும். குழந்தையின் எடை பிறந்த எடையைப் போல 5 மடங்கு அதிகரிக்கும்.

அம்புலிப் பருவம் மற்றும் அம்மானைப் பருவம்

நிலவைக் காட்டி அம்மா குழந்தைக்கு சோறு ஊட்டும் பருவமாகும். படிக்கட்டுகளில் தவறி விழாது நன்றாக ஏறி இறங்கும். கடைவாய்ப் பற்கள் முளைக்க ஆரம்பிக்கும். இது பள்ளிக்குச் செல்லும் வயது ஆகும். இப்பருவத்தில் குழந்தைகள் வளர்ச்சி அதிகரிக்கிறது. இப்பருவத்தில் குழந்தை தெளிவாக, பிழையின்றி வாக்கியமாக அமைத்துப் பேச ஆரம்பிக்கும், எழுத ஆரம்பிக்கும். பெண் குழந்தைகள் அம்மானை விளையாட்டு பழகும் பருவம் இது. இந்த விளையாட்டு குழந்தையின் கவனத்தை ஒருமுகப்படுத்தும்.

நீராடல் பருவம்

குழந்தையை ஆற்றில் நீராட அழைத்துச் செல்லும் பருவம். இது 5 முதல் 7 வயது வரை உள்ள பருவமாகும். பள்ளி செல்லும் பருவம். படங்கள், கலர்கள் வரைதலில் ஆர்வம் இருக்கும். இரவுக்கும் பகலுக்கும் உள்ள வேறுபாடுகள் தெரியும். ஆண், பெண் வேறுபாடுகள் தெரியும்.

ஊஞ்சல் பருவம்

7 முதல் 9 வயது வரை உள்ள பருவமாகும். இது குழந்தையை ஊஞ்சலில் ஏற்றி ஆடச் செய்யும் பருவமாகும்.

சிற்றில் பருவம்

மணல் வீடு கட்டி விளையாடும் பெண் குழந்தைகளின் வீடுகளை ஆண் குழந்தைகள் காலால் மிதித்து விளையாடும் பருவம் ஆகும். இது 4 முதல் 5 வயது வரை உள்ள பருவமாகும்.

சிறுபறை பருவம்

இது ஆண் குழந்தைகள் சிறிய பறையைக் கொட்டி முழங்கச் செய்யும் பருவம் ஆகும்.

சிறுதேர் பருவம்

இது ஆண் குழந்தை சிறிய வடிவில் தேர் செய்து அதனை உருட்டி விளையாடும் பருவம்.

இது தவிர முத்துக் குமாரசாமிப் பிள்ளைத்தமிழில் பெண் குழந்தைகளுக்கு 1 முதல் 7 வயது வரை பேதைப் பருவம் (அறியாத பருவம்) என்றும், 8 முதல் 11 வயது வரை பெதும்பைப் பருவம் (தெரிந்தும், தெரியாதும்) என்றும் 12 முதல் 13 வயது வரை மங்கைப் பருவம் (பூப்புப் பருவம்) என்றும் கூறப்பட்டுள்ளது.

மேற்கண்டவாறு வயதிற்கேற்ப வளர்ச்சிப் படிகள் இருந்தால் மட்டுமே உடல் வளர்ச்சி, மன வளர்ச்சி ஆகியன இயல்பாக இருக்கும். இவற்றுள் ஏதேனும் பாதிப்புடன் இருந்தால் குழந்தையின் வளர்ச்சியும், முன்னேற்றமும் பாதிக்கப்படும். குழந்தையின் வளர்ச்சியும், முன்னேற்றத்தையும் தடுக்கும் காரணங்களைக் கண்டறிந்து அதற்குத் தக்க பரிகாரம் செய்தல் வேண்டும்.

குழந்தையின் வளர்ச்சியைப் பாதிக்கும் காரணங்கள்

1. கருவுற்ற தாய்க்கு ஏற்படும் நோய்கள்

- அம்மை நோய்
- சுரம்
- இடுப்பு நோய்
- வெள்ளை
- வெட்டை நோய்
- மதுமேகம்
- உயர்குருதி அழுத்தம்
- சூல்வலி முற்குறி
- சூல் வலிப்பு
- தொற்று நோய்கள்
- காமாலை
- பாண்டு

2. கருவுற்ற காலத்தில் போதுமான ஊட்டச்சத்து கிடைக்காதநிலையும் மகவின் மரபணுவில் ஏற்படும் மாற்றங்களும் (Genetic disorder)

- கருவுற்றதாய் கதிர்வீச்சுக்கு உள்ளாதல்
- குரோமோசோம் மாறுபாடுகள்
- தாய் மற்றும் மகவுக்கு உண்டாகும் ஹார்மோன் குறைபாடுகள்
- கருவுற்ற காலத்தில் தாய் உட்கொள்ளும் மருந்துகள்.

எனவே குழந்தையின் வயதிற்கேற்ப உடல்வளர்ச்சி, மன வளர்ச்சி முன்னேற்றத்தை அறிந்து அவற்றின் அடிப்படையில் அவர்களைப் பராமரிப்பது மிக அவசியம். இன்றைய குழந்தைகளே எதிர்கால நாட்டின் தூண்கள். எனவே அவர்களைச் சரியானபடி முன்னேற்றப் பாதையில் கொண்டு செல்வது பெற்றோர், ஆசிரியர் மற்றும் சுற்றத்தாரின் தலையாய கடமையாகும்.

2

பிறவி நோய்கள்

மரு. S. காந்திமதி

உலகில் அமையும் பிறப்புகளில் மிக உன்னதமான படைப்பு மானிடப்பிறப்பே ஆகும். இதனாலேயே ஔவையார்,

"அரிது அரிது மானிடராய்ப் பிறத்தல் அரிது – அதிலும்
கூன் குருடு செவிடு ஊமையின்றிப் பிறத்தல் அரிது"

என்று பாடியுள்ளார். சில குழந்தைகள் பிறக்கும் போதே தீராத நோயுடன் (Congenital disorders) பிறக்கின்றன. இந் நோய், குழந்தை தாயின் வயிற்றில் கருவாக உருவாகும் போதே (Intra Uterine period) தோன்றுகிறது. கருவில் நோயுடன் உருவாகும் மகவு பிறக்கும் போது அந்நோயுடனேயே பிறக்கின்றது. எனவே இந்நோய்கள் பிறவிநோய்கள் என்றும் பிறவிக் குறைபாடுகள் (Congenital anamalies) என்றும் அழைக்கப்படுகின்றன.

இவ்வாறு பிறவிக் குறைபாடுகளுடன் உருவாகும் குழந்தைகளில் 60 சதவீதம் தாயின் வயிற்றில் கருவிலேயே அழிந்து விடுகின்றன (Abortion). 30 சதவீதக் குழந்தைகள் தாயின் வயிற்றிலேயே இறந்து பிறக்கின்றன. மீதம் உள்ள 10 சதவீதக் குழந்தைகள் மட்டுமே பிறவிக் குறைபாடுகளுடன் பிறக்கின்றன. இதில் பல குழந்தைகள் பிறந்தவுடன் அல்லது சிறிது காலத்திற்குள் இறந்து விடுகின்றன. சில குழந்தைகளுக்கு இப்பிறவிக் குறைபாடுகள் வாழ்நாள் முழுதும் தொடர்கின்றன. இவ்வாறு பிறக்கும் குழந்தைகள் பெரும்பாலும் குடும்பத்தாலும் சமூகத்தாலும்

ஒதுக்கப்படுகின்றனர்; ஆதரவற்றநிலையில் தனியே விடப்படுகின்றனர். இவர்களை ஆதரிப்பதற்கு அரசு பல்வேறு தொண்டு நிறுவனங்களை (Rehabilitation Centre) நிறுவி அவர்களுக்குத் தேவையான உணவு, உடை, கல்வி, வேலைவாய்ப்பு போன்றவற்றை ஏற்படுத்திக் கொடுக்கிறது. சமூகத்தால் அவர்கள் ஏற்கப்படுவதற்குத் தேவையான அனைத்து வசதிகளையும் அரசே செய்து கொடுக்கிறது.

தீர்க்கமுடியாத நோய்களாக விளங்கும் பிறவி நோய்களை வரும்முன் காத்தலே சிறந்தது. எனவே பெண்கள் தாய்மை அடையும் முன் அல்லது தாய்மை அடைந்தபின் இதற்கான தற்காப்பு முறைகளை மேற்கொண்டால் இத்தகைய நோய்களைப் பெருமளவுக்குத் தவிர்க்கலாம்.

நோய் தோன்றும் விதம்

குழந்தை கருவில் உருவாகும் போது தாய், தந்தையரிடமிருந்து மரபு அணுக்கள் மூலமாக (Gene) அவர்களின் உடல் அமைப்புகள், குணங்கள் ஆகியன குழந்தைகளுக்குச் சேர்ப்பிக்கப்படுகின்றன. ஒவ்வொரு மனித உடலிலும் மொத்தம் 46 இணை குரோமோசோம்கள் உள்ளன. இந்த குரோமோசோம்களில் மரபுப்பண்புகளை எடுத்துச் செல்லும் ஜீன்கள் அமைந்துள்ளன. இதில் 22 இணை குரோமோசோம்கள் உடல் குரோமோசோம்கள் (Somatic Chromosomes) என்றும் மற்றும் உள்ள இரு குரோமோசோம்கள் (ஓர் இணை) இனப்பெருக்க குரோமோசோம்கள் (Sex Chromosomes) எனவும் அழைக்கப்படுகின்றன. இதில் உடல் குரோமோசோம்கள், உடல் அமைப்பு மற்றும் அதன் செயல்களையும், இனப்பெருக்க அறுதியீடு குரோமோசோம்கள், பால் அறுதியீடு மற்றும் இனப்பெருக்க உறுப்புகளின் வளர்ச்சியையும் கட்டுப்படுத்துகின்றன. இதில் பெண்பாலை அறுதியிடும் (female) குரோமோசோம்கள் X எனவும், ஆண்பாலை (male) அறுதியிடும் குரோமோசோம்கள் Y எனவும் அழைக்கப்படுகின்றன. கருவுறும் போது (Fertilization) தாயிடமிருந்து வரும் 23 குரோமோசோம்களும், தந்தையிடம் இருந்து வரும் 23 குரோமோசோம்களும் இணைந்து 46 குரோமோசோம்களாகப் பெற்று குழந்தை உருவாகிறது. இவ்வாறு கருஉருவாகும் நிலையில், தாய் தந்தையரிடம் இருந்து வரும் குரோமோசோம்களில் ஏதேனும் மாற்றம் இருப்பின் அதன் காரணமாகப் பிறவிக் குறைபாடுகள் உண்டாகின்றன. தாய் தந்தையரிடம் இருந்து வரும் குரோமோசோம்களில் வெவ்வேறு மாறுபட்ட அமைப்புள்ள ஜீன்கள் (Defected

Gene) ஒன்றாக இணைந்து பிறவி நோய்களை உண்டாக்கினால் அது, ஓங்கு ஜீன்களைத் தொடர்ந்த மரபுக் குறைபாட்டு நோய்கள் (Autosomal Dominant Diseases) என்றும், ஒரே மாதிரியான வேறுபட்ட அமைப்புள்ள தாய் தந்தையரின் ஜீன்கள் இணைந்து பிறவி நோய்களை உண்டாக்கினால் அது ஒடுங்கு ஜீன்களைத் தொடர்ந்து வந்த மரபுக் குறைபாட்டு நோய்கள் (Autosomal Recessive Diseases) என்றும் குறிப்பிடப் பெறுவனவாகும்.

வகைப்பாடு

பிறவி நோய்க் குறைபாடுகள்,

உடல் உறுப்பு மாறுதல்கள் (Structural Changes)

நடத்தை மாறுபடுதல் (Behavioral Changes)

உடல் செயல்பாடுகள் மாறுபடுதல் (Functional Changes)

வளர் சிதை மாற்ற மாறுபாடுகள் (Metabolic Changes)

எனப் பல்வேறு வகைகளில் காணப்படுகின்றன. இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றோ, இரண்டுக்கு மேற்பட்ட மாறுபாடுகள் இணைந்தோ காணப்படலாம்.

நோய்க்காரணங்கள் (Aetiology)

கருவுற்றதனையடுத்து, கருவின் உறுப்புகள் மூன்றாம் வாரம் முதல் எட்டாம் வாரம் வரை உருப்பெறுகின்றன (Organogenesis). இக் காலத்தில் (3rd to 8th week of Gestation) கருவுற்றதாய், தனக்கு ஒவ்வாத மாத்திரைகள், உணவுப் பழக்கவழக்கங்கள், தொற்றுநோய், கதிர்இயக்கம் போன்றவற்றால் பாதிக்கப்பட்டால் பெரும் அளவுக்குப் பிறவிக் குறைபாடுகள் (Congenital defect) ஏற்படுகின்றன. முதல் மூன்று மாத காலத்திற்குள் கர்ப்பிணி மேற்கூறிய காரணங்களால் பாதிக்கப்பட்டு இருப்பின், அந்தக் கரு பெரும்பாலும் தாயின் வயிற்றிலேயே இறந்துவிடுகிறது (Abortion) அல்லது இறந்து பிறக்கிறது (Still birth).

கர்ப்பிணி கருவுற்ற 5–ஆம், 6–ஆம் மாதத்தில் பாதிக்கப்பட்டால் குழந்தை 50 சதவீத பிறவிக் குறைபாடுகளுடன் பிறக்கிறது. சில குழந்தைகள் பிறந்தவுடன் இறந்தும் விடுகின்றன. கர்ப்பிணி 7–ஆம், 8–ஆம் மாத காலத்தில் மேற்கூறிய காரணங்களால் பாதிக்கப்பட்டால் குழந்தை ஏதேனும் ஒரு சிறு பிறவிக் குறைபாட்டுடன் பிறக்கிறது. எனவே கர்ப்பிணி கர்ப்பமடைந்தபின் எந்த மாதத்தில் பாதிக்கப்படுகிறாள் என்பதன் அடிப்படையில் பிறவிக் குறைபாடுகள் உருவாகின்றன.

1. பரம்பரை
2. கர்ப்பிணிக்கு முதல் மூன்று மாதங்களில் சுரம் காணல் (Hyperpyrexia)
3. கர்ப்பகாலத் தொற்று நோய்கள் (TORCHS)
   - i) ஜெர்மன் அம்மை (Rubella)
   - ii) டாக்சோபிளாஸ்மோசிஸ் (Toxoplasmosis)
   - iii) சிற்றம்மை (அல்லது) தட்டம்மை (Chicken pox)
   - iv) அக்கி (Herpes simplex)
   - v) மேகநோய் (Syphilis)
   - vi) பிற தொற்று நோய்கள் (Other infective diseases)
     - வெள்ளை (Gonorrhoea)
     - வெட்டைநோய் (AIDS)
     - பால்வினை நோய்கள் (STD)
4. கர்ப்பிணியின் வயிற்றில் அடிபடுதல் (Trauma)
5. கர்ப்பகாலத்தில் X-Ray போன்ற கதிரியக்க சோதனைக்கு (Radiation) உட்படுதல்
6. கர்ப்ப காலத்தில் கருவைப் பாதிக்கும் மருந்துகளை உட்கொள்ளல்
7. கர்ப்பிணி புகைபிடித்தல் (Smoking)
8. கர்ப்பிணி மது அருந்துதல் (Drinking)
9. கர்ப்பிணி போதைப் பொருள்களைப் பயன்படுத்தல் (Drug Addiction)
10. கர்ப்பகால நீரிழிவு (மது மேகம்) (Gestational Diabetes)
11. சூல்வலிப்பு (Eclampsia)
12. கர்ப்பகால உயர் குருதி அழுத்தம் (Pregnancy induced Hypertension)
13. கர்ப்பிணி வசிக்கும் இடங்களில் கதிரியக்கம் (Radiation) போன்றவற்றால் சுற்றுப்புறச் சூழல் கேடடைந்து இருப்பதன் காரணமாகப் பிறக்கின்ற குழந்தைகள் பிறவிக் குறைபாடுகளுடன் பிறக்கின்றன.

ஜப்பானில் அணுகுண்டு வீசப்பட்ட ஹிரோசிமா, நாகசாகி ஆகிய இடங்களில் அணுகுண்டு வீச்சினால் பல தலைமுறைகளாகக் குழந்தைகள் உடல் ஊனத்துடன் பிறந்தன.

14. கர்ப்பகாலத்தில் ஹார்மோன் மாத்திரைகளை அதிக அளவில் உட்கொள்ளல்.

பிறவிக் குறைபாடுகளின் வகைகள் (Types)

1. உறுப்புகளின் அமைப்பு மாறுபாடுகள் (Malformation)

ஆசனவாய் பகுதி சரிவர உருவாகாமை (Imperforated anus), அப்பகுதி அடைபட்டிருத்தல், ஒரு சிறுநீரகம் மட்டும் அமைந்திருத்தல் (Congenital absence of one Kidney) போன்று உடல் உறுப்புகள் முழுமையாக அமையாத நிலை அல்லது உறுப்புகளின் அமைப்பு மாறிக்காணப்படுதல் அல்லது உறுப்புகளே இல்லாத நிலை காணப்படுதல்.

2. உறுப்புகளின் இடமாற்றம் (Disruption)

உடலில் உறுப்புகள் இயல்பான அமைவிடத்தில் அமையாது மாறிக் காணப்படுதல் உறுப்புகளின் இடமாற்றம் எனப்படும். எடுத்துக்காட்டாக, மகாதமணி (Aorta) இடப்பக்க வெண்டிரிகிளில் இருந்து தோன்றாமல் வலப் பகுதியில் இருந்து உருவாதல் (Overlyding of Aorta), கர்ப்பிணியின் வயிற்றுப் பகுதியில் நீண்டகாலம் ஏற்படும் அழுத்தம் காரணமாக மகவின் பாதம் வளைந்து காணப்படுதல் (Clubfoot)

3. உறுப்புகளின் அமைப்பு மாற்றங்கள் (Deformation)

இந்நிலையில் உறுப்புகளின் அமைப்புகள் இயல்பு நிலையில் இல்லாமல் மாறிக் காணப்படுதல். (எடுத்துக்காட்டு) மேல்தாடை பிளவுபட்டிருத்தல் (Cleft Lip), மேல் அண்ணம் பிளவுபட்டிருத்தல் (Cleft palate).

4. நோய்க்குறித் தொகுப்பு (Syndrome)

ஒரே காரணத்தால் உடலின் பல்வேறு உறுப்புகளில் மாற்றங்கள் காணப்படுதல் மற்றும் அவற்றின் செயல்பாடுகளில் மாற்றங் காணப்படுதல் இருப்பின் அது நோய்க்குறித் தொகுப்பு என்று அழைக்கப்படுகிறது.

(எ.கா) டௌன் சின்ரோம்

- மரபணு மாற்றம் காரணமாக உருவாகும் இந்நோயில் குழந்தையின் தலை, மூளையின் செயல் மாறுபாடு, மூளை வளர்ச்சிக் குறைவு.
- கை விரல்களில் மாறுபாடு
- கண்களில் மாறுபாடு
- வாயில் நீர் ஒழுகல்
- கவனச் சிதறல்
- இசையில் நாட்டம்

போன்ற நோய்க் குறிகுணங்கள் உண்டாகின்றன.

கர்ப்பிணியின் நோய்க்கு ஏற்ப உண்டாகும் பிறவிக் குறைபாடுகள்

நோய்		பிறவிக் குறைபாடுகள்
1. அக்கி	–	கைகால்கள் சரிவரத் தோன்றாமை, மூளைவளர்ச்சிக் குறைவு, தசை சூம்பல்
2. சுரம்	–	குழந்தைக்கு மூளையில்லாத நிலை (Anancephaly), தலை சிறியதாகக் காணப்படுதல்
3. தட்டம்மை	–	கண்கள் சிறுத்துக்காணப்படுதல், மூளைவளர்ச்சிக் குறைவு, கல்லீரல் வீக்கம்
4. மேகநோய்	–	மூளைவளர்ச்சிக் குறைவு, கல்லீரலில் நார்த்தசைக் கட்டிகள், நுரையீரலில் கட்டிகள்
5. ஜெர்மன் அம்மை	–	கண்புரை, கண்கள் சிறுத்துக் காணப்படுதல், பார்வையின்மை, காதுகேளாமை, இதயத்தில் துளைகள் காணப்படுதல் (ASD, VSD, PDA), உடல் வளர்ச்சிக் குறைவு

6. கதிரியக்கம் (X-ray)	–	தண்டுவடம் வெளிப்பிதுங்கிக் காணப்படுதல் (Spina bifida), பார்வையின்மை, மூளை வளர்ச்சிக் குறைவு, தலை சிறுத்துக் காணப்படுதல், கை, கால்கள் சிறிதாகத் தோன்றல்.
7. புகைபிடித்தல்	–	குறைப்பிரசவம் (Preterm), எடைகுறைந்த குழந்தை, வளர்ச்சி மாறுபாடுகள்
8. மதுஅருந்துதல்	–	மேல்தாடை சிறுத்துக்காணப்படுதல், மூளைவளர்ச்சிக் குறைவு, இதயத்தில் துளை அமைதல் (VSD), தலை சிறுத்துக்காணல்.
9. டாக்சோப்ளாஸ்மோசிஸ்	–	உடல் வளர்ச்சிக் குறைவு, தலையில் நீர்கோத்துக் காணப்படுதல், மூளைவளர்ச்சிக் குறைவு, கண்கள் சிறுத்துக்காணப்படுதல், கல்லீரல், மண்ணீரல் வீக்கம்
10. கர்ப்பகால நீரிழிவு (மதுமேகம்)	–	குழந்தைக்கும் நீரிழிவுநோய் தோன்றல், இதயத்தில் குருதிக்குழாய் மாறிக்காணப்படுதல், உடல் எடை அதிகரிப்பு, நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி குறைந்திருத்தல், நரம்பு தொடர்பான நோய்கள் தோன்றல்.
11. கர்ப்பகால உயர் குருதி அழுத்தம்	–	குறைமகப்பேறு, முதிராத குழந்தை, மூளை வளர்ச்சிக் குறைவு, பாலவாதம், தசை வலிவிழந்து காணப்படுதல்
12. சூல் வலிப்பு	–	மகவு இறந்து பிறத்தல் (Still birth), மகவின் மூளையில் குருதிப்போக்கு (cerebral haemorrhage), மூளை வளர்ச்சிக் குறைவு, மன வளர்ச்சி மாற்றங்கள் (Abnormal behavior)

கருவில் தோன்றும் பொதுவான நோய்கள்

1. மனவளர்ச்சி இல்லாத நிலை (Down's Syndrome)
2. குருதி உறையா நோய் (Haemophilia)
3. கை, கால்கள் குட்டையாகக் காணப்படுதல் (Achondroplasia)
4. தலையில் நீர்கோத்துக் காணப்படுதல் (Hydrocephalous)
5. நீரிழிவு நோயுடன் பிறத்தல் (Juvenile diabetes)
6. பாலவாதம் (Cerebral palsy)
7. மூளைவளர்ச்சிக் குறைவு (Mental retardation)
8. பாண்டு நோய் (Thalasemia, sickle cell anaemia)
9. இரத்தப்புற்று நோய் (Leukemia)
10. என்சைம் குறைபாடு (G6PD) deficiency
11. பால் ஒவ்வாமை (Lactose Intolerance)
12. மேல்அண்ணம் பிளவுபட்டு இருத்தல் (cleft palate)
13. மேல் உதடு பிளந்து இருத்தல் (cleft Lip)
14. சிறுநீரகம் அமைந்திராதநிலை (Congenital absence of kidney)
15. ஆட்டிசம் (Autism)
16. முன்சிறுகுடல் அடைப்பு (Pyloric Stenosis)
17. கருப்பை இரண்டாகப் பிளவுபட்ட நிலை (Bicoranated Uterus)
18. ஆசனவாய் அடைப்பு (Imperforated anus)
19. தோலில் நிறமிகள் குறைபாடு (Albinism)
20. கை, கால்களில் இயல்புக்கு அதிகமாக விரல்கள் அமைந்திருத்தல் (Polydactyly)

மரபுக் குறைபாடுகளைத் தடுக்கும் தற்காப்பு முறைகள் (Prevention)

1. நெருங்கிய உறவினர்களுக்குள் திருமணம் புரிதல் கூடாது. (No consanguinity)
2. கர்ப்பகாலத்தில் மருந்துவரின் அனுமதி இல்லாமல் எந்தவிதமான மருந்துகளையும் உட்கொள்ளக்கூடாது.

3. கர்ப்பிணிப் பெண்கள் புகைபிடித்தல், மது அருந்துதல், போதைப் பொருள்களை உட்கொள்ளல் போன்றவற்றைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

4. கர்ப்பகாலத்தில் போதுமான ஊட்டச்சத்துள்ள உணவுமுறையினை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

5. கர்ப்பிணி போதிய தற்காப்பு முறைகளை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

6. கர்ப்பகாலத்தில் தொற்று நோய்கள் ஏற்படாமல் தவிர்த்தல் வேண்டும்.

7. கர்ப்பிணிகள் உண்ணும் உணவு, அருந்தும் நீர், சுற்றுப்புறச் சூழ்நிலை போன்றவற்றில் நல்வாழ்வு முறைகளைக் கடைபிடிக்க வேண்டும்.

8. கர்ப்பகாலத்தில் முறையான மருத்துவப் பரிசோதனைகளை மேற்கொள்ள வேண்டும். (Regular Medical Checkup)

9. கர்ப்பகாலத்தில் ஐந்து மாதங்களுக்கு மேல் ஒருமாத இடைவெளியில் டெட்டனஸ் தடுப்பு ஊசி (TT) போடப்பட வேண்டும்.

10. கர்ப்பகாலத்தில் உயர்குருதி அழுத்தம் (PIH), மதுமேகம் (GDM) போன்ற நோய்கள் இருப்பின் அதற்கு முறையான மருந்துகளை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

11. பெண்களுக்கு தொடர்ந்து கருச்சிதைவோ (Repeated abortion), குழந்தை இறந்து பிறந்தாலோ (Still Birth), மரபு குறைபாடுகள் உள்ள குழந்தைகள் இருந்தாலோ அடுத்த கருவுற்றலுக்குப்பின் தக்க மருத்துவரைச் சந்தித்துப் பிறக்கப்போகும் குழந்தைக்கு ஏதேனும் பிறவிக்குறைபாடுகள் உள்ளனவா என்பதைத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். இதற்குக் கீழ்க்கண்ட மருத்துவப் பரிசோதனைகளை மேற்கொள்ளலாம்.

1. **பனிக்குடநீர் பரிசோதனை** (Amniocentosis)

- இந்த சோதனை கர்ப்பிணிக்கு 12 வாரங்கள் முதல் 16 வாரங்களுக்குள் செய்யப்பட வேண்டும். பனிக்குடநீரினை ஊசிமூலம் வெளியில் எடுத்து எவ்வளவு உள்ளது என்பதை வைத்து மகவு ஏதேனும் பிறவிக் குறைபாடுகளுடன் உள்ளதா என்பதை அறியலாம்.

2. **மாயை திசுக்களின் ஆய்வு** (Chorionic Villus Sampling - CVS)

- மாயை என்று அழைக்கப்படும் நஞ்சுக் கொடியில் உள்ள திசுக்களை எடுத்து பரிசோதனை செய்வதன் மூலம் பிறவிக் குறைபாட்டு நோய்கள் உள்ளனவா என்பதை அறியலாம். இந்த பரிசோதனை கர்ப்பிணிக்கு 12 வாரங்களில் இருந்து 16 வாரங்களுக்குள் செய்யப் படுகிறது.

3. **ஸ்கேன் பரிசோதனை** (Ultrasonography)

இந்த டாப்ளர் ஸ்கேன் (Doppler Scan) பரிசோதனை கர்ப்பிணிக்கு 18 வாரங்களுக்கு பின் 20 வாரங்களுக்குள் செய்யப்படுகின்றது. இந்த சோதனையின் மூலம் மகவின் ஒவ்வோர் உள் உறுப்பும் நல்ல நிலையில் உள்ளதா என்பது அறியப்படுகிறது. ஏதேனும் பிறவிக் குறைபாடுகள் இருப்பின் இச்சோதனையின் மூலம் துல்லியமாகக் கண்டறியலாம்.

12. மேற்கண்ட சோதனைகள் மூலம் ஏதேனும் பிறவிக் குறைபாட்டு நோய்கள் இருப்பது தெரிந்தால் அந்தக் கருவை கருச்சிதைவு மூலம் (Medical termination of Pregnancy - MTP) அகற்ற வேண்டும்.

13. பரம்பரையாக ஏதேனும் பிறவிக் குறைபாட்டுக்குரிய நோய்கள் தொடர்ந்து இருப்பின் பெற்றோர்கள் கருஉருவாகும்முன் தக்க மருத்துவ ஆலோசனை (Genetic counseling) பெறவேண்டும்.

மேற்கோள் நூல்கள் : (Reference books)

1. சூல் மருத்துவம்
2. பாலவாகடம்
3. நவீன மருத்துவநூல் – O.P.GHAI
4. பிள்ளைப்பிணி மருத்துவம்

3

தோடம்

மரு M. மீனாட்சி சுந்தரம்

தொடுதல் என்று பொருள்படும் தோடமானது தோஷம், மாறுபாடு என்று வேறு பெயர்களினாலும் அழைக்கப்படுகிறது. தொடுதல் 3 விதமாக நடைபெறுகிறது.

கையால் தொடுதல்

கண்ணால் தொடுதல்

ஊறால் தொடுதல் (உடம்பில் ஊறுதல்)

நோயின் தன்மை

குழந்தைகளுக்குத் தூய்மை எவ்வளவு அவசியம் என்பதனைத் தோடம் நோய் உண்டாவதற்கான காரணங்களை ஆராய்ந்தால் நன்கு புலப்படும். அகப்புறத் தூய்மையற்றவர்கள் பார்த்தாலே குழந்தைகளுக்கு நோய் உண்டாகும். எனவே கண்ணால் நாம் பார்க்கும் பொழுது நல்ல நோக்கோடு பார்த்தால் நன்மையும், தீயநோக்கோடு பார்த்தால் நோயும் உண்டாகும்.

மேலும், கையால் தொடுதல், தீவினைகள், பறவைகளின் நிழல் படுதல், நோய் கொண்ட பறவைகளின் காற்று குழந்தைகளின் மேல் அதிகாலையிலோ, முன்மாலையிலோ படுவதினாலும் நோய் உண்டாகும். தூய்மையற்ற பெண்கள், (வீட்டு விலக்கானவள், கர்ப்பம் அழிந்தவள், கணவனோடு கூடினவள் போன்ற பலர்) குழந்தையைத் தொடுவதினாலும், பார்ப்பதினாலும் குழந்தைக்கு நோய் உண்டாகும்.

இவ்வாறு குழந்தைகளுக்கு இயல்பு மாறுபாட்டால் ஏற்படக்கூடிய நோயே தோடம் எனப்படும்.

நவீன மருத்துவத்தில் தொட்டால் தோடம் அல்லது நோய் ஏற்படுகிறது என்று சொல்லப்பட்டுள்ளது (Contagious diseases). எனவே தூய்மையற்ற சுற்றுப்புறம், தனி மனிதத் தூய்மையின்மை ஆகியவற்றால் குழந்தைகளுக்கு உண்டாகக் கூடிய தொற்று நோய்களே (Infectious diseases) 'தோடம்' என்ற தலைப்பில் விளக்கப்பட்டுள்ளது.

பருவம்

தோடமானது பொதுவாக மூன்று திங்கள் முதல் ஓராண்டு வரையிலான கால அளவில் குழந்தைகளுக்கு (from new born to infancy) உண்டாகக் கூடிய நோயாகும்.

நோய் உண்டாக்கும் காரணிகள்

பட்சி, பறவை, புள், எட்சி, எச்சில், பெண், ஆண், தேரை

மேற்கூறியதோடு மட்டுமல்லாமல் பறவைகளின் சப்தத்தாலும், சிசு அழுகையைக் கேட்டதாலும், பிறரின் பரிகாசத்தாலும், குழந்தையின் மீது விழுந்து முகர்வதாலும், ஒவ்வாத துர்வாடை கொண்டதாலும், பறவைகளின் நிழல் பட்டதாலும், தாய் தந்தையர் உடல் உறவு கொண்ட பிறகு குழந்தையை எடுத்து முகர்வதாலும், கர்ப்பம் கொண்ட பெண் குழந்தையை முகர்வதாலும், அவர் தம் நிழல் குழந்தையின் மீது விழுவதாலும், குறை பிரசவமான பெண்ணின் நிழல் படுவதாலும் குழந்தைக்கு தோடம் உண்டாகும்.

தோடத்தின் வகைகள்

வகையால் **8.** தொகையால் 25.

காரணிகளால் தோடமானது 8 வகைகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. அவற்றுள்,

1. பட்சித் தோடத்தில்,

1. ஆண் பட்சி
2. பெண் பட்சி

3. அலிப்பட்சி

4. மலட்டுப் பட்சி என நான்கு வகையாகவும்,

2. பறவைத் தோடம் – ஒன்றாகவும்,

3. புள் தோடத்தில்,

வீங்குபுள், தூங்குபுள், விளக்கொளிக்கண்புள், அந்திப்புள், வரட்புள், நீர்ப்புள், வெங்கண்புள், செங்கண்புள், பேய்க்கண்புள், கருடக்கண்புள் என 10 வகையாகவும்,

4. எட்சி தோடம் – ஒன்று

5. எச்சில் தோடம் – ஒன்று

6. பெண் தோடத்தில் – ஆறு

1. மாதவிலக்குற்றவள் பார்த்த தோடம்
2. தூரமானவள் தூய்மைக் குளியல் செய்தவுடன் பார்க்கும் தோடம்
3. பிள்ளையை விரும்பிக் குளிசம் கட்டிக் கொண்டவள் பார்த்த தோடம்
4. கணவனுடன் கூடினவள் குளிக்குமுன் பார்த்த தோடம்
5. குழந்தையை எடுத்த தோடம்
6. கரு சிதைவான பெண் பார்த்த தோடம்

என 6 வகையாகவும்,

7. ஆண் தோடம் – ஒன்று

8. தேரை தோடம் – ஒன்று

ஆக தோடம் மொத்தம் 25 வகைகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது.

'பரராச சேகரம்' என்ற நூலில், பட்சி தோடம், பறவை தோடம் என்ற தலைப்பில் சில பறவைகளால் ஏற்படும் தோடம் பற்றி எடுத்துக் கூறப்பட்டுள்ளது.

1. பறவைத் தோடம், 2. நீர்ப்புள் தோடம், 3. கணைப்புள் தோடம், 4. பாலைப்புள் தோடம், 5. வெண்புள் தோடம், 6. இரவுப்பறவைத் தோடம், 7. கருநீர்ப்பறவைத் தோடம், 8.கன்னிப்பறவைத் தோடம், 9. சாவுக்குருவித்

தோடம்,10. மயானக் குருவித் தோடம், 11. ஆண், பெண் குருவித் தோடம், 12. பட்சி தோடம் என்ற 12 வகைத் தோடங்கள் குறிக்கப்பட்டுள்ளன. இன்னும் சில நூல்களில் தோடம் 18 வகை என்று கூறப்பட்டுள்ளது.

1. பறவைத் தோடம், 2.பட்சித் தோடம், 3.எச்சிப் புள்ளுத் தோடம், 4.வீங்கு புள்ளுத் தோடம், 5. தூங்கும் புள்ளுத் தோடம், 6. விளக்கொளி தோடம், 7.கருடகண் தோடம், 8.வெண்கண் தோடம், 9. நந்தி புள் தோடம், 10.சந்தி புள் தோடம், 11. செங்கண்ணன் தோடம், 12. நீர்ப்புள் தோடம், 13. தேரை தோடம், 14.குளி தோடம், 15. முட்டு தோடம், 16. கர்ப்ப தோடம், 17.அழி தோடம், 18. நீர்த் தோடம் என்று 18 வகை தோடங்கள் காணப்படுகின்றன. இவற்றுள் 10 வகை சாத்தியமும், 8 வகை அசாத்தியமுமாகும்.

1) பட்சித் தோடம்

பொது நோய்க் குறிகள்

- நீர் போல் கழிச்சல், வாந்தி
- தலையில் பாரம் அதிகரித்தல்
- கண்களில் பீளை சேர்தல்
- சில குழந்தைகளுக்கு வயிறு மட்டும் உப்புதல்
- கண்குழி விழுந்து கண்களில் பீளை கட்டுதல்
- கழுத்து நீண்டு முகம் சுருங்கி தலையைத் தூக்கமுடியாத நிலை
- பால் சரியாக உண்ணாதநிலை, நீர் பருகாநிலை
- காய்ச்சல் அதிகமாக (அல்லது) குறைவாக இருக்கும் (அல்லது) வியர்வையுடன் இருக்கும்
- பேய் பிடித்தது போல் குழந்தை பதறி, பெருங்குரலில் அழும்

ஆண் பட்சித் தோட நோய்க்குறிகள்

- உடல் அதிகமாக உலர்ந்து நீர்வேட்கை அதிகமாக இருத்தல்
- குரல் தாழ்ந்து, நாக்கைப் பலமுறை நீட்ட நீட்ட உள்வாங்குதல்
- மிக்க கழிச்சல் உண்டாதல்.

பெண் பட்சித் தோட நோய்க் குறிகள்

- உடல் முழுவதும் கொதித்து, நடுக்கம் ஏற்படுதல்.
- குழந்தை சீறிச்சீறி அழுதல், நீர்வேட்கை அதிகரித்தல்.
- வயிறு கடுத்து, விக்கல் ஏற்பட்டு, சீதபேதி உண்டாதல்.
- வாயிலிருந்து நீர் சுரத்தல், பால் உண்ணாமை.
- தோல் கறுத்துக் காணப்படுதல்.

மலட்டுப் பட்சித் தோடக் குறிகுணம்

- உடல் இளைத்து, உச்சிக் குழி விழும்.
- வாந்தி, பேதி, மயக்கம் உண்டாகும்.
- உடல் கொதித்து, நா வறண்டு அதீத நீர் வேட்கை உண்டாகும்.

அலிப்பட்சி தோட நோய்க்குறிகள்

- தோள், முதுகு, கழுத்து, முழங்கை, உச்சி குழி விழுதல்.
- வாந்தி, கழிச்சல், தாகம் இவை மிக அதிகமாகக் காணப்படுதல்.

பட்சித் தோடத்திற்குரிய மருத்துவம்

1. பனை மரத்தின் வடக்கு வேரை அறாமல் பிடுங்கி வேண்டிய அளவு துண்டாக வெட்டி, 5 நிறமுள்ள நூலைச் சுற்றி மந்திரிக்க வேண்டும். பிறகு அதைக் குழந்தையின் கழுத்து அல்லது அரைஞானில் கட்ட வேண்டும்.* பிறகு,

மணத்தக்காளி வேர் – 1 கிராம்

வெள்ளைப் பூண்டு – 1 கிராம்

பிச்சி வேர் – 1 கிராம் ஆகிய மூன்றையும் நன்றாக அரைத்து நல்லெண்ணெய் விட்டுப் பிசறி வெயிலில் வைக்க வேண்டும். அதனைக் காலை, மாலை இருவேளை வேளைக்கு 2 குன்றியளவு வீதம் உள்ளுக்குக் கொடுத்து, உச்சியிலும் தடவி 3 நாள்கள் செய்து வர பட்சித் தோடம் தீரும்.

---

* மக்களின் நம்பிக்கை.

2. ஈருள்ளி எண்ணெய்

ஈருள்ளி, பிச்சி வேர், தக்காளி வேர் ஆகிய மூன்றையும் ஆமணக் கெண்ணெயில் கலந்து சூரியபுடம் வைக்கவும்.

இந்த எண்ணெயைத் தலையில் வைத்துத் தடவி, 2 சொட்டு உள்ளுக்கும் தரவும்.

பரராசசேகர நூலில் பட்சித் தோடம்

- தூக்கத்தில் அரண்டு எழுந்து பின் தூங்காது படுக்கையில் புரளுதல்.
- அரைக்குக் கீழ் குளிர்ந்திருத்தல்.
- வயிறு பொருமி, முகத்தைக் கையால் தேய்த்தல்.
- உழலை அதிகமாகக் காணப்படுதல்.

2. பறவைத் தோடம்

- குழந்தையின் உடல், நெற்றி ஆகியன நோதல்.
- பால் செரிக்காது வாந்தி எடுத்து, பெருமூச்சு வாங்குதல்.
- தூங்கும் போது திடீரென்று வலி ஏற்பட்டு குழந்தை சீறியழுதல், கையில் தங்காதநிலை.
- கண்கள் குழிவிழுதல், வெளுத்துக் காணுதல்.
- வயிறு கடுத்து பேதியாதல், சுரம் உண்டாதல்.
- நா உலர்ந்து நீர்வேட்கை அதிகமாதல்.
- முகம் மஞ்சள் நிறத்துடன் மினுமினுக்குதல்.

பறவைத் தோடத்திற்குரிய மருத்துவம்

1. ஆல் குளிசம்

ஆலந்துளிரைப் பட்சித் தோடத்தில் பனைவேர்க் குளிசம் செய்த முறைப்படிக் குளிசம் செய்து குழந்தைக்குக் கட்ட வேண்டும். *

---

* மக்களின் நம்பிக்கை.

2. சீரகக் குடிநீர்

சீரகம், வெங்காயம், வரட்பூலா வேர் ஆகியவற்றைச் சம எடை எடுத்து குடிநீர் தயாரித்து 3 அல்லது 5 நாள்களுக்கு காலை, மாலை இருவேளை சங்களவு கொடுக்க வேண்டும்.

3. வெள்ளைக் குன்றி மணி வேர் குளிசம்

செவ்வாய்க் கிழமையன்று வெள்ளைக் குன்றி மணியின் வடக்கு வேரைச் சாபம் போக்கி, அறாமல் பிடுங்கி எடுத்து வேண்டிய அளவு துண்டு செய்து, 5 நிறமுள்ள நூலைச் சுற்றி தங்கத் தாயத்தில் போட்டு குழந்தைக்குக் கட்டி கழிப்புச் சாந்தி செய்யவேண்டும்.*

பரராசசேகரத்தில் பறவைத் தோடம்

அடைகோழி, வானம்பாடி ஆகிய பறவைகள் அதிரப் பறக்கும் பொழுது குழந்தைக்குத் தாகம் எடுக்கும். உச்சி, கண்கள் குழிவிழும். வயிறு அதிகமாகக் கழியும். உடல் இளைக்கும்.*

இன்னும் சில நூல்களில், பறவைத் தோடத்தில் காணப்படுவன:

- நெஞ்சு, உள்நாக்கு நன்கு வீங்கி வளர்ந்து காணப்படுதல்
- குடித்த பால் தங்காது எதிரெடுத்தல், பால் கக்குதல்
- உடல் வலி, கை, கால் அழுக்கேறுதல், வருத்தம் காணல், மரத்தின் கசப்பு போன்று நாற்றமடித்தல்.

பறவைத் தோடத்திற்கு துவாலை வகைகள்

- ஆவாரங் கொழுந்து, பூ, அல்லி, நீர்ப்பூலா, பூவாரை ஆகியவற்றை எடுத்து பசு வெண்ணெயில் சேர்த்தரைத்துத் துவாலை செய்யப் பறவைத் தோடம் தீரும்.
- தாமரைக் கொழுந்து, முடக்கறுத்தான், சின்னி, வல்லாரை, வசம்பு, உள்ளி, பால் நண்டு ஆகியவற்றுடன் காடி விட்டுச் சேர்த்தரைத்துக் குழந்தைக்குத் துவாலை செய்ய பறவைத் தோடம் நீங்கும்.

---

* மக்களின் நம்பிக்கை

3. புள் தோடம்

நோய்க் குறிகள்

- உச்சி, கண் குழி விழுந்து, தேகம் இளைத்தல்
- பாலைக் கக்குதல், பச்சை நிறமாக வயிறு கழிதல்
- பறவைக் குரலைப் போல் சீறிச் சீறி அழுதல்
- உணர்விழந்து சோர்ந்து கிடத்தல்
- தாகம் அதிகமாக இருத்தல்

மேலும்,

- நெஞ்சு காய்தல், கால் வீங்கல்
- கண்ணீர் வடிதல், வாந்தி

ஆகியனவும் சேர்ந்து காணப்படும்.

பொது மருத்துவம்

1. சிறுபுள்ளடி வேரைச் சிறு துண்டுகளாக்கி 5 நிறமுள்ள நூலைச் சுற்றி குளிசமாகச் செய்து, சாபம் நீக்கி, குழந்தையின் அரைஞாணில் கட்ட வேண்டும்.*

2. ஓரிதழ் தாமரை– 10 கிராம், வெந்தயம்– 10 கிராம், விடதாரியிலை – 10 கிராம், மிளகு – 10 கிராம் ஆகியவற்றை இடித்து மண்சட்டியில் போட்டு குடிநீராக்க வேண்டும். பின் அதனை வேளைக்கு 2 சங்கு அளவு காலை, மாலை மூன்று நாள்களுக்குக் கொடுக்க புள்தோடம் நீங்கும்.

1. வீங்கு புள் தோடம்

- புள் வீங்கிக் கனப்பது போன்று குழந்தையின் உடம்பு கனக்கும். உடல் புலால் வாடை வீசும்.
- நாவறண்டு, தலை உச்சி குழிவிழுந்து காணப்படும்.
- வாந்தியானது பால் போல் வெண்மையாகவும், பித்தநீர் போன்று மஞ்சளாகவும் இருக்கும்.
- கழிச்சலானது பால் போன்று வெண்மையாகவும், பச்சையாகவும் இருக்கும்.
- புறங்கையால் முகத்தைத் துடைக்கும்.

---

* மக்களின் நம்பிக்கை

வீங்கு புள் தோடத்திற்கு மருத்துவம்

அதிமதுர மாத்திரை

அதிமதுரம் – 10 கிராம், கோரைக்கிழங்கு –10 கிராம், அதிவிடயம்– 10 கிராம், கடுக்காய்த்தோல் – 10 கிராம், வசம்பு–10 கிராம், தேவதாரம் – 10 கிராம், மஞ்சள்–10 கிராம் ஆகியவற்றை நன்றாக இடித்து கல்வத்திலிட்டு பொடுதலைச் சாற்றால் 12 மணிநேரம் விடாது அரைக்கவேண்டும். பிறகு மிளகளவு மாத்திரையாக உருட்டி, நிழலில் உலர்த்தி, காலை, மாலை ஒரு மாத்திரை 3 நாள்களுக்கு முலைப்பாலில் கொடுக்க வீங்கு புள் தோடம் தீரும்.

2. தூங்கு புள் தோடம்

- கொக்கு போன்ற பறவைகளின் குஞ்சு தூங்குவது போல் குழந்தைகள் அரைக்கண் திறந்தபடியே தூங்கும். அந்தத் தூக்கம் கெட்டு அலறி எழுந்திருக்கும்.
- கண்கள் இருண்டு மேலிமைக்குள் செருகிக் கொள்ளும்.
- வாந்தி, கழிச்சல் அளவுக்கு மீறி இருக்கும்.
- பிறர் முகத்தைப் பலமுறை திரும்பித் திரும்பிப் பார்த்து பயந்து அழும்.
- அடிக்கடி திடீரென்று எழுந்து நீர் குடிக்கும்.
- பல்லைக் கடித்து நறநறவென்று ஓசை எழுப்பும்.
- கவிழ்ந்த பார்வையாகவும், உடல் சோர்ந்தும், மயங்கியிருக்கும்.
- தலை உச்சி குழி விழுந்து, மேல் மூச்சு வாங்கும். உடல் இளைக்கும்.
- முகம் வேறுபட்டு, தேகத்தில் பிணவாடை வீசும்.

தூங்குபுள் தோடத்திற்கு மருத்துவம்

1. கோரோசனை அரைப்பு, கோரோசனை, மஞ்சள், வசம்பு, ஏலம், வேப்பீர்க்கு, ஓமம், விளாவோடு ஆகியவற்றைச் சமஎடை எடுத்து நீர் ஊற்றி அரைக்க வேண்டும்.

அதனைக் குழந்தையின் மேல் பூசி ஊற வைத்து, இளஞ்சூடான வெந்நீரால் தலை முழுக்கு செய்ய வேண்டும். பிறகு தோடந்தீர் மந்திரத்தினை 108 முறை சொல்லி சாந்தி செய்ய வேண்டும்.*

2. வெளவால் இறகுக் குளிசம் – வில்வ வேர்க்கற்கம்

வெளவால் இறகினைத் தேவையான அளவு எடுத்து அதில் ஊமத்தை வேரையும், அறுகம் வேரையும் உள் வைத்துச் சுருட்டவும். அந்தக் குளிசத்தைக் குழந்தைக்குக் கட்ட வேண்டும்.*

பிறகு வில்வவேரை எடுத்து அரைத்து ஒரு பணவெடை (500 மி.கி.) வீதம் காலை, மாலை 3 முதல் 5 நாள்களுக்குக் பாலில் கலக்கிக் கொடுக்கவும். இவ்வாறு செய்தால் தூங்குபுள் தோடம் நீங்கும்.

வசம்பு, ஓமம், மஞ்சள்,சுக்கு, விளாத்தி, வேம்பு ஆகியவற்றைச் சம எடை எடுத்து, வெதுப்பி, பாத்திரத்திலிட்டு குடிநீராக்கவும். அதில் கோரோசனையை அரைத்து உடலில் பூசி, வெந்நீரில் குளிக்கவும்.

3. விளக்கொளிக்கண் புள் தோடம்

- விளக்கொளியைப் பார்க்க முடியாமல் குழந்தையின் கண்கள் கூசும். கண்களை மூடிக் கொள்ளும்.
- உடலில் சுரம் அதிகமாகி, விட்டு விட்டு உண்டாகும்.
- நீர்வேட்கை, உடல் சோர்வு அதிகம் இருக்கும்.
- முலைப்பால் உண்ணாது. உண்டாலும் உடனே கக்கிவிடும்.
- தாயின் முகத்தை அடிக்கடிப் பார்க்கும்.

விளக்கொளிக்கண் புள் தோடத்திற்கு மருத்துவம்

1. சின்னிக் குளிசம்

சின்னி, வசம்பு, உள்ளி, நிலவிளா ஆகியவற்றைச் சம எடை எடுத்து ஒரு சீலையில் வைத்து முடிய வேண்டும்.

* மக்களின் நம்பிக்கை

அதனைக் குழந்தையின் மார்பில் கட்ட விளக்கொளிக் கண் புள் தோடம் நீங்கும்.*

நிலவிளா, சிறுசின்னி, வசம்பு ஆகிய மூன்றையும் சமமாக எடுத்து வெந்நீர் விட்டரைத்து குழந்தையின் உடம்பில் பூசி, கையிலும், கழுத்திலும் கட்டி விடவும். பிறகு, வசம்பு, ஓமம், வெள்ளுள்ளி, சுக்கு, பெருந்தும்பை ஆகியவற்றைச் சம எடை எடுத்து, சட்டியிலிட்டு வறுத்துக் குடிநீரிடவும். அதனைக் குழந்தைக்கு 3 வேளை ஊட்ட விளக்கொளிக் கண்புள் தோடம் நீங்கும்.

4. அந்திப் புள் தோடம்

- அந்தி நேரத்தில் குழந்தையின் உடல் வாடும். கண் பயத்தில் மூடாமல் திறந்தே இருக்கும்.
- கை, கால் குளிர்ந்து, சுரமடிக்கும். உடல் வெளுக்கும்.
- பாலைக் கக்கி, உடலின் மேல் பாகத்தில் நரம்பு புடைத்துக் காணப்படும்.
- குழந்தை சீறும்.

அந்திப்புள் தோடத்திற்கு மருத்துவம்

1. சின்னித் துவாலை

சிறுசின்னி, விளா, நொச்சி, சீந்தில், வேம்பு, வசம்பு, வெள்ளைப்பூண்டு ஆகியவற்றைச் சம எடை எடுத்து நறுக்கி ஒரு துணியில் முடிந்து கெண்டைக் காலில் கட்டவும். இவ்வாறு 3 நாள்கள் கட்ட அந்திப்புள் தோடம் குணமாகும்.*

2. அதிமதுரம், ஆமணக்கு விதை, அயமோதம், வில்வம், வெட்டிவேர், சுக்கு, சீரகம், உலுவாய், பெருந்தும்பை ஆகியவற்றைச் சம எடை எடுத்து வெதுப்பி, தண்ணீரில் இட்டு குடிநீராகச் செய்யவும். இதனுடன் சர்வாங்கத் தைலம் சேர்த்து 3 நாள்களுக்கு 6 வேளை கொடுக்கவும். இதனால் அந்திப்புள் தோடம் நீங்கும்.

---

* மக்களின் நம்பிக்கை

5. வறட்புள் தோடம்

- வறட்புள் போன்று குழந்தையின் உடம்பும் வறண்டிருக்கும். இளைத்துக் காணப்படும். விலா குளிர்ந்திருக்கும்.
- வயிற்றில் பேரிரைச்சல் உண்டா], வாந்தியாகும்.
- அடிக்கடி உறக்கம் ஏற்படும்.
- நா வறண்டு, சுரம் நஞ்சு ஏறுவது போல் அதிகமாகும்.
- தலை ஆட்டத்துடன் கண்கள் குழிவிழுந்து காணப்படும். கண்களில் நீர் வடியும்.
- மலமானது வேப்பம்பூ நிறத்துடன், அதன் மணத்தையும் பெற்றிருக்கும்.
- பசுவின் குரல்போன்று வேறுபட்டுக் குரல் தோன்றும்.
- புறங்கையால் மூக்கு (அல்லது) முகத்தைத் துடைக்கும்.
- எதிரில் யாராவது நீர் குடித்தால் தானும் குடிக்க விரும்பி, அடிக்கடி நீர் குடிக்கும்.

வறட்புள் தோடத்திற்கு மருத்துவம்

1. குளிசம்

பாதிக்கப்பட்ட குழந்தையினுடைய தாயை **வியாழக்கிழமை** அன்று 5 கொம்பு மஞ்சள் எடுத்து **மந்திரம் ஓதி**, பூசிக் குளிக்கச் செய்யவும்.*

பிறகு, வட்ட நரிமிரட்டிச் செடியை காப்பு கட்டி, **சாபம் நீக்கி**, சேவல் பலி கொடுத்து வேரைப் பிடுங்கி குளிசம் செய்து குழந்தைக்குக் கட்ட வறட்புள் தோடம் நீங்கும். *

2. மாத்திரை

அதிமதுரம், மரமஞ்சள், கோரைக்கிழங்கு, அதிவிடயம், வசம்புச்சாம்பல், மஞ்சள், கடுக்காய்த் தோல், தேவதாரம் ஆகிய ஒவ்வொன்றின் சூரணத்தையும்

---

* மக்களின் நம்பிக்கை

தோடம்

17.5 கிராம் எடுத்து கலந்து கல்வத்திலிட்டு, பொடுதலைச் சாற்றால் 6 மணி நேரம் அரைத்து 135 மி.கி. அளவுள்ள மாத்திரையாக உருட்டி, நிழலில் உலர்த்தி குழந்தைக்குத் தேன் (அல்லது) தாய்ப்பாலில் கொடுக்க வறட்புள் தோடம் நீங்கும்.

6. நீர்ப்புள் தோட நோய்க் குறிகள்

- நீரில் நனைந்த புள்ளைப் போல குழந்தையின் உடல் வேர்த்து நனையும். நெஞ்சு வறண்டு போகும்.
- கண் பஞ்சுபோல் வெளுத்துக் குழிவிழும்.
- பெருமூச்சு உண்டாகி, குழந்தை பால் குடிக்காது.
- அலறிப் பயந்து இரவும், பகலும் உறங்காது.

நீர்ப்புள் தோடத்திற்கு மருத்துவம்

1. விஷ்ணு கிரந்தி, சீரகம் ஆகியவற்றைச் சம எடை எடுத்துச் சேர்த்து குடிநீர் தயாரித்து, சங்களவு காலை, மாலை இருவேளை 3 முதல் 5 நாள்களுக்குக் கொடுக்க நீர்ப்புள் தோடம் நீங்கும்.

2. வட்டதுத்திக் குளிசம்

வட்டத்துத்தி வேரில் முதலைக் கொழுப்பைப் பூசி, 5 நிறமுள்ள நூலைச் சுற்றி குளிசம் தயாரித்துக் குழந்தைக்குக் கட்ட நீர்ப்புள் தோடம் தீரும்.*

7. வெங்கண்புள் தோடக் குறிகுணம்

- குழந்தையின் மலமானது பால் போன்று வெண்மை நிறமாக இருக்கும்.
- குழந்தை வெளுத்துச் சோர்ந்து துவண்டு காணப்படும்.
- சுரம், வயிற்றிரைச்சல், வயிற்றுவலி, பால் குடித்ததும் பேதி காணப்படும்.
- பகற்பொழுதில் வெங்கண் புள்ளைப் போன்று கண்ணைத் திறவாது மூடிக் கொண்டே இருக்கும்.

---

* மக்களின் நம்பிக்கை

வெங்கண்புள் தோடத்திற்கு மருத்துவம்

1. கற்றாழை நீர்

கற்றாழைச் சோறு, கடுக்காய்ப் பொடி சேர்த்துப் பிசைந்து சிறிதுநேரம் வைத்திருந்தால் அதிலிருந்து நீர் ஊறி வரும். அந்த நீரில் ஒரு பாலாடை எடுத்து 2 குன்றிமணி அளவு (260 மி.கி.) திப்பிலிப் பொடி கலந்து, காலை, மாலை, இருவேளை 3 நாள்களுக்குக் கொடுக்க வெண்கண்புள் தோடம் குணமாகும்.

2. வசம்பு வறுத்த சாம்பலைத் தேனில் கொடுக்கவும்.

8. செங்கண்புள் தோட நோய்க் குறிகள்

- செங்கண் புள்ளைப் போன்று குழந்தைகளின் கண்களும் சிவந்திருக்கும். கண்களிலிருந்து நீர் வடியும்.
- தலை நிமிர முடியாது. குனிந்து, உடல் வெம்பி, குழந்தை தவழ்ந்து நிலத்தில் படுக்கும்.
- குழந்தை அழுது, தன் கைகளைக் கொண்டே முகத்தைத் துடைக்கும்.
- சூட்டால் உண்டாவது போன்ற பேதி காணப்படும்.

செங்கண்புள் தோடத்திற்கு மருத்துவம்

அதிமதுர எண்ணெய்

அதிமதுரம் – 4 கிராம், சீரகம் – 4 கிராம், கோரைக்கிழங்கு – 4 கிராம், ஏலம் – 4 கிராம், சாதிபத்திரி – 4 கிராம், சாதிக்காய் – 4 கிராம், இலவங்கம் – 4 கிராம், சண்பகப்பூ – 4 கிராம்ஆகியவற்றுடன் முசுமுசுக்கையிலை, பொன்னாங்காணியிலை, சிறுகீரை, சீந்தில் வேர், கண்டங்கத்தரி வேர் ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு பலம் எடுத்து ஈருள்ளிச் சாறுவிட்டு நன்றாக அரைக்க வேண்டும். இத்துடன் 2 படி சிற்றாமணக்கு நெய் கலக்கி, அடுப்பேற்றி, பதமாகக் காய்ச்சி வடிக்கவும். ஒரு சங்களவு, காலையில் மட்டும் 3 அல்லது 5 நாள்களுக்குக் கொடுக்க செங்கண்புள் தோடம் குணமாகும்.

9. பேய்க்கண்புள் தோட நோய்க் குறிகள்

- குழந்தையின் கண் சுழன்று, பிதற்றும். தாயின் முகத்தைப் பார்க்கவே அருவருக்கும். கண் குழி விழும்.
- உச்சி பள்ளம் விழுந்து, சோர்ந்து, மயங்கும்.
- வாய் குமட்டி, குடித்த பால் செரிக்காமல் அப்படியே வாந்தியாகும்.

பேய்க்கண்புள் தோடத்திற்கு மருத்துவம்

பேயத்திக் குளிசம்

பேயத்திச் செடியை ஞாயிற்றுக் கிழமை காப்புக் கட்டி எடுக்க வேண்டும். 5 நிறமுள்ள நூலைச் சுற்றி தோடந்தீர் மந்திரம் 108 முறை ஓதி, குழந்தைக்குக் கட்ட நலிவு நீங்கும்.*

10. கருடக்கண்புள் தோட நோய்க் குறிகள்

- கண்பார்வை தாழ்ந்து, இருபக்கக் கண்களிலும் பீளை சாடும்.
- வாயிலிருந்து நீர் வடியும். முலைப்பாலைக் கக்கும்.
- வயிற்று நோவு இருக்கும். வயிறு, தலை ஆகியன கனக்கும்.

கருடக்கண்புள் தோடத்திற்கு மருத்துவம்

1. கோரோசனைக் கற்கம்

கோரோசனை, அதிமதுரம், திப்பிலி ஆகிய மூன்றையும் 0–5 கிராம் எடுத்து முலைப்பால் விட்டரைத்து ஒரு நுங்கு வீதம் 3 நாள்களுக்குக் கொடுக்க கருடக்கண்புள் தோடம் நீங்கும்.

2. கோரோசனை மாத்திரை

மேலே சொன்ன பொருள்களையே 3 மணி நேரமரைத்து 130 மி.கி. அளவுள்ள மாத்திரையாக உருட்டி தாய்ப்பாலில் இழைத்துக் கொடுக்க கருடக்கண்புள் தோடம் நீங்கும்.

---

* மக்களின் நம்பிக்கை

4. எட்சித் தோட நோய்க் குறிகள்

- கெட்ட தேவதைகளால் எட்சித் தோடம் உண்டாகிறது.*
- உடல் இளைத்து துர்நாற்றம் உண்டாகும்.
- தாயைப் பார்த்து அருவருப்படைந்து, தாய்ப்பால் குடிக்காது. பேதி, காய்ச்சல் உண்டாகும்.
- பதறி அழும். மண்ணில் புரண்டு உடல் முழுவதும் மண்ணாக்கும். கண்களைப் பிசையும்.
- அடிக்கடி பலப்பல மாறுதல் காணப்படும்.
- இரத்தம் சூடாகி, தலை கொதித்து, மயக்கமடையும். தலையைத் தூக்க முடியாது.
- கண்கள் வறண்டு, பீளை கட்டும். திறக்க முடியாது.
- உடல் இளைத்து, சூடு அதிகமாகி உடல் நிறம் மாறுபடும்.

எட்சித் தோடத்திற்கு மருத்துவம்

(i) **குளிசம்**

வெள்ளிக் கிழமையில் அமுக்கிராக் கிழங்குச் செடிக்குக் காப்பு கட்டி வடக்கு வேரைப் பிடுங்கி, அதில் பட்டு நூலைச் சுற்றிக் குளிசமாகச் செய்ய வேண்டும்.

பின் பார்வதி தேவியை நினைத்து, தோடந்தீர் மந்திரத்தை ஓதி குழந்தைக்குக் கட்ட எட்சித் தோடம் குணமாகும்.*

குளிசம் (வேறு) – குளிப்பாட்டல்

- வேல மரத்தில் இருக்கும் புழுவின் கூட்டிற்கு நூலைச் சுற்றி, மஞ்சள் அரைத்துப் பூச வேண்டும். அதற்குத் தூபதீபம் காட்டி எடுத்து வரவேண்டும்.*

  நல்ல தண்ணீர்க் குளத்தில் இருந்து நீர் எடுத்து வந்து, செப்புப் பாத்திரத்தில் சேர்க்க வேண்டும். இதில் மேற்கூறிய கூட்டைப் போட்டு, அந்த நீரைக் குழந்தையின் தலையில் தெளிக்க வேண்டும். *

* மக்கள் நம்பிக்கை

ஆலவிழுதுக் குளிசம் செய்து, குழந்தைக்குக் கட்ட வேண்டும்.*

பின் நில விளா இலை அல்லது வில்வ இலை சேர்த்துக் காய்ச்சப்பட்ட நீரால் குளிப்பாட்ட வேண்டும் எட்சித் தோடம் குணமாகும்.*

5. எச்சில் தோடநோய்க் குறிகள் : குழந்தையைக் கண்ட ஒருவரது கண்படல் எச்சில் தோடமாகும்

- குழந்தை பால் உண்ணாது, தலையைத் தூக்கும். ஆற்றல் இழந்து மயங்கிய நிலையிலிருக்கும்.
- உடல் வாடி, இயற்கை நிறம் மாறி வேறு நிறமாகக் காணப்படும். உடல் காயும்.
- தாயைப் பார்த்து சீறிச்சீறி அழும். சிறிதுசிறிதாய்ப் பலமுறை பேதியாகும்.
- கண்கள் ஒட்டி, அதனை நிமிண்டிக் கொண்டிருக்கும். மண்ணின் மேல் புரண்டு புரண்டு அழும்.

6. பெண்தோட நோய்க் குறிகள்

1. மாத விலக்குற்றவள் பார்த்த தோடம் (முட்டுத் தோடம்):

மாதவிடாயான பெண்கள் குழந்தையைப் பார்ப்பதனால் (அல்லது) எடுத்ததனால் ஏற்பட்ட முட்டுத் தோட நோய்க் குறிகள்

- நன்றாக வளர்ந்து வந்த குழந்தையின் உடல் வாடி வேறுபடும்.
- குடித்த பால் வாந்தியாகும். கண் குழி விழும்.
- நாக்கும், வாயும் கறுத்துக் காணப்படும்.

முட்டுத் தோடத்திற்கு மருத்துவம்

ஒரு செம்பில் தண்ணீர் எடுத்துக் கொண்டு, அதனை இடக் கையில் வைத்துக் கொண்டு வலக்கையில் வேப்பிலைக் கொத்தைப் பிடித்து, தோடந்தீர் மந்திரத்தை ஓதி, வேப்பிலையை நீரில் நனைத்து, குழந்தையின் முகம், தாயின் முகம் இரண்டிலும் மூன்று தடவை இருவேளை (காலை, மாலை) 7 நாள்களுக்குத் தெளிக்க, முட்டுத் தோடம் நீங்கும்.*

---

* மக்கள் நம்பிக்கை

2. குளித்த பெண் கண்ட தோடம்

தூரம் வந்த பெண்கள் குளித்தவுடன் வேறு யாரையாவது பார்க்காமலும், ஏதாவது உணவு உட்கொள்ளாமலும் குழந்தையைப் பார்த்தால் தோடம் ஏற்படும்.

நோய்க்குறிகள்

- குழந்தை பால் சிறிது குடித்து, சிறிது குடிக்காமல் மயங்கியிருக்கும். உடல் தேய்ந்து இளைத்திருக்கும். வியர்வை உண்டாகும்.
- சுரம், வயிற்று நோவு, தூக்கத்தில் வாந்தி, விழித்திருக்கும் நிலையிலும் வாந்தி, பேதி ஆகியன உண்டாகும்.
- குழந்தை நன்றாக உறங்கும்.

குளித்த பெண் கண்ட தோடத்திற்கு மருத்துவம்

மந்திரம்

காலை, மாலை இருவேளை சடாட்சரத்தை ஓதி, நீரைத் தெளிக்க வேண்டும். 15 நாள் இவ்வாறு செய்யக் குணமாகும். *

3. குளிசத் தோடம்

பிள்ளை இல்லாத பெண், குழந்தையை விரும்பிக் குளிசம் கட்டிக் கொள்ளும் பொழுது, குழந்தைக்கு உண்டாகும் தோடம்.

- உச்சி குழிவிழல், கண்களைச் சுற்றி கருமை நிற வளையம் உண்டாதல், நீர் வடிதல் ஆகியன உண்டாகும்.
- வியர்வையுடன், நீர் வேட்கை அதிகமாவதால், நீரை அதிகம் பருகும். இருந்தும் நெஞ்சு உலரும்.
- அடிக்கடி வாந்தி, பச்சை நிற பேதி.
- உடல் தளர்ந்து, கால் வீக்கத்தோடு, சுரமடிக்கும்.
- மலத்துவாரம் புண்ணாகும்.

---

* மக்கள் நம்பிக்கை

குளிசத் தோடத்திற்கு மருத்துவம்

1. குளிசம்

துத்தி வேர், பாலை ஆகிய வேர் இரண்டையும் சம அளவு எடுத்து ஒன்று சேர்த்து குளிசமிட்டு குழந்தைக்குக் கட்ட நலிவு நீங்கும்.*

2. கருடமை

கருட முட்டை ஓட்டைக் கொண்டு வந்து சாம்பலாக்கி, புனுகைச் சேர்த்து மையமாகத் தீட்டவும். மேலும், சாம்பலைத் திருநீறாகவும் நெற்றியிலிட குளிசத் தோடம் நீங்கும்.

3. கீழ்க்காய் நெல்லி, அம்மான் பச்சரிசி, சிறுபுள்ளடி, வசம்பு, உள்ளி, ஓமம், ஆகியவற்றைச் சமன் எடை எடுத்துச் சாறு பிழிந்து 5–10 மி.லி. உள்ளுக்குக் கொடுத்து மேலுக்குத் துவாலையிட குளிசத் தோடம் குணமாகும்.

4. குடிநீர்

வேப்பங் கொழுந்து –1 பிடி, வசம்பு –10 மிளகெடை, சுக்கு – 10 மிளகெடை, மலைதாங்கி – 10 மிளகெடை ஆகியவற்றை ஒன்றாகக் கலந்து அரைத்து 85 மி.லி. காய்ந்தாறிய நீரில் கலக்கி, காலை, மாலை இரு வேளை 3 அல்லது 5 நாள்களுக்குக் கொடுக்க, குளிசத்தோடத்தால் உண்டாகும் கழிச்சல் தீரும்.

5. நன்னாரி நெய்

·பசுநெய் –1.3 லி.,2. நல்லெண்ணெய்–650 மி.லி. ஆகியவற்றுடன் நன்னாரி, தண்ணீர் விட்டான் வகைக்கு 35 கிராம், கரந்தை, பொன்னாங்காணிச் சாறு ஆகியவற்றை ஒன்றாகக் கலந்து அரைத்துக் கொடுக்க குளிசத்தோடம் நீங்கும்.

---

* மக்கள் நம்பிக்கை

4

ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடு நோய்கள்

மரு. S. காந்திமதி

வளர்ந்து வரும் நம் நாட்டில் அதிகரித்து வரும் நோய்களில் மிக முக்கியமான ஒன்று ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடு நோயாகும். மக்கள்தொகை அதிகரிக்க அதிகரிக்க ஊட்டச்சத்துப் பற்றாக்குறையும் குழந்தைகளிடையே அதிகரிக்கிறது. இதன் காரணமாக குழந்தைகளின் முழு வளர்ச்சிக்குத் தேவையான ஊட்டச்சத்துக்கள் கிடைப்பதில்லை. மேலும் உடலில் இயல்பாக நடைபெறும் உடலியங்கியல் செயற்பாடுகளும் (Physiological Functions) தடைபடுகின்றன. எனவே குழந்தைகளின் உடல், மனவளர்ச்சிகள் தடைபடுகின்றன.

குழந்தைகளுக்குத் தொடர்ந்து அன்றாடத் தேவைக்குப் போதுமான உணவு கிடைக்காத நிலையில் ஊட்டச்சத்துக் குறைபாட்டு நோய்கள் தோன்றுகின்றன. இதனால் குழந்தைகளிடம் உண்டாகும் மாறுபாடுகள் வளர்ந்து பருவமடைந்த பின்னரும் தொடருவது உண்டு. நம் அன்றாட தேவைக்கு ஏற்ற சக்தி நாம் உண்ணும் உணவின் மூலமே நமக்குக் கிடைக்கிறது. நாம் உண்ணும் உணவு உடலில் வளர்சிதைமாற்றம் அடையும் போது சக்தி வெளிப்படுகிறது. உணவுப் பற்றாக்குறையின் போது நம் அன்றாட வாழ்வுக்குத் தேவைப்படும் சக்தி கிடைப்பதில்லை. மேலும் குழந்தைப் பருவத்தில் வளர்ச்சி அதிகமாக இருப்பதால் அதிக சக்தி (Energy) தேவைப்படுகிறது. தேவையான ஊட்டச்சத்து கிடைக்காத நிலையில் உடலின் அனைத்து உறுப்புகளின் வளர்ச்சியும் தடைபடுகின்றன.

மாவுச்சத்து (Carbohydrate), புரதம் (Protein), கொழுப்புசத்து (lipids) ஆகியன நம் உடலுக்குத் தேவையான மிக முக்கிய ஊட்டச்சத்துக்கள் ஆகும். இந்த வகையான உணவு பெருமளவில் நம் உடலுக்குத் தேவைப்படுகிறது. நம் உடலுக்குத் தேவைப்படும் பெரும்பான்மையான சக்தி இதிலிருந்தே கிடைக்கிறது. இதைத்தவிர உயிர்ச்சத்துகள் (Vitamins), தாதுஉப்புகள் (Minerals) ஆகியனவும் உடலுக்குத் தேவைப்படும் மிக முக்கிய ஊட்டச்சத்துக்கள் ஆகும். இவை குறைந்த அளவே நம் உடலுக்குத் தேவைப்படுகின்றன. மேற்கண்டவற்றில் குழந்தைப் பருவத்தில் தேவைப்படும் மிக முக்கிய ஊட்டச்சத்து புரதமும், அதில் உள்ள அமினோ அமிலங்களும் ஆகும். புரதச்சத்தினால் குழந்தைகளின் உடல் வளர்ச்சி வேகமாக நடைபெறுகிறது. மேலும், உடலின் முக்கிய அங்கங்களான சீரணநொதிகள், ஹார்மோன்கள், பிளாஸ்மா புரதங்கள், என்சைம்கள், ஹீமோகுளோபின், வைட்டமின்கள் போன்றவற்றின் உற்பத்திக்கும் புரதச்சத்து மிக முக்கியமான ஒன்றாகும்.

இளம் குழந்தைகளுக்குப் (Infants) போதுமான தாய்ப்பால் தரப்படாத நிலையிலும் ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடுகள் உண்டாகின்றன. இளம் குழந்தைகளுக்கு நான்கு மாதங்கள் வரை போதுமான எல்லாவிதமான ஊட்டச்சத்துக்களும் தாய்ப்பாலில் கிடைக்கின்றன. நான்கு மாதங்களுக்குப் பிறகே குழந்தைகளுக்கு அதிகப்படியாக இரும்புச்சத்துகளும் பிற உயிர்ச்சத்துகளும் தேவைப்படுகின்றன. குழந்தைகளின் வயதிற்கேற்ற ஊட்டச்சத்தினை வழங்கவேண்டும். இல்லையெனில் இவை சரிவர சீரணமடையாமல் உடலைப் பாதிக்கின்றன. (எ.கா. கழிச்சல்) அதே போல் உண்ணும் உணவானது சுகாதாரமானதாக இருக்க வேண்டும். இல்லையெனில் உணவு, நீர் வழியாகப் பலவிதமான தொற்றுநோய்கள் பரவுகின்றன.

ஊட்டச்சத்துக் குறைபாட்டினால் உண்டாகும் நோய்கள்

- புரதசத்துக் குறைபாட்டால் ஏற்படும் நோய்கள் (Protein Energy Malnutrition)
- இரும்புச் சத்துக் குறைபாட்டால் உண்டாகும் நோய்கள் (Iron Deficiency Anaemia)
- உயிர்ச்சத்துக் குறைபாட்டால் உண்டாகும் நோய்கள் (Vitamin Deficiency Disorders)

- அயோடின் சத்துக் குறைபாட்டினால் வரும் நோய்கள் (Iodine Deficiency Disorders)
- கருவிலேயே உண்டாகும் ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடுகள் (Intrauterine Nutritional Deprivation)

ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடு ஏற்படக் காரணங்கள்

- ஏழையான சூழ்நிலை (Poverty)
- ஒரே குடும்பத்தில் அதிகக் குழந்தைகள் இருத்தல்
- குழந்தைகள் சரிவர உணவு உட்கொள்ளாத நிலை
- சுற்றுப்புறச் சுகாதாரமின்மை
- வயதிற்கேற்ற உணவு கிடைக்காதநிலை
- சுகாதாரமற்ற உணவு மற்றும் நீர்
- தொற்றுநோய்கள்
- கருவுற்ற காலத்தில் தாய் போதுமான உணவு வகைகளை எடுத்துக்கொள்ளாத நிலையில் குழந்தை பாதிக்கப்படுதல்.

புரதச்சத்து பற்றாக்குறையால் உண்டாகும் நோய்கள் (PEM)

குறைந்த காலப் புரதச்சத்துப் பற்றாக்குறையால் (Mild Deficiency) உடலில் அதிக மாற்றங்கள் ஏற்படுவது இல்லை. நீண்டகாலப் பற்றாக்குறையின் போது (Moderate and Severe Deficiency) உடல்வளர்ச்சி குன்றுகிறது. குழந்தையின் எடை, உயரம் குறைகிறது. தோல் சுருங்கியும், கை, கால்கள் சூம்பியும், வயிறு ஒட்டியும் காணப்படுகின்றன.

மராஸ்மஸ் (Marasmus)

புரதச்சத்துக் குறைபாட்டின் காரணமாக உடல் எடையில் 60 சதவீதம் குறைந்து மராஸ்மஸ் நோய் உண்டாகிறது. இது இளம் குழந்தைகளுக்கு பிறந்தவுடன் தாய்ப்பால் தருவதில் தாமதம் ஏற்படுவதாலும், அதனைத் தொடர்ந்து புரதச்சத்துக் குறைபாடு உண்டாவதாலும் ஏற்படுகிறது. இந்நோயில் உடலில் உள்ள கொழுப்புச்சத்து பெருமளவு குறைவதால் உடல் எடை மிகவும் குறைந்து காணப்படும்.

நோய்க் குறிகள்

- தோல் சுருங்கிக் காணப்படுதல்
- தலைமுடி கருமை குறைந்து இருத்தல் (Hypopigmentation)
- வயிற்றில் வாயு சேர்ந்து வீங்கிக் காணப்படுதல் (Abdominal Distention)
- உடல் தசைகள் வழுவிழுந்து காணப்படுதல்
- கை, கால்கள் சூம்பிக் காணப்படுதல்
- குழந்தை அழுதுகொண்டே இருத்தல் (Irritability)

குவாஷியர்க்கர் (Kwashiorker)

இது ஒரு வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைக்கு புரதச்சத்துக் குறைபாட்டின் காரணமாக உண்டாகும் நோயாகும். இதில் உடல் வீக்கம் காணப்படும்.

நோய்க் குறிகள்

- உடல் வளர்ச்சி குறைதல்
- மனவளர்ச்சி பாதிக்கப்படுதல்
- கால்களில் வீக்கம்
- முகம் அதைத்துக் காணப்படுதல்
- குழந்தை சோர்வாகக் காணப்படுதல்
- பசியின்மை
- தலைமுடி மென்மையடைந்து எளிதில் உடைதல்
- தலைமுடியில் செம்மை, நரை, வெண்மை நிற மாற்றங்கள் காணப்படுதல் (Discoloration)
- கழிச்சல்
- கல்லீரல் வீக்கம்
- தோல் உலர்ந்து மஞ்சள் நிறமாக இருத்தல்

- தோல் உடலில் இருந்து எளிதில் பிரிந்து விடுதல் (Peeling of the Skin), எளிதில் தொற்றுநோய்கள் ஏற்படுதல்
- தோலில் குருதிக்கசிவு

போன்ற நோய்க் குறிகள் நீண்டகால புரதச்சத்துக் குறைபாட்டு நோயில் உண்டாகின்றன. ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடு காரணமாக பலவிதமான வளர்சிதை மாற்றக் கோளாறுகள் உண்டாகின்றன. இதனால் குழந்தைகளின் நோய் எதிர்ப்புத் திறன் (Immunity) குறைகிறது. எனவே பல்வேறு தொற்று நோய்கள் எளிதில் குழந்தைகளைத் தாக்குகின்றன. இதில் சீரணமண்டலத்தின் செயல் அதிகம் பாதிக்கப்படுவதால், உடலுக்குத் தேவையான சக்தி கிடைப்பதில்லை. எனவே உடல், மனவளர்ச்சி பாதிக்கப்படுகின்றன.

மருத்துவம்

எந்த வகையான ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடு உள்ளது என்பதைச் சரிவர முதலில் நோய்க்கணிப்பு செய்ய வேண்டும். நாள்பட்ட ஊட்டச்சத்துக் குறைபாட்டு நோய்களுக்குச் (chronic nutritional deficiency disorders) சரிவர பரிகாரம் மேற்கொள்ளாத நிலையில் குழந்தை இறந்து விடுவதும் உண்டு. இதனால், குழந்தை பிறந்தது முதல் தேவையான ஊட்டச்சத்து பற்றியும் அதனை வழங்கும் முறை குறித்தும் அரசு செவிலியர்கள் மூலம் வலியுறுத்துகிறது. ஊட்டச்சத்துப் பற்றாக்குறையினால் ஏற்படும் விளைவுகள் பற்றியும் எடுத்துரைக்கப்படுகிறது. (Nutritional Education). கிராமச் செவிலியர்கள் (VHN) மூலம் குழந்தைகளின் வளர்ச்சி (எடை & உயரம்) கணக்கிடப்படுகிறது. வயதிற்கேற்ற உயரம் அதற்கேற்ற எடை உள்ளதா என்று சரிபார்க்கப்படுகிறது.

ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடு நோயுடன் அதன் காரணமாக நோய்த்தொற்று உள்ளதா என்பதை அறிந்து அதற்கும் சேர்த்து சிகிச்சை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

மிதமான ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடு (Mild Malnutrition) இருப்பின், அதனைச் சரிசெய்ய உணவுப் பழக்கவழக்கங்களை மேம்படுத்த வேண்டும். குழந்தைகளுக்குப் போதுமான உணவு அமைவதனை உறுதி செய்யும் வகையில் உணவில் முட்டை, பால், இறைச்சி, சோயா போன்ற புரதச் சத்துள்ள உணவு வகைகளை நாள்தோறும் அல்லது அடிக்கடி சேர்த்துக்கொள்ள

வேண்டும். இந்நிலையில் குழந்தைகளை வீட்டிலேயே பராமரிக்கலாம். தொற்றுநோய்கள் பரவாமல் தடுக்கப் போதுமான சுற்றுப்புறச் சுகாதாரத்தைப் பேண வேண்டும்.

தீவிர ஊட்டச்சத்துப் பற்றாக்குறை (Severe Malnutrition) உள்ள நிலையில் குழந்தைகளை மருத்துவமனையில் அனுமதித்து சிகிச்சை மேற்கொள்ளவேண்டும். இந்நிலையில் முதலில் பழச்சாறு போன்ற திரவ உணவு வகைகளைக் கொடுத்து, பின் போதுமான மருந்துகளைத் தரவேண்டும். மேலும் புரதம் அதிக அளவில் உள்ள உணவு வகைகளைச் சேர்த்துக்கொள்ள வேண்டும். கீழ்க்கண்ட மருந்துவகைகளை நோயாளியின் வயது, நோய்வன்மைக்கு ஏற்ப வழங்கலாம்.

1. அமுக்கராச் சூரணம்

கிராம்பு	– 1 பங்கு
சிறுநாகப்பூ	– 2 பங்கு
ஏலம்	– 4 பங்கு
மிளகு	– 8 பங்கு
திப்பிலி	– 16 பங்கு
சுக்கு	– 32 பங்கு
அமுக்கரா	– 64 பங்கு
சர்க்கரை	– 127 பங்கு

மேற்கண்ட பொருள்களைச் சுத்தித்துத் தனித்தனியாக இடித்துப் பொடித்து நன்கு கலந்து கொள்ளவேண்டும். பின் இதனுடன் சர்க்கரையைக் கலந்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

அளவு

300 மி.கி. முதல் 1 கிராம் வரை வயதிற்கேற்ப.

அனுபானம்

தேன், பால், வெந்நீர். இம்மருந்து மிகச் சிறந்த உடல் தேற்றி ஆகும்.

2. மாதுளை மணப்பாகு

கற்கண்டு	– 1 பங்கு
பன்னீர்	– 1 பங்கு
மாதுளைவித்து	– 1 பங்கு
தேன்	– 1 பங்கு

ஆகியவற்றை எடுத்து ஒன்று சேர்த்து, கற்கண்டு கரைந்தபின் வடிகட்டி அடுப்பிலிட்டுக் கொதிக்க வைத்து, பாகுபதம் வந்தவுடன் இறக்கி ஆற வைத்து எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். இதனை 5 மி.லி. முதல் 10 மி.லி வரை நீருடன் சேர்த்து வழங்கலாம். இதில் வைட்டமின் "சி", மற்றும் இரும்புச்சத்து அதிகம் உள்ளன.

3. ஏலாதி சூரணம்

கிராம்பு	– 1 பங்கு
மிளகு	– 2 பங்கு
சிறுநாகப்பூ	– 4 பங்கு
தாளிசபத்திரி	– 8 பங்கு
கூகைநீர்	– 16 பங்கு
சுக்கு	– 32 பங்கு
ஏலக்காய்	– 64 பங்க
சர்க்கரை	– 127 பங்கு

சர்க்கரை தவிர மற்ற பொருள்களைத் தூய்மை செய்து, பொடித்து எல்லாவற்றையும் சர்க்கரையுடன் கலந்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

அளவு

500 மி.கிராம் முதல் 1 கிராம் வரை தேன், நீர், பால் ஏதேனும் ஒன்றுடன் சேர்த்துத் தர வேண்டும். இது பசித்தீயை அதிகரித்து வயிற்றுப்புண், செரியாமை, தோல்நோய்கள் ஆகியவற்றைப் போக்கும்.

4. தேற்றான் கொட்டை லேகியம்

தேற்றான்கொட்டை	–	5 பலம் (185 கிராம்)
திரிபலா	–	17.5 கிராம்
திரிகடுகு	–	17.5 கிராம்
சிற்றரத்தை	–	17.5 கிராம்
சீரகம்	–	17.5 கிராம்

இவற்றைச் சுத்தித்து பொடித்துக்கெண்டு, சர்க்கரை 140 கிராம் எடுத்து இதனை **1.4.** லி ஆவின் பாலில் கரைத்து வடிகட்டி அடுப்பில் வைத்து பாகுபதம் வரும்போது மேற்கண்ட பொடிகளை, சிறிது சிறிதாகச் சேர்த்துக் கிளரி பசுநெய் **350** மி.லி. சேர்த்துக் கிண்டி இறக்கி தேன் **175** மி.லி. விட்டு கிளறி இறக்கவும். இதனை 5 கிராம் முதல் தேவைக்கேற்ப பாலில் இருவேளை ஒருமண்டலம் வரை கொடுத்து வர உடல் தேறி வலிமை உண்டாகும்.

5. கரிசாலை லேகியம்

கரிசாலைச் சாறு	–	2 படி
நெருஞ்சில் சாறு	–	2 படி
சிறுகீரைச்சாறு	–	1 படி
பொடுதலைச் சாறு	–	1 படி
கீழாநெல்லிச்சாறு	–	1 படி
சிறுசெருப்படைச்சாறு	–	1 படி

நாவல்பட்டை, கருங்காலிப்பட்டை, அத்திப்பட்டை, தென்னம்பூ ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 35 கிராம் எடுத்து நன்றாக இடித்து குடிநீர் செய்துகொண்டு இதனுடன் மேற்படிச் சாறு வகைகளைக் கலந்து அதனுடன் மிளகு, மிளகரணை வேர், அவுரிவேர், சிற்றாமுட்டிவேர், பேராமுட்டிவேர், விலாமிச்சம் வேர் ஆகியவற்றை 105 கிராம் எடுத்து முறைப்படி குடிநீர் செய்து அதில் 300 கிராம் பனைவெல்லம், பசும்பால் 4 படி ஆகியவற்றைச் சேர்த்து வடிகட்டி அடுப்பிலிட்டு பாகுபதம் வந்தவுடன் சீரகம், ஏலம், கிராம்பு, சாதிக்காய், சாதிபத்திரி, ஓமம், சிறுநாகப்பூ, கற்கடகசிங்கி, கோஷ்டம், அக்கராகாரம், அதிமதுரம், தாளிசப்பத்திரி, திரிகடுகு, திரிபலா ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 35 கிராம் சேர்த்துக் கலந்து பின் பசுநெய் 1/2 படி விட்டு கிண்டி இறக்கி 1 படி

தேன் சேர்த்து திரிலோக செந்தூரம் 35 கிராம், மண்டூர செந்தூரம் 1 பலம் சேர்த்து லேகியம் செய்ய வேண்டும்.

அளவு

- 3 கிராம் முதல் 5 கிராம் வரை இருவேளை பாலில் ஒரு மண்டல காலம் தரவேண்டும்.

6. வல்லாரைக் கீரையைக் கற்ப முறைப்படி மிளகு சேர்த்துச் சமைத்து உண்ண உடலைத் தேற்றும்.

7. பேரிச்சையைத் தேனில் ஊறவைத்து உண்ணலாம்.

8. அத்திப்பழத்தை உலரவைத்து சூரணம் செய்து உண்டு வர உடல் வலிமை அதிகரிக்கும்.

9. நாவல்பழத்தைத் தினமும் உண்டு வர உடல் தேறி என்புகள் வலிமை பெறும்.

10. வெண்பூசணி லேகியம்

வெண்பூசணிக்காய் சாறு	–	4 படி
தாழை விழுதுச்சாறு	–	1 படி
தென்னம்பூச்சாறு	–	1 படி
பசும்பால்	–	2 படி
சர்க்கரை	–	3.5 கி.கி.

ஆகியவற்றை ஒன்றாகச் சேர்த்துக் கரைத்து வடிகட்டி அடுப்பிலிட்டு பாகுபதம் வரும்போது சீரகம், கொத்தமல்லி, கோஷ்டம், மிளகு, ஏலம், சாதிக்காய், மாசிக்காய், சாதிபத்திரி, அதிமதுரம், தாளிசம் ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 35 கிராம் பொடித்து சூரணித்து மேற்படி பாகில் தூவி 1/2 படி நெய்யும், தேன் 1/4 படியும் சேர்த்துக் கிண்டவும்.

இதனை 5 கிராம் வரை உடல் வலிமைக்கு ஏற்பப் பாலுடன் சேர்த்து காலை, மாலை இருவேளை 40 நாள்கள் கொடுத்து வர உடல் ஊட்டம் அதிகரிக்கும்.

கேழ்வரகு கலந்த உணவு வகைகளை அதிகம் சேர்த்துக்கொள்ள உடல் வலு அதிகரிக்கும்.

இரும்புச்சத்துக் குறைவால் உண்டாகும் நோய்

பாண்டு நோய்

- ஊட்டச்சத்துக் பற்றாக்குறை / நோய்த் தொற்றுகள்
- மண் தின்னும் பழக்கம் (PICA)

போன்ற காரணங்களால் இந்நோய் உண்டாகலாம்.

நோய்க் குறிகள்

- உடல், நகக்கண், கண் வெளுத்துக்காணப்படுதல்
- முகம் ஊதிக் காணப்படுதல்
- நகங்கள் எளிதில் உடைதல்
- பசியின்மை
- உடல் சோர்வு
- எளிதில் மூச்சுவாங்கல்
- தலைமுடி மென்மையடைந்து எளிதில் உடைதல்
- உடல் வளர்ச்சி குன்றுதல்
- படிக்கும் திறன் குன்றுதல்

மருத்துவம்

1. அன்னபேதி செந்தூரம்

அன்னபேதியைச் சுத்தி செய்து காடி நீர் விட்டரைத்து வில்லை தட்டி 3 புடமிட செந்தூரமாகும். இதை 50 மி.கிராம் முதல் 100 மி.கிராம் வரை தேனில் கலந்து மூன்று வேளை கொடுக்கலாம்.

2. லோக மண்டூரச் செந்தூரம்

இரும்பு கிட்டப்பொடி –17.5 கிராம், கறியுப்பு, வெடியுப்பு, அட்டுப்பு, வளையலுப்பு, இந்துப்பு, இரசம், கந்தகம், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 2 கிராம் எடுத்துச் சுத்தித்து கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து கரிசாலை சாறு விட்டரைத்து இரண்டு புடமிட செந்தூரமாகும்.

அளவும் அனுபானமும்

இதனைத் தேன், நெய் போன்ற அனுபானங்களில் **50** மி.கி. முதல் 100 மி.கிராம் வரை வயதிற்கு ஏற்ப 48 நாள்கள் தர உடல் ஊட்டம் பெருகும். இதனால் எலும்பு மஜ்ஜை செல்கள் வலுவடைந்து இரத்த சிவப்பணுக்களின் உற்பத்தி அதிகமாகும்.

3. அயசம்பரகற்பம்

அயப்பொடி	–	350 கிராம்
மிளகு	–	350 கிராம்
பூண்டு	–	175 கிராம்

ஆகியவற்றைத் தனித்தனியே பொடித்து பிறகு சேர்த்து அரைத்து முற்றிப் பழுத்த எலுமிச்சை பழம் 40 எடுத்து ஒவ்வொன்றையும் நான்காகப் பிளந்து அதனுள் அரைத்த மருந்தை அடைத்து ஒரு பானையில் வரிசையாக அடுக்கி அதில் நல்லெண்ணெய் 17.50 மி.லி. சேர்த்து பானை வாய்க்குப் பொருத்தமான ஓட்டால் சீலை செய்து பூமியில் ஒரு மண்டலம் புதைத்து எடுத்து வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு பிளவு வீதம் இருவேளை நோய்க்குத் தக்கவாறு கொடுக்க இரும்புச்சத்துக் குறைபாடு நீங்கும்.

4. அயபிருங்கராஜ கற்பத்தை 100 மி.கி. முதல் 200 மி.கி. வரை தேன், நெய், பழச்சாறு, தயிர் போன்ற அனுபானங்களில் இருவேளை 40 நாள்கள் கொடுத்துவர இரத்தக்குறைவு, உடல்சோர்வு, நரை போன்றன தீரும். இம்மருந்தை உண்ணும்போது புளியையும் புளிப்புச் சுவையுள்ள பொருள்களையும் நீக்க வேண்டும்.

5. கரிசாலைச் சூரணத்தை ஒன்று முதல் இரண்டு கிராம் வரை இருவேளை தேனுடன் கலந்து கொடுக்கலாம்.

6. தினமும் இரண்டு பேரீச்சம்பழத்தை உண்டுவர இரும்புச்சத்துக் குறைபாடு தீரும்.

7. தேனில் ஊறிய நெல்லிக்காயைத் தினமும் உண்டு வர உடல் வலிமை பெறும்.

8. கேழ்வரகு சேர்ந்த உணவு வகைகளை அதிகம் சேர்த்துக்கொள்ள வேண்டும்.

வைட்டமின் "பி" குறைபாடு

1. வைட்டமின் பி1 "தையமின்" (Thiamin) குறைபாடு காரணமாக பெரிபெரி என்ற நோய் குழந்தைகளுக்கு உண்டாகிறது. தீட்டிய அரிசியை மேல்தோல் நீக்கி (Polished rice) உண்ணும்போது இந்நோய் அதிகம் ஏற்படக்கூடும். இதன் காரணமாகக் குழந்தைகளுக்கு உடல்சோர்வு, தலைவலி, அதிகக்கோபம், மனமாற்றம், உடல்வலி, கெண்டைக்கால் தசைகளில் வலி, பசியின்மை, மலக்கட்டு, உடல் எடைக்குறைவு போன்ற நோய்க் குறிகள் (Dry beriberi) ஏற்படுகின்றன. சில குழந்தைகளுக்கு மார்புபடபடப்பு, இதயத்துடிப்பு அதிகரித்தல், மூச்சுவாங்கல், கால்களில் வீக்கம் (Wet beriberi) போன்றவை ஏற்படுகின்றன.

மருத்துவமும், உணவும்

- தையமின் சத்தானது ஈஸ்ட், முளைகட்டிய முழுதானியங்கள், பருப்பு வகைகள், எண்ணெய்வித்துகள், கடலை, மீன், இறைச்சி, பச்சைக் காய்கறிகள் போன்றவற்றில் அதிகம் உள்ளது. குறைபாடு உள்ள நிலையில் மேற்கண்ட உணவு வகைகளை அதிகம் சேர்த்துக்கொள்ள வேண்டும். தீட்டாத அரிசி (unpolished rice) மிகவும் பயன்தரும்.

2. ரிபோஃபுளோவின் குறைவினால் வாய்ப்புண், நாக்குப்புண், நாக்கு சிவந்துகாணப்படுதல், உதடுகளில் வெடிப்பு, வாயின் ஓரங்களில் புண் போன்றவை உண்டாகின்றன.

3. பைரிடாக்சின் (பி6) குறைபாட்டினால் உடல் வளர்ச்சி குறைதல், வலிப்பு, பாண்டு, எப்போதும் அழுதபடி இருத்தல் (Hyperirritability), வாந்தி போன்ற நோய்க்குறிகள் காணப்படுகின்றன.

4. ஃபோலிக் அமிலம் குறைவதால் உடல் செல்களின் வளர்ச்சி குன்றும். சளிச்சவ்வு, என்புகளின் வளர்ச்சி குறைந்து பாண்டு நோய் உண்டாகிறது.

5. சயனோ கோபாலமின் (பி12) குறைபாடு காரணமாக என்பு மஜ்ஜையின் வளர்ச்சி குறைகிறது. இதனால் இரும்புச்சத்து குறைந்து குருதியில் சிவப்பணுக்களின் எண்ணிக்கை குறைகிறது.

உணவு

வைட்டமின் "பி" பற்றாக்குறை உள்ளவர்களுக்கு முளைகட்டிய தானியங்கள், கடலை, எண்ணெய்வித்துகள், தீட்டாத கைக்குத்தல் அரிசி, சிவப்பு அரிசி, முழு தானிய வகைகள், பச்சைக் கீரை, காய்கறிகளை உணவில் அதிக அளவில் சேர்த்துக்கொள்ள அறிவுறுத்த வேண்டும்.

வைட்டமின் "சி" குறைபாடு

அஸ்கார்பிக் அமிலக் குறைபாட்டினால் ஸ்கர்வி நோய் உண்டாகிறது. இதில் குழந்தை சோர்ந்து காணப்படுதல், உடல்வலி, மூட்டுகளில் வலி, தோல், சளிச்சவ்வுகளில் குருதிக் கசிவு, பல் ஈறுகளில் வலி, குருதிக் கசிவு போன்ற நோய்க் குறிகள் காணப்படுகின்றன.

மருத்துவம்

- அய சம்பீர கற்பத்தை ஒரு பிளவு இரு வேளையாக ஒரு மண்டலம் வரை கொடுத்து வரலாம்.
- நாரத்தை லேகியம் 2 கிராம் முதல் 5 கிராம் வரை இருவேளை உணவுக்கு முன் தரலாம்.

நெல்லிக்காய் லேகியம்

வில்வவேர், முன்னைவேர், குமிழ்வேர், பாதிரிவேர், கண்டங்கத்தரி, நெருஞ்சில், திப்பிலி, சிற்றாமுட்டி வேர், கர்க்கடக சிருங்கி, கீழாநெல்லி, திராட்சை, கோஷ்டம், அகில்கட்டை, சீந்தீல்கொடி, கடுக்காய்த்தோல், கிச்சிலிக்கிழங்கு, கோரைக்கிழங்கு, மூக்கிரட்டை, ஏலக்காய், சந்தனம், ஆடாதோடைவேர், மூங்கிலுப்பு, திப்பிலிவேர், இலவங்கப்பட்டை, சிறுநாகப்பூ ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 35 கிராம் எடுத்து சுத்தித்து, பொடித்து இதனுடன் பச்சை நெல்லிக்காய் சமஎடை எடுத்துச் சேர்த்து அடுப்பிலிட்டுக் கிண்டி இத்துடன் தேவையான அளவு சர்க்கரை, தேன், நெய் போன்றன சேர்த்து லேகியம் செய்து கொள்ள வேண்டும்.

அளவு

5 கிராம் முதல் நோய்த் தன்மைக்குத் தக்கவாறு பாலுடன் சேர்த்து இருவேளை 40 நாள்கள் தரவேண்டும். இது உடலுக்கு வன்மையைக்

கொடுத்து நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியை உடலில் அதிகரிக்கிறது. மேலும் ஞாபகசக்தி, புலன்களின் திறன், ஜீரணசக்தி ஆகியவற்றை அதிகரிக்கும்.

உணவு வகைகள்

ஆரஞ்சு, எலுமிச்சை, சாத்துக்குடி, திராட்சை, கொய்யா, தக்காளி, முட்டைகோஸ், கீரை வகைகள், முளைவிடும் தானியங்கள், கல்லீரல் போன்றவற்றில் வைட்டமின் "சி" அதிகம் உள்ளது. பற்றாக்குறை உள்ள குழந்தைகளுக்கு மேற்கண்ட பழம், உணவு வகைகளை அதிகம் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

வைட்டமின் "ஏ" குறைபாடு

பார்வைக் கோளாறுகள், கண் உலர்தல் (Xeropthalmia), மாலைக்கண்நோய், கண்விழி மென்மை அடைதல் (Keratomalacia), கண்விழியில் புண் (corneal ulcer) போன்றன ஏற்பட்டு இவற்றை குணப்படுத்தாத நிலையில் பார்வை முழுவதும் மறைகிறது. (Blindess)

வைட்டமின் "ஏ", மீன் எண்ணெய், கல்லீரல், வெண்ணெய், நெய், முட்டை மஞ்சள் கரு, கேரட், மாம்பழம், பப்பாளி, பச்சைக் காய்கறி, கீரைவகைகள், ஆரஞ்சு போன்றவற்றில் அதிகம் காணப்படுகிறது. பிறந்த குழந்தைகளுக்கு வைட்டமின் "ஏ" கரைசல் கொடுக்கலாம்.

வைட்டமின் "டி" குறைபாடு

என்புகள் வைட்டமின் "டி" குறைபாட்டின் காரணமாக அதிகம் பாதிக்கப்படுகின்றன. இதனால் என்புகளின் அமைப்பு மாறுபட்டு ரிக்கட்ஸ் (Rickets) நோய் உண்டாகிறது. இது குழந்தைகளை அதிகம் பாதிக்கும் நோய்களில் ஒன்றாகும். இக் குறைபாட்டால் என்புகளின் வளர்ச்சி குன்றுகிறது. இதில் சுண்ணச்சத்து (Ca) என்புகளில் சேருவது தடுக்கப்படுவதால் என்புகள் தாறுமாறாக (irregular) வளர்ச்சியடைகின்றன. முக்கியமாக கபாலஎன்பு, நெஞ்சென்பு, முள்ளந்தண்டு, நீள என்புகள் ஆகியன அதிகம் பாதிக்கப்படுகின்றன. இதனால் குழந்தையின் உருவம் மாற்றமடைகிறது.

இக்குறைபாடு உள்ளவர்களுக்கு மீன் எண்ணெய், முட்டை, வெண்ணெய், நல்லெண்ணெய், பால், நெய், என்புரசம், எண்ணெய் வித்துக்கள் போன்ற உணவு வகைகளை அதிகம் வழங்கலாம்.

Reference

1. பிள்ளைப்பிணி மருத்துவம்
2. ஓலைச்சுவடி நூல்கள்
3. சித்தவைத்தியத் திரட்டு
4. குணபாடம் – மூலிகை, தாது வகுப்பு
5. மூலிகை இயல்
6. ஆங்கில மொழி நூல் – (O.P. Ghai)

5

மாந்தம்

மரு.T.K. கல்யாணசுந்தரம்

வளரும் குழந்தைகளுக்கு பல காரணங்களினால் உடல் இயக்கத்திலும் மற்றும் அந்தக் காரணங்கள் (உ.ம்) மனம், புத்தி, சித்தம், அகங்காரம் ஆகிய நான்கு நிலைகளிலும் மந்தமான இயல்பைத் தோற்றுவிப்பது மாந்தம் எனப்படும்.

இயல்

உண்ட உணவு அல்லது பால் செரியாமல், மேல் நோக்கி வாந்தியாக மாறும். கீழ்நோக்கி இறங்கி வெளிப்போகாமலும், இரைப்பையிலேயே தங்கி வயிறு இரைதல், ஏப்பம் விட வேண்டுமென முயற்சி செய்யினும் ஏப்பம் வராமை, வாந்தியெடுக்க முயன்றும் வாந்தி வராமை, என்றும் துன்பங்களோடும் கூடிய நோயாம். இந்நோய் தாலப்பருவம், சப்பாணிப் பருவம், முத்தப் பருவம், வருகைப் பருவம் ஆகியவற்றில் ஏற்படக் கூடியதாகும். குழந்யைின் முதலாண்டில் இருந்து மூன்று ஆண்டுகள் வரை தொடரும் நோய்.

நோய் வரும் வழி

தாய் உண்ணும் உணவின் தன்மையைப் பொறுத்தே, தாய்ப்பாலின் தன்மையும் இருக்கும். குழந்தையின் உடல் வளர்ச்சிக்கு இடையூறு செய்யக்கூடிய உணவுப் பொருள்கள், மற்றும் செயல்பாடுகளை, தாய் விலக்க வேண்டும். அவ்விதம் செய்யாது, தன் உணவாகச் சேர்த்து உண்பதால், அதிலிருந்து கிடைக்கக் கூடிய உணவுப் பொருள்களின் தன்மை, முக்குற்ற மிகு குறை, நிறை நிலையில் குழந்தையின் உடல் நிலையைப் பாதிக்கும். இதனால் குழந்தைக்கு மாந்தம் ஏற்படுகிறது.

மேலும் குழந்தை பிறந்த 1 வருடத்திற்குள் குழந்தைக்கு மாந்த நோய் ஏற்பட சுர நோயில் அதிக வாய்ப்பு இருக்கிறது. அதிகம் ஏற்பட்டுள்ள நிலையில் உணவு செரியாது மாந்தம் ஏற்படும். மேலும் பசி குறைவாக உள்ள குழந்தைகளுக்கு அதிகப்படியான உணவுகளைப் புகட்டுவதால் மாந்தம் ஏற்பட வாய்ப்பு ஏற்படுகிறது. தூய்மையற்ற நீரைத் தாய் குடிப்பதாலும், மந்தத் தன்மையை உண்டு பண்ணும் உணவுப் பொருள்கள் (எருமைப்பால், புளித்த எருமை மோர், நெய், மாம்பழம், கடலை, மொச்சைக் கொட்டை, பருப்பு உருண்டை மாவினால் செய்யப்பட்ட பொருள்கள், அதிரசம், வாயுப் பொருள்கள் (மீன், பன்றி, கள்) ஆகியவற்றை உண்பதாலும் தாய்க்கு மலச்சிக்கல் ஏற்படக் கூடும். இதன் காரணமாக அல்லது உடல் கனத்துத் துன்பப்படும்பொழுது, குழந்தையானது அத்தாயினிடம் பால் குடித்தால் கடுமையான சுரம் ஏற்படும். சுரத்தின் காரணமாக, தாய் நச்சுத் தன்மையுற்று பால் நச்சுத்தன்மையடைந்து குழந்தைக்கு மாந்த நோய் ஏற்படும்.

மேலும் வயிற்றில் புழுக்கள் அதிக அளவில் இருந்தால் மாந்த நோய்க்குரிய குணங்கள் ஏற்படும். சளி, இருமல் அதிகம் இருந்தால், சளி குழந்தையின் வயிற்றில் சேர்வதால் மாந்த நோய்க்குரிய குணங்கள் ஏற்படும். சிறுநீரகப் பாதிப்பு, சுவாச மண்டலப் பாதிப்பு போன்ற நோய்களில் அமில, காரத் தன்மையின் மாறுபாடு காரணமாக வயிற்றுப் பகுதி பெரிதாக மூச்சு விட இயலாமை, வயிற்றில் நீர் சேர்த்தல் போன்ற நிலைகளிலும் மாந்த நோய்க்கு உண்டான குறிகுணங்கள் ஏற்படும்.

மாந்தநோயின் வகைபாடுகள்

1. வளி மாந்தம், 2. அழல் மாந்தம், 3. ஐயம் மாந்தம், 4. விடம் மாந்தம், 5. போர் மாந்தம், 6. வாலை மாந்தம், 7. சுரம் மாந்தம், 8. நீர் மாந்தம் , 9. செரியாமை மாந்தம், 10. கட்டு மாந்தம், 11. பால் மாந்தம், 12. எரி மாந்தம், 13. துலை மாந்தம், 14. தலை மாந்தம், 15. கணம் மாந்தம், 16. வலிப்பு மாந்தம், 17. சுழி மாந்தம், 18. முக்கு மாந்தம், 19. சன்னி மாந்தம், 20. ஊதல் மாந்தம், 21. வீக்கம் மாந்தம்.

பத்து வகைபாடுகள்

1. உப்பல் மாந்தம், 2. வாந்தி மாந்தம், 3. வறட்சி மாந்தம், 4. திட்டு மாந்தம், 5. உளை மாந்தம், 6. அக்கரம் மாந்தம், 7. பேய் மாந்தம், 8. நீர்க்கண மாந்தம், 9. தோட மாந்தம், 10. கர்ப்ப மாந்தம்

மாந்தத்தின் பொதுக்குறி குணங்கள்

குழந்தையினுடைய உடம்பு கனத்திருக்கும். உடல் வலி காணப்படும். மிகுதியான வியர்வை உண்டாகும். குழந்தை சுறுசுறுப்பு இல்லாமல் சோர்ந்து காணப்படும். விடாது சுரமடிக்கும். உடம்பில் இருந்து ஒரு வித வெப்பு நாற்றம் உண்டாகும். மயக்கம் உண்டாகும். கண்விழி சிவந்திருப்பதோடு விழிகள் நிலையாக இராமல் சுழன்று கொண்டு இருக்கும். கண்களில் குழி விழுந்து காணப்படும். முகம் வெளுத்து ஒரு வகை மங்கிய ஒளி காணப்படும். குரல் தாழ்ந்து காணப்படும். வாய் உலரும். தாயினிடம் பால் உண்ணாது. அடிக்கடி வாந்தியாகும். பசி ஏற்படாது. சீதமும் மலமுமாகவும் கெட்டுப்போன பால் போலவும், தண்ணீர் போலவும் பல நிறமாகவும் பேதியாகும். கை, கால்கள் பின்னிக் கொள்ளும் (வலிப்பு ஏற்படும்). கை, கால்கள் சூடு இல்லாமல் குளிர்ந்து போகும். குழந்தை கையில் தங்காமல் சுடுவதோடு துள்ளும். இக்குறிகள் எல்லாம் மாந்தத்தின் பொதுக் குறி குணங்களாகும்.

மாந்தம்

வளி மாந்தக் குறிகுணம்

வளிமாந்தத்தில் கைகால் குளிரும். வயிற்றுப் பொருமலிருக்கும். கண்ணால் பார்த்துப் பார்த்து அழும். உடல் வியர்க்கும். பலவிதமான வலிப்புமிருக்கும். பலவிதமான துடிப்பும் இருக்கும். கொட்டாவி விடும். நாசித்துளையில் புண்ணுண்டாகும்.

மருத்துவம்

மாந்தத்திற்கான பொது மருத்துவம் வழங்க வேண்டும்.

அழல் மாந்தக் குறிகுணம்

தொடர்ந்து வாந்தியும் பேதியும் காணல், மூர்ச்சையுண்டாதல், குரற் கம்மல், உடல் மஞ்சளித்தல், உடலில் வியர்வை கசிதல், உடல் கடுத்தல், உடல் முழுமையும் நோக்காடு காணல், குளிர், மயக்கம் உண்டாதல்.

மருத்துவம்

மாந்தத்திற்கான பொது மருத்துவம் வழங்க வேண்டும்.

ஐயமாந்தக் குறிகுணம்

உடல் குளிரும். உடல் முழுமையும் சிலிர் சிலிர்க்கும். நாவெளுத்துக் காணும். பதறிப் பதறித் திடுக்கிடும். சுரமும் இருக்கும். வயிறு பேதியாகும். வயிறு பொருமும்.

மருத்துவம்

மாந்தத்திற்கான பொது மருத்துவம் வழங்க வேண்டும்.

விடமாந்தக் குறிகுணம்

குழந்தையினது வயிறு இரையும்; விம்மும்; கண்களை உருட்டி உருட்டிப் பார்க்கும்; பயப்படும்; தாய் கையில் தங்காது; உடல் வாடி இருக்கும். குழந்தையின் இடுப்பின் கீழ் குளிர்ந்திருக்கும். வியர்க்கும், வாந்தியாகும், வயிறு கழியும். கண் சொருகும், சோர்ந்து விழும். வயிறு நோகும், மலச்சிக்கலுடன் வயிறு போகும். அழுது அழுது அமர்ந்து போகும். விட்டு விட்டு சுரமடிக்கும்.

மருத்துவம்

சுக்காதிச் சுரசம்– காலை மாலை சிறுபாலாடை அளவு.

போர் மாந்தக் குறிகுணம்

வயிறு பொருமிக் கழியும். வயிற்றில் புரட்டல் கண்டு வலி ஏற்படும். தாய்ப்பாலை உண்ண முடியாமல் மங்கும். அடிக்கடி மிரளும். குழந்தை வாந்தி எடுக்கும். கண் குழிவிழும். அதிகமான நாவறட்சி ஏற்படும். சுரம் ஏற்படும். தவிரவும், மார்பு துடிக்கும். தலையைப் புரட்டும். சோர்ந்து மயங்கும். நெற்றி நரம்பு புடைத்துக் காணப்படும். வாயும், நெஞ்சும் உலரும். வயிறு ஊதிக் கொள்ளும். கண் குழி விழும். வாயில் நுரையுடன் வாந்தி காணும்.

மருத்துவம்

1. ஓமப்பொடி – வெந்நீர் அல்லது தாய்ப்பாலில்
2. உத்தாமணிச் சாறு – குன்றி அளவு, சுட்ட வசம்பு தோய்த்து
3. ஆமை ஓடு கருக்குக் குடிநீர் – துட்டெடை, 3 நாள்கள்

4. வேப்பீர்க்குப் பால்
5. உத்தாமணிச் சுரசம் – 1 உச்சிகரண்டி + கோரோசனை 1/4 குன்றி, காலை மாலை, 3–5 நாள்கள்.

வாலை மாந்தக் குறிகுணம்

குழந்தை காலையிலும், மாலையிலும் வீறி வீறி அழும்; கழுத்துத் துவழும்; தலை சாயும்; உடல் முழுவதும் குளிர்ந்து சில்லென்று இருக்கும். சுரம் காயும்; நீர் வடியும்.

மருத்துவம்

சஞ்சீவி மாத்திரை
பூர மாத்திரை தக்க அனுபாதத்தில்
அமுக்கிராக் கிழங்குச் சூரணம்

சுரமாந்தக் குறிகுணம்

மாந்த சுரத்தில் உடலும் முகமும் மினுமினுப்பாயிருக்கும். அதிகமான சுரமிருக்கும். குழந்தை பால் குடிக்காது. நீர் சிவந்துமிறங்கும். எதிரில் உள்ளவர் முகத்தைப் பலகாலம் பார்க்கும். மலஞ்சிவக்கும். மயக்கமும் வலியும் மிகுந்து இருக்கும். காலடி குளிர்ந்திருக்கும்.

மருத்துவம்

1. சீந்தில் குடிநீர் – காலை, மாலை, பாலாடை அளவு, 3 நாள்
2. தும்பைச் சுரசம் – 1 உச்சிக்கரண்டி + 1 குன்றி ஆமை ஓட்டுப் பற்பம், இரு வேளை, 2,3 நாள்கள்.

நீர்மாந்தக் குறிகுணம்

உடம்பு நளிருடன் குளிர்ந்து சிலிர்க்கும். தலை வலிக்கும். முகம் மினுமினுக்கும். நாவில் நீர் ஊறும். ஒக்காளிக்கும். உடம்பில் கை, கால்களில் தினவெடுக்கும். உரக்கப் பேசமுடியாமல் மெதுவாகப் பேசும். உறக்கமாயிருந்து தெளிந்து சிரிக்கும். மூத்திரத்தாரையின் கடுப்புடன் நீரிறங்கும். உடல் முழுமையும் வியர்வை விடல், வேர்வை வெளிவந்தபின் தலை வலித்தல், வயிற்றுவலி, சூலை வலி.

மருத்துவம்

1. மிளகு எண்ணெய் – கரண்டி அளவு, காலை, 3 நாள்
2. வெதுப்படக்கி எண்ணெய் – 1 உச்சிகரண்டி, காலை, 3 நாள்
3. வெள்ளெண்ணெய் – 1 கரண்டி, காலை 3 நாள்
4. நுணா இலைச்சாறு – 1 உச்சிகரண்டி எடுத்து, அரிசித்திப்பிலி, சுட்ட வசம்பு, பூண்டு, ஓமம் (வகைக்கு குன்றியளவு) அரைத்து, காலை மாலை 3 நாள்.

செரியாமாந்தம் குறிகுணம்

மிகுதியாகச்சுரம் இருக்கும். வயிறு பொருமி நொந்து அழும். மாவைக் கரைத்தது போன்று அடிக்கடி கழியும். ஒரு புறமாகப் படுத்து அரைக்கண் தூக்கம் கொள்ளல், கீரைத்தண்டு போல் சோர்ந்து சுருண்டு கிடத்தல் இவையேயன்றி பால்போல் கழிதல், வாந்தி ஆகியன உண்டாதல்.

மருத்துவம்

1. வசம்புக் குடிநீர் – 1 சங்கு அளவு, காலை மாலை
2. வேலிப்பருத்தி நெய் – அனுபானம் – எருமை வெண்ணெய், பெருந்தும்பைச் சாறு, இஞ்சிச் சாறு
3. பொடுதலைக் குடிநீர் – 1 சங்கு அளவு

கட்டு மாந்தக் குறிகுணம்

பசி மந்தப்படும். தாயின் பாலைச் சிறிது உண்டு பின் குடிக்காமல் திகைத்திருக்கும். ஓயா மலமும், சிறு இருமலுண்டாகும். உள்ளுக்குச் சுரம் காயும். மலசலம் கட்டும். பசி ஏற்படாது. தலைநோய், குறுவேர்வை, வயிற்றுவலி, குடலிரைச்சல், தூக்கம் போலிருந்து சோர்ந்து போதல்.

மருத்துவம்

1. இஞ்சி எண்ணெய் – நோயாளியைப் பொறுத்து அளவு மாறுபடும்.
2. சீந்தில் குடிநீர் – ஒரு பாலாடை அளவு, காலை மாலை
3. அகத்தி எண்ணெய் – 1 துட்டெடை, காலை 3 நாள்கள்

பல்மாந்தக் குறிகுணம்

கண் குழியும். செவி தாழும். அறிவு மயங்கும். கோழை உண்டாகும். வயிறு புண்போல் நோவும். புளித்த நாற்றத்துடன் கழிச்சல் ஆகும். வயிறு உப்பி பாலைப்போல் கழியும். குடித்த பால் செரியாமல் அப்படியே வாந்தியாகும். பலவிதமாய்த் தவிக்கும். கைகால்கள் வெதும்பும். குளிர் எடுக்கும். தலை தூக்கமுடியாமல் மயக்கமாயிருக்கும்.

மருத்துவம்

1. பொடுதலைக் காய் கற்கம் – பாக்கு அளவு, வெந்நீரில், காலை மாலை, 3 அல்லது 5 வேளை.

எரிமாந்தக் குறிகுணம்

குழந்தையின் உடம்பு மிகவும் எரியும். உழலை உள் காய்ச்சல் இருக்கும். உடல் பளுவாக இருக்கும். நீர்விடும்போது மெதுவாக இறங்கும். அப்படி இறங்கும்போது மிகவும் துன்பப்படும். மலம் முக்கி முக்கிப் போகும். இக்குணங்கள் எரிமாந்தக் குணமாகும்.

துலைமாந்தக் குறிகுணம்

அடங்காத வாந்தியும், உடம்பு நோக்காடுடன் கடுஞ்சுரமும் முக்கலும், முகக்கடுப்பும் ஏற்படும். கொட்டாவியுமுண்டாகும். தசை நோக்காடும், விரை விரைத்து வேர்வையுங் காணும். அன்றியும் நீர்வேட்கையும் ஏற்படும். முகத்தைப் பார்த்து அழும். விலாப்புறம் வீங்கும். குப்புறக் கவிழும்.

மருத்துவம்

விட்ணுகரந்தை சுரசம் 1/4 குன்றி கத்தூரி தூவி, 3 வேளை

தலைமாந்தக் குறிகுணம்

கை, கால்கள் குளிர்ந்து வயிறு பொருமும். கண்களைத் திறந்து பார்க்கும். முகமும் உடலும் வேர்க்கும். உடல் பலவிதமாக விரைத்து வலிக்கும். பொய் ஏப்பம் உண்டாகும். கொட்டாவி விடும். நாசியிலிருந்து நீர் வடியும். இக்குறிகளுடன், உடல் ஊதல், குலையில் வலியுண்டாகித் துள்ளித் துள்ளி

விழுதல், குளிர்தல், சுரமடித்தல், தலைநிமிர முடியாமை, உடலை அசையவொட்டாமல் பிணம்போல் கிடத்தல் என்னும் இக்குறி குணங்களும் தலைமாந்தத்தில் உண்டாகும்.

கணமாந்தக் குறிகுணம்

உடம்பு இளைக்கும். இருமல் இருக்கும். அடிக்கடி சுரம் காயும். மூக்கில் நீர் வடியும். வயிறு உப்பும். தலை வலிக்கும். வயிறு இரைந்து பலவிதக் கழிச்சல் காணும். கண் மயக்கம் உண்டாகும்.

வலிமாந்தக் குறிகுணம்

கை, கால்கள் அயர்ந்திருக்கும். அடிக்கடி இசிவு காணும். பலவிதமாய்க் கழியும். மார்பில் வலி மிகுதியாக இருக்கும். பல் கட்டி பல்லை நறநறவென்று கடிக்கும். வாந்தி பண்ணும். மயக்கமாய்க் கிடக்கும்.

சுழிமாந்தக் குறிகுணம்

சுரம் விட்டு விட்டு இருக்கும். சுரத்தோடு இரைப்புங்காணும். தூக்கம் இன்மை, இரைத்தல், விக்கல், மூச்சின் விரைவால் விலாவிற் பள்ளம் விழுதல், பால் குடியாமை, பார்த்தவர் கண்களுக்கு உடல் மங்கினது போற் காணல், பார்த்தவர்கள் இருப்பானோ, இறப்பானோ என்று எண்ணும்படியாகக் காணும்.

மருத்தும்

ஈருள்ளி எண்ணெய் –1 பலம், காலை.

முக்கு மாந்தக் குறிகுணம்

குழந்தை முக்கி முக்கிச் சீயும், மலமும் கழியும். திடீரென்று சுரம் காயும். பின் கால் வீங்கும். அயர்ச்சியோடு சதை, தோல் எலும்பு, நரம்பு ஆகியவை வெதும்பி உருக உடலையும் உருக்கும்.

சன்னிமாந்தக் குறிகுணம்

பத்தியம் கெட்டுவிட்டால் அதன் காரணமாக மாந்தம் மிகுதியாகி துன்பத்தை உண்டாக்கி மயக்கம் உண்டாக்கும். அதனால் சன்னி உண்டாகும். சுரம், தாகம், நாவில் முள், அறிவு கலக்கம், கண் தாழ்வு, உடல் இளைப்பு,

இடைவிடாமல் அலறுதல், வாய் பிதற்றல், ஒரு கண் திறந்து இருக்க மற்றொரு கண்ணை உருட்டிப் பார்த்தல், கழுத்து ஊசி போலாதல், பாசிபோல் பீளை சார்தல், நாவின் முள் தடித்தல், வாந்தி ஆகிய குணங்கள் தோன்றும்.

மருத்துவம்

கோரோசனை மாத்திரை 1 குன்றி, தாய்ப்பாலில் இழைத்து, 3–5 நாள்.

ஊதுமாந்தக் குறிகுணம்

குழந்தையின் உடல் முழுவதும் ஊதல், வாந்தி, கழிச்சல், குடல் இரைதல், தொடையில் வலித்தல், சுரங்காய்தல், உடல்கடுத்தல் ஆகிய குணங்கள்.

வீக்கமாந்தக் குறிகுணம்

கண்ணும் காதும் மிகவீங்கும், பிறகு வற்றும். நா புண்படும். ஓயாது சுரங்காயும். கைகால் நோவும். அன்னத்தை வெறுக்கும்.

உப்புமாந்தக் குறிகுணம்

நீர்வேட்கை ஏற்படும். சுரம் உண்டாகும். வாய் பிதற்றல் ஏற்படும். வயிறு இரைந்து உப்பி கழிந்து உடனே வாந்தி பண்ணும். குழந்தை தாயிடம் பால் உண்ணாது. மயக்கம் ஏற்படும்.

வாந்தி மாந்தக் குறிகுணம்

குழந்தையின் வயிற்றில் மந்தமுண்டாகும். அதனால் மார்பில் கோழை மிகுதியாகச் சேர்ந்து குடிக்கின்ற தாய்ப்பால் வயிற்றில் தங்காமல் வாந்தியாகும். வியர்வை மிகுந்து சோர்வடைந்து விழுந்துவிடும். மேலும் வாந்தி காணும்.

வரள் மாந்தக் குறிகுணம்

தோல் சுருங்கி, உடல் வெளுத்து மயக்கம் காணும். பால் குடிக்கும். உடம்பு இளைக்கும். காலும் கையும் வறண்டு, உடல் கடுப்பும் வலிப்புமாய் இருக்கும். குழந்தையின் உருவமே மாறிவிடும். இன்னும் உடல் சில்லென்றிருக்கும், கைகால்கள் ஊதல் என்னும் குறிகளும் வரள் மாந்தத்தில் ஏற்படும்.

திட்டு மாந்தக் குறிகுணம்

மலக்குடலில் மலம் சிக்கும். வறட்சி ஏற்படும். உள்ளே குளிர்ச்சியாக இருக்கும். மிகுந்த சுரம் இருக்கும். குழந்தை சுரம் தாங்காது அடிக்கடி அழும்.

உளைமாந்தக் குறிகுணம்

வாயுவானது அதிகமாகக் குடலைப் பற்றிக் கொண்டு மலத்தைச் சிக்கிக் கருகச் செய்யும். சில சமயங்களில் மலம், நீர் இரண்டும் கட்டிக்கொள்ளும்படிச் செய்யும். குழந்தை அலறி தேம்பித் தேம்பி அழும். அன்னையைத் தேடி அழும். தாய்ப்பால் உண்ணாது. மருண்டு மருண்டு பார்க்கும்.

அக்கரமாந்தக் குறிகுணம்

குழந்தைகட்கு அந்தியில் சூடு உண்டாகும். உடம்பு குளிரும். சுரம் இருக்கும். உடம்பு ஓய்ச்சலாக இருக்கும். மூச்சில் அனல் வீசும். உதடுகள் வெடித்து வாயில் புண் உண்டாகும். நெஞ்சு உலரும். குழந்தைகள் அன்னையைத் தேடிஅழும். வாய் திறக்கவொட்டாது. குழகுழவென்று கழிச்சலாகும்.

மருத்துவம்

மணித்தக்காளி எண்ணெய்யை வாய்ப்புண் உள்ள இடத்தில் தடவ வேண்டும்

பேய்மாந்தக் குறிகுணம்

இடுப்பு, கை, கால், நெற்றி, முகம், கண், மூக்கு முதலிய இடங்களில் பிடிப்பு உண்டாகி வலிக்கும். பிடரியில் பின்னி வலிக்கும். தாள் நரம்பைப் பற்றி இழுக்கும். வாயிலிருந்து நுரை நீர் விழும்.

நீர்க்கண மாந்தக் குறிகுணம்

இருமல், மூக்கில் நீர் வடியும். இடை இடையே விட்டு விட்டுச் சுரம் காயும். வயிறு பொருமி இரையும். பலவிதமாய் பேதியாகும். கண் சொருகும், உடம்பு, முகம், ஆகியன சோரும். தலைபுரட்டல், மயக்கம் ஆகியன உண்டாகும்.

மருத்துவம்

அந்தாதிக் குளிகை. குன்றி அளவு, தாய்ப்பாலில், 3 நாள்.

தோடமாந்தக் குறிகுணம்

குழந்தையின் கண்கள் சொருகும். சீதமாய்க் கழியும். சிலவேளை தண்ணீராய்க் கழியும். உடல் கறுத்துக் காணும். மலவாய் மாங்காய் போல் வெளிப்படும். உடல் மிக இளைக்கும். வயிறு, வானம்போல் பெருகும். குழந்தை உடம்பு மிக நாறும். தாயிடம் பால் குடிக்காது; குடித்தாலும் அருவருக்கும். உடம்பு காயும். கண் குழிவிழும்.

கர்ப்ப மாந்தக் குறிகுணம்

சூலாயிருக்கும் தாய் உண்ணும் உணவு மிக எளிதிற் செரிக்கக்கூடியதாக இருக்கவேண்டும். அவ்விதமல்லாமல் மந்தத்தன்மையுடையதாக இருக்குமானால் கருப்பைக்குள் இருக்கும் குழந்தைக்கு அது பொருந்தாமல் மாந்தம் என்னும் நோயை உண்டாக்கும்.

பிள்ளையின் வாயில் அளவற்ற புண்ணுண்டாகி உடல் மிகவும் இளைத்துவிடும். இப்படி இரண்டு ஆண்டு இருந்து பின் குழந்தையின் அரையில் ஒரு கட்டியாய் நெரிகட்டி உடம்பெல்லாம் நெரிந்து இடைவிடாத காய்ச்சலுண்டாகி உடலும் வீங்கி வெளுக்கும்.

பிறகு மூன்று திங்கள் சென்றால் நஞ்சுண்டதைப் போன்று விடம் ஏற்பட்டு கைகால்களில் ஆழமான புண்கள் உண்டாகும். நெஞ்சில் ஒருவகையான காரல் உண்டாகும். நாடி மூன்று ஆண்டுகளுக்கு மேல் நன்றாகத் துடிக்காமல் படுத்த படுக்கையாயிருக்கும். மஞ்சள் நிறமாகவும், கொடிக்கொடியாகவும் வாந்தியாகும். உடல் தேவாங்கைப் போன்று இளைக்கும்.

கழி மாந்தக் குறிகுணம்

வாந்தி ஏற்படும். மயக்கம் உண்டாகும். மூர்ச்சையாகும். வாய் ஒயும். குரல் தாழும். எப்போதும் உடல் சூடாகவே இருக்கும். கைகால்கள் சில்லிட்டிருக்கும். கைகால்களில் நோவு ஏற்படும். சோர்ந்து சோர்ந்து மலங்கழியும். குழந்தை பலவகையால் சீர் குலைந்திருக்கும்.

மாந்தம், கட்டுமாந்தம், கழிமாந்தம், வலிமாந்தத்திற்கு

முக்கடுகாதி மாத்திரை: சுண்டைக்காய் அளவு, வெந்நீர், 3 நாள்.

கல்மாந்தக் குறிகுணம்

சுரமடிக்கும். உடல் வெளுக்கும். நாவுலரும். கால் குளிர்ந்திருக்கும். கையால் முகத்தை நெருகும். குழந்தை வாடி இருக்கும். பலவிதமாகக் கழியும். உடல் வடிந்து சிரம் வேர்க்கும்.

மாந்தங்களுக்குப் பொது மருந்து

1.	வேலிப்பருத்திச்சாறு	–1 பாலாடை அளவு, 2 குன்றி சுட்ட வசம்பு தூள், 2குன்றி கண்டுபாரங்கி, 2 குன்றி ஆமையோட்டுப் பற்பம் கலந்து 3 நாள்கள் கொடுக்க வேண்டும்.
2.	பொடுதலைச் சுரசம்	
3.	வெற்றிலைக் காம்பு கற்கம்	
4.	ஓமக்குடிநீர்	– காலை, மாலை கொடுக்கவும்
5.	உத்தாமணிக் குடிநீர்	– 1 சங்களவு, காலை மாலை
6.	ஓமாதியுருண்டை	– துவரை அளவு, 3–5 நாள்கள்
7.	வாய்விளங்க உருண்டை	– சூரைக்காயளவு, 1 மாத்திரை
8.	உத்தாமணி நெய்	
9.	பூண்டெண்ணெய்	– 1 துட்டெடை, காலை மாலை

6

கணம் (இளம் காசநோய்)

மரு. T.K. கல்யாணசுந்தரம்

கணம் என்பது கர்ப்பச்சூடு, சயநோய், இளம்காச நோய், எலும்புருக்கி நோய் என்றும் குறிப்பிடப்பெறும். நோய்க் கிருமிகளால் மாந்த நோய்க்கு உட்படும் குழந்தைகளுக்கு அதைத் தொடர்ந்து வரும் நோய் கணம் எனப்படும். இந்நோய் பள்ளி செல்லும் பருவத்தில், மூன்று வயது முதல் ஏழு வயது வரையிலான கால அளவில் குழந்தைகளைப் பாதிக்கும். மேலும் இந்நோயுடன் பல்வேறு நோய்களும் சேர்ந்து வருவதால் குழந்தைகள் மிகவும் பாதிப்பு அடைவார்கள்.

நோயின் தன்மை

சிறு அளவில் ஐயக்காலமாகிய மாலைப் பொழுதில் சிறு சுரம் தோன்றி, குழந்தைகள் தன் இயல்பு நிலையில் இருந்து மாறி வீட்டிலேயே முடங்கி, பசி குறைந்து, உணவின் மேல் வெறுப்பு, பொதுவான மந்த நிலை, நச்சுத் தன்மை ஆகியன ஏற்பட்டு, உடற்கட்டமைப்பு படிப்படியாக வலிமை குன்றி, ஊக்கம் இழந்து, தேய் நிலாவைப் போன்று உடலைப் பொலிவிழக்கச் செய்யும்.

நோய் தோன்றும் முறை

உள்ளம் தெளிவற்று இருக்கும் தாயின் உடல் நிலை பாதிக்கப்படுகிறது. அதனால் அத்தாயைச் சார்ந்து வாழும் குழந்தையின் உடலும் பாதிக்கப்பட்டு அவதியுறுகிறது. மேலும் தாய்க்கு அதிகமான துயரம் வந்து அடைவதாலும், மாசற்ற நீரைப் பருகுவதாலும், அதிகமான சலதோடம் ஏற்படுவதாலும், பசியுடன் இருக்கும் தாயின் பாலைப் பருகுவதாலும், குழந்தைக்குக் கண நோய் ஏற்படுகிறது. இந்நோய்க் கிருமிகள் சளி, எச்சில் மூலம் வெளியாகி காற்று, தூசி மூலம் பரவிப் பாதிப்பு ஏற்படும். குழந்தைகளுக்கு பெரியவர்கள் போல் சயநோய்க் கிருமிகளை எதிர்த்துப் போராடக்கூடிய நோய்எதிர் அணுக்கள் இல்லை. இதனால் நோய் உடலில் எளிதில் பரவி முக்கிய உறுப்புகளையும் பாதிக்கும். மேலும் குடும்பத்தில் வறுமை, வாழும் இடம், தாய் தந்தையர் நோயினால் பாதிப்பு அடைந்த நிலை, ஊட்டம் இல்லாத உணவுகளைத் தொடர்ந்து உண்ணல், பள்ளியில் நோயுற்ற குழந்தைகளுடன் நெருங்கிப் பழகுதல் போன்ற காரணங்களினால் கண நோய் ஏற்படும். மேலும் தட்டம்மை, கக்குவான் போன்ற நோய்களினால் பாதிக்கப்பட்டு, சரியான மருத்துவ சிகிச்சை, ஊட்ட உணவு வகைகள் இல்லாத காரணத்தாலும் கண நோய் ஏற்படலாம்.

நோய்க் குறிகள்

வயிற்று வலி
நாவேக்காடு
மேல்மூச்சு
கர் கர் ஒலியுடன் இருமல்
வியர்வை
வயிறு கழிதல்
மலம் எண்ணெய் கசிவு போல் இருத்தல்
கழிச்சல்
உட்சுரம்
மலக்கட்டு
மலத்துவாரத்தில் எரிச்சல்
மார்பு கூம்பு போல் எழும்புதல்
வாய் நாற்றமடித்தல்

மாலை நேரங்களில் சிறு சுரம் (99 to 100° F), உணவில் விருப்பமின்மை, பசியின்மை, உடல் சோர்வு, மந்தம், உடல் வலி, எடைக் குறைவு போன்ற நோய்க்குறிகள் காணப்படும். இளங் காசநோயில் விடவேகம் குறைந்த அளவில் தொடங்கிய நிலையில் சுரத்தின் அளவு தெரிவதில்லை. பின்பு சுரம் சற்று அதிகரித்த போதிலும் குழந்தைகள் சுரத்தின் தன்மையை எளிதில் உணருவது இல்லை. இருப்பினும் மாலை நேரங்களில் குழந்தைகள் தன் இயல்பு நிலையில் இருந்து மாறி வீட்டிலேயே படுத்துக் கொள்வர். நீண்ட நாள்கள் சுரம் வருவதற்குக் கணம் நோய் ஒரு முக்கிய காரணம். காச நோயின் நச்சுத்தன்மை முதலில் புப்புசத்தில் (நுரையீரல்) உள்ள நுண் காற்றுப் பையைத் தாக்கி ஒரு தாபிதத்தை உண்டு பண்ணும். இது முதன்மைப் பகுதி (Primary Focus) என்று அழைக்கப்படுகிறது. இதையே கான்அறிகுறி என்றும் அழைப்பர். (Ghon's Focus). பின்பு இந்தப் பகுதியில் நிணநீர் நாளங்களும் பாதிக்கப்படுகின்றன. நோய்க் கிருமிகள் மற்ற நிணக் கோளங்களுக்கும் பரவுகின்றன. மூச்சுக்கோளம் அழற்சி அடைகின்றது. நாளடைவில் நுரையீரலில் உள்ள திசுக்கள் சிதைவு மாற்றங்களை அடைந்து அதிகரிக்கின்றன. இவை அனைத்தையும் ஒன்று சேர்த்து முதன்மைத் தொகுப்பு என்று அழைக்கின்றனர். பின்பு வபா நீர் மூலம் காச நோய் நுண் உயிர்கள் குருதியோட்டத்தில் கலக்கின்றன. இது தொடர்ச்சியாக உடலில் எல்லாப் பாகங்களுக்கும் செல்லும். குழந்தையின் நோய் எதிர்ப்புத் தன்மையைப் பொறுத்தும், குழந்தையின் பராமரிப்பைப் பொறுத்தும் இந்த நோய் இயற்கையாகவே எளிதில் குணமடையும். அல்லது நோயின் தன்மை அதிகரித்து பல தீய விளைவுகளை உண்டாக்கும். காசநோய்க் கிருமிகள் மூளையின் பல பகுதிகளுக்கும் செல்வதால் மூளை உறை தாபிதம், மூளைக் காசநோய்க் கட்டி போன்றவை ஏற்படுகின்றன. இதனால் குழந்தைகளுக்கு அடிக்கடி வாந்தி, தலைவலி, வலிப்பு, வயிற்றுவலி. கழிச்சல் போன்ற நோய்க்குறிகள் ஏற்படுகின்றன. மேலும் கழுத்து இறுக்கம். கண்பார்வைக் கோளாறுகள், பேச்சுக் குழறல், மயக்க நிலை, உடல் வில்போல் வளைதல் போன்ற நோய்க்குறிகள் ஏற்படுகின்றன. இறுதியில் பக்கவாதம் ஏற்படவும் வாய்ப்பு உண்டு.

மேலும் இந்நோய் நுரையீரலைத் தவிர்த்து மற்ற உறுப்புகளையும் பாதிக்கும். இதயத்தின் வெளிப்பகுதியில் காணப்படும் பரீரிகம் தாபிதம் அடைகிறது. காதில் காசநோய் ஏற்படுவதும் உண்டு. கண்ணில் கண் காச நோய் ஏற்பட வாய்ப்பு உண்டு. வயிற்றுப் பகுதியில் குறைந்தஅளவு காசநோய் காணப்படுகிறது. வயிற்றுப் பகுதியில் ஏற்படும் காச நோய் கோட்ட கத தோடம்

என்று அழைக்கப்படும். எலும்பு, தண்டுவடம், மூட்டுக்கள் போன்ற பகுதிகளையும் காசநோய் தாக்கலாம். இது சந்திக தோடம் என்று அழைக்கப்படும். நோயினுடைய முற்குறிகள் ஏற்பட்டு பல ஆண்டுகளுக்குப் பின்னர் தோலில் காசநோய்க் குறிகள் ஏற்படுகின்றன.

கணங்கள் இருபத்து நான்கு வகைப்படும். அவை வருமாறு:

1.வளி கணம்	13. வீக்கக் கணம்
2. அழற் கணம்	14. பிறக் கணம்
3. ஐய கணம்	15. அந்தகக் கணம்
4. மாந்த கணம்	16. மந்தாரக் கணம்
5. நீர்க் கணம்	17. எரி கணம்
6. பிரளிக் கணம்	18. நீராம கணம்
7. சூலிக் கணம்	19. ஆம கணம்
8. சுழிக் கணம்	20. மூக்கு கணம்
9. மகா கணம்	21. மூலக் கணம்
10. ஊது கணம்	22. பேராம கணம்
11. வரள் கணம்	23. இரத்த கணம்
12. கொதிப்புக் கணம்	24. சிங்கிமாந்த கணம்,

என 24 வகைப்படும்.

வளி கணம் – நோய்க்குறிகள்

வயிறு இரையும்; நா வரளும்; புகைச்சலும் இருமலுமுண்டாகும்; அதிக தாகம் ஏற்படும்; சுரமிருக்கும்; பசி உண்டாகாது; நீர்ச்சுருக்குண்டாகும். இவை வளி கணத்தின் நோய்க் குறிகளாகும்.

அழற் கணம்– நோய்க் குறிகள்

உடல் தகவென எரியும். நாளாக உடல் உலரும். மார்பில் வலியும், நாக்கிலும் கடைவாயிலும் புண்ணும் உண்டாகும். சுரமிருக்கும். அதனால் உடல் எரியும். மஞ்சள் நிறமாய் வயிறு மிகக் கழியும். மயக்கமும் தலை கிறுகிறுப்புமிருக்கும்.

ஐய கணம் நோய்க்குறிகள்

உடல் முழுவதும் தினவும், சொறியும் உண்டாகும். அது உடம்பில் ஊறி கை கால்களில் வீக்கம் உண்டாகும். வாய் நாற்றம் ஏற்படும். சுரமிருக்கும். மார்பில் சளி கட்டும். அதனால் இருமல் உண்டாகும். மேல் உதடு வெடித்து புண்ணுண்டாகும். எப்பொழுதும் ஆயாசமாக இருக்கும்.

மாந்த கணம்

நோய்க் குறிகள், நோயின் தன்மை, நோய் ஏற்படும் முறை

தாயானவள் தலைக்கு எண்ணெய் தேய்த்து சுத்த நீரில் முழுகி உணவு உண்டவுடன் மயக்கம், கோபம், தாகம் முதலியவற்றால் படுத்து உறங்கி விட்டால் அதன் காரணமாக மேல் நோக்குங்கால் மிகுதிப்பட்டு மிகுந்த விரக துன்பம் நேரிடும். இதன் காரணமாக புருட சையோகஞ் செய்வதால் உடல் நொந்து கடுக்கால் வெளிப்பட்டு உந்தியிற் புகுந்து குளிர்ச்சியை உண்டாக்கும். அதன் பிறகு ஏழு நாள் வரை தலைப்பிடிப்பு, கபால சூலை உண்டாகும். அதன் பிறகு ஏழு நாள் கழிந்தால் உடல் வெளுக்கும்; வயிறு நோவும். இதைச் சூதக நோய் என்றும் பாசிபோல் நாபியில் அழுக்கு சேர்ந்து இருக்குமென்றும், அழற் சூட்டால் உந்தி முதல் வெந்துபோன நோயென்றும், தந்திர வாயுவால் உண்டான சந்தி என்றும் கூறுவர்.

இப்படிப்பட்ட காலத்திற் தங்கிப் பிறக்கும் குழவிக்கும் பத்து நாள் வரை பால் கிடைக்கும். பிறகு மூலச் சூட்டால் பால் கல்போல் கட்டும். இப்பாலைப் பருகிய குழந்தைக்கு உடம்பு இளைத்தல், தலைவலி, வாந்தி, வாய்நீர் பெருகுதல், தலைச்சுற்று முதலியன உண்டாகும். இரண்டு ஆண்டு கழிந்த பிறகு அப்பிள்ளை தேங்காய், வாழைப்பழம், தித்திப்பு, வடை, பாயசம், பலாப்பழம், மீன், அரிசி, அடை ஆகியவற்றைச் சாப்பிடுவதால் அக்குழந்தைக்குக் கண நோய் உண்டாகும்.

மாந்த நோயால் கணம் பற்றிய குழந்தை, அந்நோய் கண்ட எட்டு நாள்களுக்குள் வாந்தி எடுக்கும். வயிறு இரைச்சலுடன் பச்சையாகக் கழியும். விழி சுழன்று நாக்கு உலரும். நடப்பதில் அசதி, அழுதல், அதிக தாகம் முதலியனவற்றால் வருந்தும். இவை முதல் நான்கு நாள்கள் மிகவும் துன்பம் அளிப்பனவாக இருக்கும்.

கணமாந்தத்திற்கு வெள்ளாட்டுப் பால்

தேவையான பொருள்கள்

வெள்ளாட்டுப் பால், ஆமணக்கு நெய், திருகுக் கள்ளிப்பால், இண்டங்கொழுந்து, செண்பகப்பூ, அதிமதுரம், சாதிக்காய், சாதிபத்திரி, இலவங்கம், ஏலரிசி, ஒருதலை வெள்ளுள்ளி, சீரகம், கருஞ்சீரகம், வசம்பு, விலாமிச்சை வேர், நன்னாரி வேர், வெட்டி வேர், சிறுநாகப்பூ, கோரைக்கிழங்கு, கிச்சிலிக்கிழங்கு, கோரோசனம், கடுக்காய்த் தோல், கடுகுரோகணி, கோட்டம், பச்சிலை, சுக்கு.

செய்முறை

வெள்ளாட்டுப்பால் இரண்டு படி, ஆமணக்கு நெய் ஒரு படி, திருகு கள்ளிப் பால் 1 பலம் எடுக்கவும். இண்டங்கொழுந்து 1 பிடியுடன் செண்பகப்பூ, அதிமதுரம், சாதிக்காய், சாதிபத்திரி, இலவங்கம், ஏலரிசி, ஒரு தலை வெள்ளுள்ளி, சீரகம், கருஞ்சீரகம், வசம்பு, விலாமிச்சை வேர், வெட்டி வேர், நன்னாரி வேர், சிறுநாகப்பூ, கோரைக்கிழங்கு, கிச்சிலிக்கிழங்கு, கடுக்காய்த்தோல், கடுகுரோகணி கோட்டம், பச்சிலை, சுக்கு ஆகியவற்றை ஒரு காசுஎடை சேர்த்து இடித்து, வெள்ளாட்டுப் பாலால் அரைத்து கலக்கி அதனுடன் கோரோசனத்தைத் தூள் செய்து கூட்டி அடுப்பில் வைத்து எரித்துப் பக்குவமாகக் காய்ச்சி வடித்துக் கொண்டு குழந்தைகளுக்கு ஒரு உச்சிக் கரண்டி அளவு தாய்ப்பாலுடன் கலந்து காலையில் மாத்திரம் மூன்று அல்லது ஐந்து நாள்களுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். இதனால் கண மாந்தம் நீங்கும். அத்துடன் வறட்டு இருமல், மேகம், வாயு, அழல்வளி ஆகியளவும் நீங்கும்.

பால சஞ்சீவி மாத்திரை

தேவையான பொருள்கள்

பால்துத்தம், கோரோசனம், வெங்காரம், கொள்ளுக்காய், வேளை வேர், கடுகு ரோகணி, அகத்திக் கீரைச்சாறு

செய்முறை

பால்துத்தம், கோரோசனம், வெங்காரம், கொள்ளுக்காய், வேளை வேர், கடுகுரோகணி, அகத்திக்கீரைச்சாறு இவற்றை ஒவ்வொன்றிலும்

முக்கழஞ்சு அளவில் எடுத்து அகத்திக்கீரைச் சாறுவிட்டு ஒரு சாமமரைத்துச் சிறுபயறளவு உண்டை செய்து வெந்நீரில் அல்லது மாந்தகணத்தை நீக்க வல்ல இலைகள் பிட்டவித்த நீரில் அல்லது தாய்ப்பாலில் வேளைக்கு ஒரு மாத்திரையாக காலை மாலை இரண்டு வேளையும் மூன்று நாள்களுக்குக் கொடுக்க கணமாந்தம் முதலிய எல்லா நோய்களும் நீங்கும்.

வல்லாரை எண்ணெய்

தேவையான பொருள்கள்

பொன்னாங்காணிக் கீரை, வல்லாரைக் கீரை, புளியாரைக் கீரை, கீழாநெல்லி, துளசி இலை, சிறுபுள்ளடி இலை, வரட்பூலா இலை, தகரை இலை, ஓரிதழ்தாமரை இலை, புங்கு இலை, கோழியவரை இலை, தூதுவளை இலை, அம்மான்பச்சரிசி இலை, துவரை இலை, பீர்க்கிலை, சுரை இலை, வெண்ணொச்சியிலை, அவரையிலை, செந்நாயுருவி இலை, முட்காய் வேளை, நிலகடம்பிலை, ஆடுதின்னாபாளை, உத்தாமணி இலை, மிளகுத் தக்காளி இலை, ஆடாதோடா இலை, நாய்வேளை இலை, வேப்பிலை, கணப்பூண்டிலை, முதியார் கூந்தல் இலை, முசுமுசுக்கை வேர், பொன் முசுட்டை, நரிபயற்றங்கொடி, ஆவாரை இலை, விட்ணுகிரந்தியிலை, பீச்சங்கு இலை, நாவல் தளிர், வில்வ இலை, குட்டி விளா இலை, சீரகம், வசம்பு, திப்பிலி, கடுகு ரோகணி, பூவந்திப்பழம், ஆமை ஓடு, கடல் நுரை, கருநொச்சியிலை, சிறுசின்னியிலை, காவட்டம்புல், நுணாத்தளிர், சிறுகீரை இலை, முருங்கை இலை, அத்தியிலை, நிலக்குமிழ், சுரை இலை, சங்கங் குப்பியிலை, தாளியிலை, கண்டங்கத்திரி இலை, சீந்தில் கொடி, சிற்றாமணக்கு நெய், கிராம்பு, வெள்ளுள்ளி, பற்படாகம், மஞ்சள், ஈருள்ளி, கருஞ்சீரகம்.

செய்முறை

பொன்னாங்காணிக் கீரை முதல் குட்டி விளா இலை வரை குறிப்பிடப்பெற்ற ஐம்பத்தொரு பொருள்களையும் சரிக்கூட்டி, பிழிந்து அதிலிருந்து ஒரு பிடிச் சாறு எடுத்து அதை ஒரு மண் சட்டியிலிட்டு, அதில் இரண்டு படி சிற்றாமணக்கு நெய் கலந்து, அதில் சீரகம், கிராம்பு, வசம்பு முதலியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் வகைக்கு வராகனெடை வீதம் எடுத்து உழக்கு நீர்விட்டு அரை ஆழாக்காகக் குடிநீர் தயாரித்து, ஒரு சங்களவு வீதம் காலையிலும் மாலையிலுமாகக் கொடுத்து வந்தால் மாந்தகணம், பொருமல், இருமல், கபம் முதலியன தீரும்.

மாந்த கணத்திற்கு விட்ணுகிரந்திக் குடிநீர்

தேவையான பொருள்கள்

விட்ணுகிரந்தி, துளசி, திப்பிலி, மாமரத்துப் புல்லுருவி

செய்முறை

மேலே குறிப்பிடப்பெற்ற நான்கு சரக்குகளில் ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு வராகனெடை வீதம் எடுத்து உழக்கு நீர்விட்டு அரை ஆழாக்காகக் குடிநீர் தயாரித்து, ஒரு சங்களவு வீதம் காலையிலும் மாலையிலுமாகக் கொடுத்து வந்தால் மாந்தகணம், பொருமல், இருமல், கபம் முதலியன தீரும்.

மாந்த கணத்திற்குப் பச்சிலைச்சாறு

தேவையான பொருகள்

நொச்சியிலை, துளசி இலை, முசுமுசுக்கை இலை

செய்முறை

நொச்சி இலை, துளசி இலை, முசுமுசுக்கை இலை இம்மூன்றையும் ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு பிடி வீதம் எடுத்து பிட்டவியலாகச் செய்து சாறு பிழிந்து காலையிலும் மாலையிலும் ஒரு சங்களவு வீதம் கொடுத்து வர மாந்தம், மாந்த கணம் தீரும்.

மாந்த கணத்திற்குப் புள்ளடி எண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

புள்ளடி, தகரை, கருநொச்சி, வெள்ளுள்ளி, வெண்காயம், சுக்கு, வட்டத்திருப்பி, ஏலரிசி, திப்பிலி, பொடுதலை, மிளகுத் தக்காளி, பழம்பாசி, வசம்பு, சிற்றாமணக்கெண்ணெய், ஓமம், வேளைவேர், சித்திரமூல வேர்ப்பட்டை.

செய்முறை

புள்ளடி, பொடுதலை, தகரை, மிளகுத் தக்காளி, கரு நொச்சி, பழம்பாசி, வெள்ளுள்ளி, வசம்பு, வெண்காயம் ஆகியவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு

ஆழாக்கு சாறு எடுத்து சிற்றாமணக்கு எண்ணெயுடன் ஒன்றாய்க் கூட்டி எரித்து, பக்குவபாகத்தில் வடித்து காலையில் மாத்திரம் உச்சிக்கரண்டி அளவு எடுத்து குழந்தைக்குக் கொடுக்க வேண்டும். அத்துடன் மாலையில் சுக்கு, ஓமம், வட்டத்திருப்பி, வேளை வேர், ஏலரிசி, சித்திரமூல வேர்ப்பட்டை, திப்பிலி ஆகிய இவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் கால் வராகனெடை வீதம் எடுத்துக் கூட்டி, குடிநீர் தயார் செய்து கொடுக்க வேண்டும்.

மாந்த கணத்துக்கு வேலிப் பருத்தி நெய்

தேவையான சரக்குகள்

எருமை வெண்ணெய், உத்தாமணி சமூலம், வெள்ளை சாரணைவேர், குட்டி விளா வேர், வேளை வேர், சுட்ட வசம்பு, வெள்ளை வெங்காயம்

செய்முறை

ஐந்து பலம் எருமை வெண்ணெயைச் சட்டியிலிட்டு அது காய்ந்து வரும் நேரத்தில் உத்தாமணி சமூலம், வெள்ளை சாரணை வேர், குட்டி விளாவேர், வேளை வேர், சுட்ட வசம்பு, வெள்ளை வெங்காயம் ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் கழஞ்சு எடுத்து, அரைத்துச் சேர்த்துப் பதமாய் காய்ந்தபின் வடித்து வைத்துக் கொண்டு ஒன்று முதல் இரு துட்டெடை ஒரு சங்கு தாய்ப்பாலில் கூட்டி நோயின் தன்மைக்கு ஏற்ப நாளளவு கொடுத்தால் மாந்த கணநோய்கள் தீரும்.

மாந்த கணத்துக்கு நன்னாரி குடிநீர்

தேவையான சரக்குகள்

நன்னாரி வேர், காட்டு மல்லிகை வேர், ஈயத்துண்டு, பாவட்டை வேர், கொளிஞ்சி வேர்ப்பட்டை, சிறுகீரை வேர், நாவல்பட்டை, சங்கம் வேர், அவுரி வேர், வட்டக் கிலுகிலுப்பை.

செய்முறை

மேலே குறிப்பிடப்பெற்றவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் கால் பலம் வீதம் எடுத்து இடித்து, ஒரு மண் சட்டியில் அரைப்படி தண்ணீர் விட்டு அதில் இடித்து வைத்திருப்பவற்றைப் போட்டு அதை மாகாணிப் படியாக வற்றக் காய்ச்சி வேளைக்கு இரண்டு சங்களவு வீதம் மூன்று அல்லது ஐந்து நாள்களுக்குக் கொடுத்து வந்தால் மாந்த கணம் நீங்கும்.

கணமாந்தத்திற்கு வால்மிளகு கற்கம்

தேவையான சரக்குகள்

வால்மிளகு, வெள்ளைப் பூண்டு, ஓமம், கருஞ்சீரகம், கிராம்பு, செண்பகப்பூ, வசம்பு, பொடுதலைச்சாறு.

செய்முறை

வால்மிளகு, வெள்ளைப்பூண்டு, ஓமம், வசம்பு, கருஞ்சீரகம், கிராம்பு, செண்பகப்பூ ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் **1/4** வராகனெடை எடுத்து அதைப் பொடுதலைச் சாற்றாலரைத்து காலையிலும் மாலையிலுமாக, தேவையான அளவில் **3** அல்லது **5** நாள்களுக்கு அல்லது நோயின் தன்மைக்கு ஏற்ப உரிய கால அளவுக்குக் கொடுத்தால் மாந்த கணம் நீங்கும்.

மாந்த கணத்துக்கு மருள் எண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

மருட்கிழங்கு, வெள்ளுள்ளி, எலுமிச்சை பழச்சாறு, சிற்றாமணக்கெண்ணெய்

செய்முறை

மருட்கிழங்கு, வெள்ளுள்ளி ஆகியவற்றை **1** பலம் எடுத்து ஒவ்வொன்றிலும் எலுமிச்சை பழச்சாறு **1/8** படியும் சிற்றாமணக்கெண்ணெய் **1/4** படியும் சேர்த்து காய்ச்சி வடித்த எண்ணெயில் காலையில் மட்டும் ஒரு உச்சிக் கரண்டி அளவு வீதம் வேண்டிய நாள் வரை கொடுத்து வர கணம், மாந்த கணம், கபம் நீங்கும்.

மாந்த கணத்திற்கு – நுணா எண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

சிற்றாமணக்கெண்ணெய், நுணாயிலைச் சாறு, வெங்காயச் சாறு, வில்வக் கொழுந்து, சீரகம், பொரித்த வெங்காரம், நாலு கடுக்காய்த் தோல்

செய்முறை

ஒரு நாழி சிற்றாமணக்கெண்ணெயும், ஒரு நாழி நுணா இலைச்சாறும், ஒரு நாழி வெங்காயச் சாறும் சேர்த்து அடுப்பில் வைத்து, காய்ந்து வரும் நேரத்தில் வில்வக் கொழுந்து **2** பிடியும் சீரகம், பொரித்த வெங்காரம் ஆகிய

ஒவ்வொன்றிலும் 2 வராகனெடையும் எடுத்து, நான்கு கடுக்காய்த் தோல் பொடியும் சேர்த்து பதத்தில் வடித்து ..ைத்துக் கொண்டு ஒரு சங்களவு வீதம் கொடுக்க மாந்த கணநோய் நீங்கும். தாய் புளி, கவிச்சு, இறைச்சி நீக்கி பத்தியமாய் இருக்க வேண்டும்.

மாந்த கணத்திற்கு வல்லாரை எண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

வல்லாரை, சிறுசெருப்படை, மணத்தக்காளி, பெரிய தக்காளி, கோழியவரை, சிற்றாமணக்கெண்ணெய், துமட்டிக்காய், பூண்டு, சுட்ட வசம்பு, பிரமி, நீர்முள்ளி, முசுமுசுக்கை, துளசி, நெய்ச்சிட்டி, வெங்காயச்சாறு, கார்போகி, கருஞ்சிரகம்.

செய்முறை

வல்லாரை, பிரமி, சிறுசெருப்படை, நீர்முள்ளி, மணத்தக்காளி, முசுமுசுக்கை, பெரிய தக்காளி, துளசி, கோழியவரை, நெய்ச்சிட்டி ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு பிடி எடுத்து இடித்துப் பிழிந்து 1/4 படி சாறு எடுத்து 1/2 படி சிற்றாமணக்கு எண்ணெயும் ஒரு சிரங்கை வெங்காயச்சாறும் ஒரு சிரங்கை துமட்டிக்காய்ச் சாறும் எடுத்து அனைத்தையும் கலந்து காய்ச்சி கடுகு பதத்தில் கார்போகி, பூண்டு, கருஞ்சீரகம், சுட்ட வசம்பு ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் 1 வராகனெடை எடுத்து பொடித்துச் சேர்த்து மெழுகுப் பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி உச்சிக் கரண்டி வீதம் காலையில் கொடுத்து வர மாந்தகணம், அட்சரம் தீரும்.

மாந்த கணத்துக்கு புங்கு ஈர்க்கு முடிக்குடிநீர்

தேவையான சரக்குகள்

புங்கு, நொச்சி, வேம்பு, நாரத்தை, பொடுதலை, சங்கன், கடுகு ரோகணி, புளி, மா, கருவேப்பிலை, பொன்னாவரை ஈர்க்கு, வேலிப்பருத்தி, அவுரி ஆகியவற்றின் இலை, ஓமம், இந்துப்பு

செய்முறை

புங்கு, புளி, நொச்சில், மா, வேம்பு, கருவேப்பிலை, நாரத்தை, பொன்னாவரை ஆகியவற்றின் ஈர்க்கு, பொடுதலை, வேலிப்பருத்தி, சங்கன்,

அவுரி ஆகியவற்றின் இலை ஒவ்வொன்றிலும் பிடி ஒன்று சட்டியிலிட்டு அதில் கடுகுரோகணி, ஓமம், இந்துப்பு ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் 1 வராகனெடை எடுத்து சீலையில் முடிந்து வைத்து ஒரு பிடி நீர்விட்டு சுண்ட எரித்தபின் சீலை முடிச்சை அவிழ்த்து அதற்குள் வெந்திருக்கும் மருந்தை அரைத்து தங்கியுள்ள கியாழத்தில் கரைத்துத் தேவைப்படும் கால அளவுக்கு வேளைக்கு 2 சங்களவு கொடுத்தால் மாந்த கணம் நீங்கும்.

மாந்த கண பொருமலுக்கு சாரணை லேகியம்

தேவையான சரக்குகள்

சாரணை வேர்ப்பட்டை, திப்பிலி மூலம், தேன்

செய்முறை

சாரணை வேர்ப்பட்டையையும், திப்பிலி மூலத்தையும் சமன் எடை எடுத்து இடித்து வடிகட்டி இளக, முறைப்படி போதுமான தேன்விட்டு இளக்கமாக அரைத்து நோயின்தன்மைக்கு ஏற்றஅளவில் குழந்தைக்குக் கொடுத்தால் மாந்த கண பொருமல் தீரும்.

நீர்க்கணம்

நோய்க்குறிகள்

அதிக நீர் வேட்கையினால் உடலிலாவது, கை கால்களிலாவது வேர்வை அதிகமாக ஏற்படும். உடனே அவ்விடங்களின் கடுகை, கண்கள் நன்றாக பார்க்க முடியாத படி தாழும். நாக்கு, வாய் ஆகியவற்றில் நீர் வறண்டு புண்ணாகும். நாவெடிப்பு ஏற்படும், நீராகக் கழியும்; முகத்திலும், புறங்காலிலும் அதிக மினுமினுப்புக் காணப்படும். மயக்கம் உண்டாகும். உடலில் சோர்வு ஏற்படும். நீங்காத வயிற்று நோய் உண்டாகும்.

நீர்க்கணத்துக்கு சாரணைக் குடிநீர்

தேவையான சரக்குகள்

சாரணைக் காய், பொடுதலைக் காய், மிளகு, துளசி இலை, மூக்கிரட்டைக் காய், சுக்கு, திப்பிலி, சீரகம்.

செய்முறை

மேலே குறிப்பிடப்பெற்ற பொருள்கள் ஒவ்வொன்றிலும் 1 வராகனெடை எடுத்து இடித்து மண் சட்டியிலிட்டு அரைக்கால் படி தண்ணீர் விட்டு 1/2 ஆழாக்காக இஞ்சக் காய்ச்சிக் கொடுக்கலாம். இவ்விதம் வேளைக்கு வேளை புதிதாகத் தயாரித்து 3 நாளைக்கு, காலையிலும் மாலையிலுமாகக் கொடுத்து வந்தால் நீர்க்கணம் தீரும்.

நீர்க்கண மாந்த நோய்க்குறிகள்

இருமல் இருக்கும். மூக்கில் நீர் வடியும். இடையிடையே விட்டு விட்டுக் காய்ச்சல் இருக்கும். வயிறு பொருமி இரையும். பலவிதமாகப் பேதியாகும். கண் சொருகும். உடம்பு, முகம் ஆகியன சோர்ந்து காணப்படும். தலை புரட்டல், மயக்கம் ஆகியன உண்டாகும்.

நீர்க்கண மாந்தத்திற்கு அமுர்தாகி குளிகை

தேவையான சரக்குகள்

அதிமதுரம், ஏலம், சாத்திர வேதி, கோட்டம், விலாமிச்சை வேர், செண்பகப்பூ, கோரோசனம், வெட்டி வேர், மாசிபத்திரி, ஆதொண்டைச்சாறு.

செய்முறை

அதிமதுரம், செண்பகப்பூ, ஏலம், கோரோசனம், சாத்திர வேதி, வெட்டிவேர், கோட்டம், மாசிபத்திரி, விலாமிச்சை வேர் ஆகியவற்றைச் சரியளவு எடுத்து இடித்து அதை ஆதொண்டைச் சாறு விட்டு 1 சாமம் அரைத்து குன்றியளவாக மாத்திரை செய்து வேளைக்கு ஒரு மாத்திரை தாய்ப்பாலில் கலந்து காலையிலும் மாலையிலுமாக 3 நாள் கொடுக்க வேண்டும். அவ்விதம் கொடுத்து வந்தால் கண மாந்தம், குடற்படுவன் கணத்தாற் பெருகும் நீர், நாவறட்சி, சுரம், எரிச்சல், உடல் எப்போதும் சூடாயிருத்தல், தோடம் ஆகியவை நீங்கும்.

பிரளிக்கண நோய்க்குறிகள்

வயிறு பொருமும்; வீங்கும்; ஏப்பமுண்டாகும். சில சமயம் மலச்சிக்கல் ஏற்படும்; சிலவேளை மாவைப்போல் கழியும்; உடல் புண் போல் நோகும்;

உடலில் ஆங்காங்குத் துடிக்கும்; அத்துடன் குழந்தை துடித்து மயங்கி அழும்; தவிக்கும்; குடலைப் புரட்டி வலிக்கும்; பால் உண்ணாது, வாய் உலரும்; மேல்மூச்சு உண்டாகும்; கண்கள் சுழலும்; மனம் திகைக்கும்; உடல் இளைக்கும்; மூக்கிலிருந்து முத்து போல் நீர் வடியும்.

பிரளிக் கணத்திற்கு குமட்டிக்காய் எண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

சிற்றாமணக்கெண்ணெய், வெங்காயம், கடுகு ரோகணி, குமட்டிக்காய், கருஞ்சீரகம், கத்தூரி மஞ்சள்.

செய்முறை

ஒரு படி சிற்றாமணக்கெண்ணெயில் நான்கு குமட்டிக்காயையும், இரண்டு படி வெங்காயத்தையும் சிறுக அரிந்து போட வேண்டும். அத்துடன் மாகாணி பணவெடை கருஞ்சீரகத்தையும் அரைகால் பணவெடை கடுகு ரோகணியும் மாகாணி பணஎடை கஸ்தூரி மஞ்சளையும் சேர்த்து இடித்துப் பொடியாக்கிப் போட்டு அடுப்பிலேற்றி காய்ச்சி, பதமாக இறக்கி நோயின் தன்மைக்கு ஏற்ப துட்டெடையாவது அல்லது ஓர் உச்சிக் கரண்டியாவது எடுத்து காலையில் மட்டும் 3 நாள் கொடுக்க வேண்டும். அவ்வெண்ணெயால் கழிச்சலாகும். அதனால் வயிற்றுவலி, பொருமல், நீர்ப்பேதி ஆகியவற்றோடு கூடிய பிரளிக் கணம் தீரும். இதற்கு இச்சா பத்தியம் இருப்பது நன்று. ஆனால் மாமிசம் கொடுக்கக் கூடாது.

சூலிக்கண நோய்க்குறிகள்

மேல் மூச்சுண்டாதல், இருமல் அதிகம் ஏற்படுதல், நெஞ்சு, வாய், தொண்டை, நாக்கு வெந்து புண்ணாதல், வயிற்றுப் பொருமல் உண்டாகி குழந்தை தாய்ப்பால் உண்ணாது. முகத்தில் நாற்றமடிக்கும்.

துளசி எண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

சிற்றாமணக்கு எண்ணெய், நிலத்துளசிச் சாறு, ஈருள்ளிச் சாறு, அரிசித்திப்பிலி, தேன்,துளசிச்சாறு, கஞ்சாங்கோரை, வில்வ இலைச்சாறு, தோல் சீவிய சுக்கு, மிளகு.

செய்முறை

கால் படி சிற்றாமணக்கெண்ணெய், துளசிச்சாறு, நிலத்துளசிச் சாறு, கஞ்சாங்கோரைச் சாறு, மாசிபத்திரிச் சாறு, வில்வ இலைச்சாறு ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் 1/8 படி எடுத்து இச்சாறுகளையும் எண்ணெயையும் கலந்து ஒரு மண்சட்டியிலிட்டு அதில் தோல் சீவிய சுக்கு, அரிசித் திப்பிலி, மிளகு ஆகியமூன்றை ஒவ்வொன்றுக்கும் 2 வராகனெடை எடுத்து, தனித்தனியாக இளவறுப்பாக வறுத்து, இடித்து துணியில் வடிகட்டின தூளை அதில்கலந்து, 1/8 படி தேன் விட்டு அடுப்பிலேற்றிப் பக்குவமாக எரித்து கடுகு திரளும் பக்குவத்தில் வடித்து, காலையில் மாத்திரம் 2 காசெடை அளவாக 5 மாதக் குழந்தைக்கு 5 நாளும், 1 ஆண்டு குழந்தைக்கு 40 நாளும் கொடுக்க வேண்டும். இச்சா பத்தியம் வைக்க வேண்டும். இக்கணம் 5 ஆண்டு வரை தொடர்வதாகும்.

சுழிக்கண நோய்க்குறிகள்

மூச்சுத் திணறல், குளிர் காய்ச்சல் உண்டாகும்; கண் பஞ்சடையும்; உடம்பிலுள்ள மூட்டுகள் எல்லாம் மடக்கினாலும், நீட்டினாலும் நோகும். மனம் ஒரு வகையாக வெறுத்துக் கலங்கும் படி நெஞ்செரிதல், தலை உச்சி பள்ளமாய்க் குழி விழல், வாந்தி, இருமல், முகம், மார்பு, கழுத்து வீங்குதல், வயிறு, ஈரல், நெஞ்சு, தொண்டை, நாக்கு வெந்து முலைப்பால் குடிக்க முடியாமல் அலறி அலறி அழுதல், நாரை போல் உடம்பு துவளல், கை கால்கள் குளிர்ந்து சில்லென்றிருத்தல், வயிறு பொருமி ஊதல், மிகவும் அதிகமாகச் சுரங் காய்தல், வாயில் நுரையாகவும், கோழையாகவும் நீர் வெளிப்படல், நாவறளல், கண் சொருகுதல், முகம் மஞ்சள் போல் நிறம் மாறல், மயக்கம், தலைநோய் இவை காணுதல்.

செண்பகப்பூ எண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

செண்பகப்பூ, சாதிபத்திரி, கோரோசனை, விளக்கெண்ணெய்

செய்முறை

பத்துக் காசெடை செண்பகப்பூவையும் ஒரு காசெடை சாதிபத்திரியையும் அரை காசெடை கோரோசனையையும் எடுத்துப் பொடியாக்கி ஒரு படி விளக்கெண்ணெயில் சேர்த்துக் காய்ச்சி பக்குவ

பாகத்தில் இறக்கி காலையில் துட்டெடை வீதம் கொடுத்து வந்தால் **சுழிகணம்**, இருமல் தீரும்.

உள்ளிக்குடிநீர்

தேவையான சரக்குகள்

உள்ளி, வசம்பு, சீக்கராம் பட்டை.

செய்முறை

உள்ளியையும் வசம்பையும் சீக்கராம் பட்டையையும் எடுத்து அவற்றைத் தனிதனியாகப் பொடியாக்கி அப்பொடி ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு பலம் எடுத்து ஒரு படி நீரில் போட்டுக் காய்ச்ச வேண்டும். அது அரைக்கால் படியாக வற்றியவுடன் இறக்கி அதை வேளைக்கு இரண்டு சங்கு வீதம் காலை மாலை இரு வேளையாக ஐந்து நாள்களுக்குக் கொடுக்க வேண்டும்.

ஈயக்கொழுந்து கதிர்ப்புட எண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

இண்டங்கொழுந்து, இம்பூறல் வேர், முத்தெண்ணெய், கிலுகிலுப்பை, துளசி, கண்டங்கத்தரி வேர், கடுக்காய்த்தோல், முசுமுசுக்கை, வில்வம்.

செய்முறை

இண்டங்கொழுந்து, கண்டங்கத்தரி வேர், இம்பூறல் வேர், கடுக்காய்த் தோல் ஆகியவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் அரைப் பலம் எடுத்துப் பொடி செய்து உழக்கு முத்தெண்ணெயில் கலக்கி 10 நாள் கதிர்ப்புடம் வைத்து காலை வேளை மட்டும் கொடுக்க வேண்டும். இவ்வாறு 3 அல்லது 5 நாள் கொடுக்க, சுழிகணம் தீரும்.

குன்றிமணி வேர் கதிர்ப்புட எண்ணெய்

குன்றி, கிலுகிலுப்பை, முசுமுசுக்கை, துளசி, வில்வம் ஆகியவற்றின் வேர்கள் ஒவ்வொன்றிலும் 1/2 பலம் எடுத்து, பொடியாக்கி, உழக்கு முத்தெண்ணெயில் கலந்து 10 நாள் கதிர்ப்புடம் வைத்து காலையில் மட்டும் 3 அல்லது 5 நாள் கொடுக்க, சுழிகணம் தீரும்.

ஈருள்ளி கற்கம்

தேவையான சரக்குகள்

ஈருள்ளி, இலுப்பைப் பிண்ணாக்கு, துளசி, சங்கு, பொடுதலை, பசு நெய், பசும் பால், துருசு, தூதுவளை, நுணா, இண்டு, செம்முள்ளி,சீரகம்.

செய்முறை

ஒரு பலம் ஈருள்ளியும் ஒரு பலம் துருசும் எடுத்து பொடித்து அதில் 1/2 படி நீர் விட்டு 1/8 படியாக வற்றச் செய்து குடிநீராக்கி அதில் 1/4 பலம் இலுப்பைப் பிண்ணாக்கைக் கரைத்து, குழந்தைக்குக் காலையிலும் மாலையிலும் 3 நாள் கொடுத்தால் சுழி கண இருமல் நீங்கும்.

வேறு சிகிச்சை

தூதுவளை, துளசி, நுணா, சங்கு, இண்டு, பொடுதலை, செம்முள்ளி ஆகியவற்றின் சாறுகள் ஒவ்வொன்றிலும் அரைக்கால் படியாக எடுத்து அரைப்படி பசு நெய்யிற் கூட்டி 1/4 பலம் சீரகத்தைக் கற்கமாய் பசும் பாலில் அரைத்துக் கூட்டிக் காய்ச்சி காலை, மாலை இருவேளையும் 3 நாள் உச்சிக் கரண்டி வீதம் கொடுக்கச் சுழிகணம் தீரும்.

சுழிகணம், உப்புசம், கோழைகட்டுக்கு குப்பைமேனி எண்ணெய் கற்கம்

தேவையான சரக்குகள்

குப்பைமேனி, வேப்பெண்ணெய்.

செய்முறை

குப்பைமேனிச் சாறு எடுத்து அதில் போதுமான உப்பைக் கரைத்துக் குழப்பி, கொஞ்சம் வேப்பெண்ணெய் கூட்டி, கலந்து வேளைக்கு 1/8 வராகனெடை வீதம் காலை மாலை இரு வேளை 3 நாள் புகட்ட இளைப்பு, சுழிகணம், உப்புசம், கோழை ஆகியன தீரும்.

தாய்ப்பால் எண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

கடுக்காய்த் தோல், ஆலமரத்துப் புல்லுருவி, ஈருள்ளி, காட்டுமல்லி இலை, இண்டங்கொழுந்து, ஆமணக்கெண்ணெய்.

செய்முறை

கடுக்காய்த்தோல், காட்டுமல்லி இலை, ஆலமரத்துப் புல்லுருவி இலை, இண்டங்கொழுந்து, ஈருள்ளி ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் 1/4 பலம் வீதம் எடுத்துத் தாய்ப்பால் விட்டு நன்றாக அரைத்து 1/4 படி ஆமணக்கெண்ணெயில் கூட்டிக் காய்ச்சி, காலையில் மாத்திரம் தக்க அளவில் கொடுக்க வேண்டும்.

கடுக்காய் எண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

கடுக்காய்த் தோல், கற்றாழை, சீரகம், ஈருள்ளி, காட்டு மல்லிகை, வெந்தயம், சாரணை வேர், ஆமணக்கெண்ணெய்.

செய்முறை

கடுக்காய்த் தோல், காட்டு மல்லிகை, கற்றாழை, வெந்தயம், சீரகம், சாரணை வேர், ஈருள்ளி ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் 1/2 பலம் எடுத்து வெந்நீர் விட்டு நன்றாக அரைத்து 1/2 படி ஆமணக்கெண்ணெயில் கலந்து பக்குவமாகக் காய்ச்சி வடித்து அதை உச்சிக் கரண்டி அளவு வீதம் காலையில் மட்டும் 3 அல்லது 5 நாள்களுக்கு கொடுத்தால் சுழிகணம் நீங்கும்.

துளசி எண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

துளசிச்சாறு, தூதுவளைச் சாறு, நுணாச்சாறு, நற்சங்கஞ்சாறு, ஈயகொழுந்துச்சாறு, பொடுதலைச்சாறு, செம்முள்ளிச்சாறு, பசுநெய்.

செய்முறை

துளசிச் சாறு, தூதுவளைச் சாறு, நுணாச் சாறு, நற்சங்கச்சாறு, ஈயக்கொழுந்துச்சாறு, பொடுதலை சாறு, செம்முள்ளிச் சாறு ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் அரைக்கால் படி எடுத்து ஒரு மண்சட்டியினில் ஊற்றி

7

அதனுடன் அரைப் படி பசுநெய் சேர்த்து அடுப்பில் ஏற்றி சிறுக எரித்து, பக்குவமாக இறக்கி காலையிலும் மாலையிலுமாக 3 அல்லது 5 நாள்களுக்குக் கொடுக்க, சுழிகணம் தீரும்.

நந்தியா வட்டை எண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

நந்தியாவட்டை வேர், சிவதை வேர், கண்டங்கத்தரி, சின்னி, கொட்டைக் கரந்தை, கோழியவரை இலை, நாய்த்துளசி வேர், காட்டுமல்லிகை வேர், தூதுவளை, மணித்தக்காளி, குப்பைமேனி, விளக்கெண்ணெய்.

செய்முறை

மேற்கூறப்பட்டுள்ள ஒவ்வொரு வேரையும் புன்னைக் காயளவு அரைத்து கண்டங்கத்தரி, தூதுவளை, சின்னி, மணத்தக்காளி, கொட்டைக் கரந்தை, குப்பைமேனி, கோழியவரை இலை ஆகியவற்றின் சாறு ஒவ்வொன்றுக்கு 1/2 படி எடுத்து, அதனுடன் 1 படி விளக்கெண்ணெயும் எடுத்து ஒவ்வொன்றுக்கும் கலந்து, அடுப்பில் ஏற்றி, பக்குவமாக எரித்து வடித்து குழந்தைகட்கு ஒரு துட்டெடை வீதம் காலையிலும் மாலையிலுமாக 3 அல்லது 5 நாள்களுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். இதன் மூலம் சுழி கணம், தொண்டைக்கட்டு ஆகியவை நீங்கும். தாய் இச்சாபத்தியம் இருக்க வேண்டும்.

சுழி கண காசத்திற்கு கற்கடகசிங்கிக் குடிநீர்

தேவையான சரக்குகள்

கற்கடகசிங்கி, சீரகம், அதிவிடயம், கண்டங்கத்தரி, முள்ளிக்கீரை, தூதுவளைச் சமூலம், சீந்தில் கொடி, வில்வப்பழ ஓடு, கடுகு ரோகணி, முசுமுசுக்கை சமூலம், சிறுதிப்பிலி.

செய்முறை

கண்டங்கத்தரி, முசுமுசுக்கை சமூலம், முள்ளிக்கீரை, சிறுதிப்பிலி, தூதுவளை சமூலம் ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் 1/4 பலம் வீதம் எடுத்து குறுக அரிந்து, சிவக்க வறுத்து, கற்கடகசிங்கி, சீந்தில்கொடி, வில்வப்படி ஓடு, அதிவிடயம், கடுகுரோகணி முதலியவற்றை இடித்துப் போட்டு அரைப்படி நீர்விட்டு அரைக்கால் படியாகக் காய்ச்ச வேண்டும். அதை வேளைக்கு

இரண்டு சங்கு வீதம் காலை, மாலை இரு வேளை 3 அல்லது 5 நாள்களுக்குக் கொடுத்து வந்தால் சுழி கணம் சுவாசம் நீங்கும்.

மகாகண நோய்க்குறிகள்

முகம், புறங்கால், புறங்கை வீங்கும். அவ்வீக்கம் மினுமினுக்கும். இரண்டு கண்கள் வெளுத்துக் காணப்படும். நஞ்சு உண்டது போன்று மயக்கம் உண்டாகும். உடம்பில் மிகுதியாகச் சுரம் ஏற்படும். நாவும் உதடும் வெடித்துப் புண்ணாகும்.

சிறுகீரை வேர்க்குடிநீர்

தேவையான சரக்குகள்

சிறுகீரை வேர், விட்ணுகிரந்திச் சமூலம், கீழாநெல்லிச் சமூலம், சிறுபீளை இலை, எருமுட்டை, பீநாறிஇலை, சீந்தில்கொடி, ஆடாதோடை இலை.

செய்முறை

சிறுகீரை வேர், விட்ணுகிரந்திச் சமூலம், கீழாநெல்லிச் சமூலம், சிறுபீளை இலை, எருமுட்டை, பீநாறி இலை, சீந்திற் கொடி, ஆடாதோடை இலை ஆகியவற்றின் இலை வகைகளை 1 படி எடுத்து, குறுக அரிந்து இளவறுப்பாய் வறுத்து பின் சீந்திற்கொடி 1/4 பலமும் சிறுகீரை வேர் 1/4 பலமும் நறுக்கிப் போட்டு 1/2 படி நீர் விட்டு, 1/2 ஆழாக்காகக் காய்ச்சி காலையிலும் மாலையிலுமாக 3 அல்லது 5 நாள்களுக்குக் கொடுத்தால் மகாகணம் நீங்கும்.

ஊதுகண நோய்க் குறிகள்

காது, கண், உடம்பு பழுவாக வீங்கி வற்றும். நாக்கு புண்ணாகும். அதனால் சுரம் உண்டாகும். உணவு செல்லாது, கைகால் சோர்ந்து விடும். உடல் வெளுக்கும்.

நீர்முள்ளி, நாய்வேளைக் கற்கங்கள்

தேவையான சரக்குகள்

நீர்முள்ளிச் சமூலம், கரிசலாங்கண்ணிச் சாறு

செய்முறை

நீர்முள்ளிச் சமூலத்தைச் சுட்டெடுத்து அக்கரியை, கரிசலாங்கண்ணிச் சாறுவிட்டு அரைத்து வேளைக்கு ஒரு கொட்டைப் பாக்களவு காலையிலும் மாலையிலுமாக 3 நாள்களுக்கு வெந்நீரில் கலக்கிக் கொடுக்கலாம்.

வேறு

நாய்வேளை வேர்ப்பட்டை, கரிசலாங்கண்ணிச் சாறு

செய்முறை

நாய்வேளை வேர்ப்பட்டையை, கரிசலாங்கண்ணிச் சாறு விட்டு அரைத்து வேளைக்கு, கொட்டைப் பாக்களவு வீதம் காலையிலும் மாலையிலுமாக 3 நாள்களுக்குத் தாய்ப்பாலில் கலக்கிக் கொடுக்க ஊதுகணம் தீரும்.

ஊதுமாந்த கண நோய்க்குறிகள்

உடலில் வீக்கம் உண்டாகும். நாக்கு புண்ணாகும். சுரங்காயும், உணவும் தண்ணீரும் ஏற்காது. கையும் காலும் சோர்வடையும். மேல் மூச்சு உண்டாகும். இந்நோய் 12 ஆண்டு காலம் வரை இருக்கும்.

ஊது மாந்த கணத்திற்கு மருத்துவம்

தேவையான சரக்குகள்

முள்ளி, இண்டு வேர், கையான், கண்டங்கத்தரி, ஓரிதழ் தாமரை, செங்கழுநீர், வல்லாரை, வசம்பு, வெட்பாலையரிசி, பர்ப்படாகம், சூரத்தாவரை, வாகைப்பிசின், இலவம் பிசின், மாசிக்காய், அதிவிடயம், சாதிபத்தரி, நீர்முள்ளி, தேங்காய்ப்பால், சிவகரந்தை, மாதுளம் பழச்சாறு, தாமரை, முருக்கு, பெருங்காயம், ஏலம், வட்டத்திருப்பி, கோரைக்கிழங்கு, விளாம்பிசின், மருக்காரை பிசின், செங்கத்தாரி, கடுக்காய், வால்மிளகு, விளக்கெண்ணெய்.

செய்முறை

முள்ளி, நீர்முள்ளி, இண்டு வேர், தேங்காய்ப்பால், கையான், சிவகரந்தை, கண்டங்கத்தரி, மாதுளம் பழச்சாறு, ஒரிதழ் தாமரை, செங்கழுநீர், முருக்கு, வல்லாரை ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் 1/4 படி சாறு எடுத்து 1 படி விளக்கெண்ணெயில் கலந்து, பெருங்காயம், வசம்பு, ஏலம், வெட்பாலை அரிசி, வட்டத்திருப்பி, பர்ப்பாடகம், கோரைக்கிழங்கு, சூரத்தாவரை, விளாம்பிசின், வாகைப்பிசின், மருக்காரை பிசின், இலவம் பிசின், செங்கத்தாரி, மாசிக்காய், கடுக்காய், அதிவிடயம், வால்மிளகு, சாதிபத்திரி ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் 1/4 பலம் வீதம் எடுத்து, பொடியாக்கி, அப்பொடியை மேற்படிச் சாறுவிட்டு அரைத்து மேலே சொல்லப்பட்ட கலவையில் கலக்க வேண்டும். பின்பு அடுப்பில் ஏற்றி, காய்ச்சி, பக்குவமாக வடிக்க வேண்டும். அதில் 1 துட்டெடை அளவு காலையில் மட்டும் 3 நாள்களுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். ஊதுமாந்தம், கணம் முதலியவை நீங்கும்.

புளிப்பு, உப்பு, புகை, எள்ளு, கவிச்சு ஆகியவற்றை தாயும் குழந்தையும் நீக்க வேண்டும்.

வரள்கண நோய்க்குறிகள்

மார்பு துடித்தல், புகைந்து புகைந்து இருமல், உடல் நிறம் மாறுதல், நா கருமை நிறமடைதல், சில சமயங்களில் சுரம் காய்தல், சில சமயங்களில் அதிகமாக இருமல் உண்டாதல். வயிற்றில் இரைச்சல் உண்டாதல். உடம்பு மெலிந்து வலிமையும் குறைந்து விடும். எலும்பைப் பற்றிய சுரக்குறி காணப்படும். உடற் கொதிப்பினால் உமிழ்நீர் கோளம் வற்றி நீர்வேட்கை எடுக்கும். சிறுநீர் வெண்மை நிறமடையும். சிறிது நேரம் வயிறு நொந்து திடீரென்று கடுமையாகக் கடுக்கும். உடம்பு முழுமையும் வற்றும். நாக்கில் மஞ்சள் நிறமான முள்ளை போலவும் வெள்ளை நிற முள்ளை போலவும் ஒரு வகை முள் தோன்றும். அவற்றுடன் மூன்று கீற்றாக வெடிப்புண்டாகும். பிள்ளைகளின் இயற்கை நிலை கெடும். உடம்பு பருக்காமல் இளைக்கும். மூக்கில் சளி மிகுந்து மூக்கை அடைக்கும். முகம் மஞ்சள் பூத்தது போல் இருக்கும். தூக்கம் அதிகமாகும். மயக்கம் உண்டாகும். சோர்வு ஏற்படும்.

கீழாநெல்லி எண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

ஆமணக்கு நெய் 1 படி, பசும்பால் 1 படி, கீழாநெல்லிச் சாறு அரைக்கால் படி, அதிமதுரம், விட்ணுகிரந்தி வேர், கடுக்காய்த் தோல், தான்றிக்காய்த் தோல், தோல் சீவிய சுக்கு, துளசியிலை, தூதுவளை வேர், பசலைக் கீரை.

செய்முறை

ஒரு படி ஆமணக்கு நெய், ஒரு படி பசும் பால், ஆழாக்கு கீழாநெல்லிச்சாறு ஆகிய இம்மூன்றையும் ஒரு மண் சட்டியில் இட வேண்டும். அதிமதுரம், விட்ணுகிரந்தி வேர், கடுக்காய்த் தோல், தான்றிக்காய்த் தோல், தோல் சீவிய சுக்கு, துளசி இலை, தூதுவளை வேர், பசலைக்கீரை ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் 1 பலம் வீதம் எடுத்து அதில் போதுமான இளநீர் விட்டரைத்து மேற்சொன்ன எண்ணெயுடன் கூட்டிக் கலந்து எரித்து, பக்குவமாக வடித்து எடுக்க வேண்டும். அதை இரவு உணவிற்குப் பின் ஒரு உச்சிக்கரண்டி அளவு கொடுத்து உறங்கச் செய்ய வேண்டும். அதனையடுத்துக் காலையில் பேதியாகும். அதனால் இருமல், கணம், எலும்பைப் பற்றி சுரம், உட்சுரம், வயிற்றுக்கடுப்பு, வரள்கணம், மூலக்கணம் முதலிய நோய்கள் நீங்கும்.

செம்முள்ளி எண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

முள்ளி வேர், செவ்வள்ளிக் கொடி, தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு, முசுமுசுக்கை வேர், தூதுவளை வேர், கண்டங்கத்தரி வேர், திருகுக்கள்ளி வேர், மணத்தக்காளி வேர், முருங்கம் பிசின், கருஞ்சீரகம், நற்சீரகம், வெள்ளுள்ளி, வசம்பு, சிற்றாமணக்கெண்ணெய்.

செய்முறை

முள்ளி வேர், செவ்வள்ளிக்கொடி, தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு, முசுமுசுக்கை வேர், தூதுவளை வேர், கண்டங்கத்தரி வேர், திருகுக்கள்ளிவேர், மணித்தக்காளி வேர், கம்பிப்பிசின், கருஞ்சீரகம், நற்சீரகம், வெள்ளுள்ளி, வசம்பு ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு வராகனெடை எடுத்து இடித்துப்

பொடியாக்கி வைத்துக் கொண்டு பதின்மூன்று பலம் சிற்றாமணக்கெண்ணெயை ஒரு மண் சட்டியில் ஊற்றி அதில் அப்பொடியைச் சேர்த்துப் பக்குவமாகக் காய்ச்சி வடிக்க வேண்டும். பின் அதை ஒரு உச்சிக் கரண்டியளவு வீதம் காலையில் மாத்திரம் உள்ளுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். இவ்வீதம் 3 அல்லது 5 நாள்களுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். அத்துடன் மேலுக்கும் தடவ வேண்டும்.

கொதிப்புக் கண நோய்க்குறிகள்

நெஞ்சு, விலா ஆகிய இடங்களில் அதிகக் கொதிப்பு இருக்கும். நெற்றி முழுதும் வியர்வை உண்டாகும். கண்கள் பஞ்சு போன்று வெளுத்துக் காணப்படும். பார்க்கும் பார்வை பலவிதமாய்த் தோன்றும். தூங்க முடியாமல் அடிக்கடி இருமல் உண்டாகும். அதனால் தலை தூக்க முடியாத அளவுக்கு நோய் ஏற்பட்டுத் துன்பம் உண்டாகும். குரல் கம்மும்.

கற்றாழை எண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

விளக்கெண்ணெய், ஈருள்ளிச்சாறு, கருஞ்சீரகம், எலுமிச்சை பழச்சாறு, இலந்தைச் சாறு, கற்றாழைச் சோறு.

செய்முறை

ஒரு படி விளக்கெண்ணெய், எலுமிச்சை பழச்சாறு 1/4 படி, ஈருள்ளிச்சாறு 1/4 படி, இலந்தைச் சாறு 1/4 படி ஆகிய நான்கையும் கலந்து ஒரு மண் சட்டியில் ஊற்ற வேண்டும். பின் கால் பலம் கருஞ்சீரகம் எடுத்து அதை மேற்படிச் சாற்றால் அரைத்து மண்சட்டியில் வைத்திருக்கும் கலவையோடு சேர்த்து, கற்றாழைச் சோற்றை 7 முறை கழுவி அதில் 1 பலம் எடுத்து சட்டியில் போட்டு அடுப்பில் வைத்துக் காய்ச்ச வேண்டும். கற்றாழைச் சோறு சிவக்கும் போது கீழிறக்கி வடிகட்டி அதை காலை மாலை இருவேளையும் 1 கரண்டி வீதம் சில நாள்களுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். இதனால் கொதிப்புக் கணம், அத்தி சுரம், அத்திவெட்டை, மேகவெட்டை, அழல்வெட்டை, வறண்ட உடல், உலர்ந்த தேகம் முதலிய நலிவுகள் தீரும்.

இது பெரியோர்க்கும், சிறியோர்க்குமாகும். இச்சாபத்தியம் நன்றாகும்.

வீக்கக் கணத்தின் நோய்க்குறிகள்

உடம்பு முழுவதும் அதிகமாகக் காயும்; உடம்பு அவ்வவ்விடங்களில் சிவந்து காணப்படும்; செரியாமல் மலம் கட்டும்; சூட்டினால் உடல் முழுவதும் வீக்கம் காணப்படும்.

உள்ளி எண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

உள்ளி, ஓமம், கோட்டம், சுக்கு, ஏலம், வசம்பு, அதிமதுரம், கிராம்பு, மிளகு, கூத்தன் குதம்பைவேர், சிற்றாமணக்கு எண்ணெய்.

செய்முறை

உள்ளி, வசம்பு, ஓமம், அதிமதுரம், கோட்டம், கிராம்பு, சுக்கு, மிளகு, ஏலம், கூத்தன் குதம்பை வேர் ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் 1 வராகனெடை வீதம் எடுத்து பொடி செய்து 8 பலம் சிற்றாமணக்கு எண்ணெயை ஒரு மண் சட்டியில் ஊற்றி 2 சாமம் கதிர்ப்புடம் வைத்து, அதைச் சிறுகரண்டி அளவு வீதம் காலையில் மட்டும் 3 அல்லது 5 நாள்களுக்குக் கொடுத்தால் வீக்கக் கணம் தீரும்.

பிறக்கண நோய்க்குறிகள்

தயிர் போல் வெள்ளை நிறமாகவாவது கட்டியும் நீருமாகவாவது வயிறு உப்பி உப்பி கழிச்சலாகும், அதிகத் தூக்கமிருக்கும்; பால் நன்றாக உண்டு உடனேயே கக்கி விடும். உடல் காயும்; கண் சொருகும்; கை கால்கள் சில்லென்றிருக்கும்; தலை புரட்டும்.

வல்லாரை எண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

வல்லாரை, கஞ்சாங் கோரை, வேளைக்கீரை, இரட்டைப் பேய் மிரட்டி, செருப்படி, வெங்காயம், வசம்பு, கோழியவரை, சானகிப்பூண்டு, ஒற்றைப்பேய் மிரட்டி, ஈயக்கொழுந்து, சிற்றாமணக்கு நெய், மிளகு.

செய்முறை

வல்லாரை, கோழியவரை, கஞ்சாங்கோரை, சானகிப்பூண்டு, வேளைக்கீரை, ஒற்றைப்பேய் மிரட்டி, இரட்டைப் பேய் மிரட்டி, ஈயக்கொழுந்து, செருப்படி ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் தனித்தனியாக இடித்து ஒவ்வொன்றிலும் ¼ படி சாறு வீதம் எடுத்து ஒரு மண்பாண்டத்தில் ஊற்ற வேண்டும். அத்துடன் 2¼ படி சிற்றாமணக்கு நெய் விட்டு 1¼ வராகன் எடை மிளகு, 1¼ வராகன் வசம்பு ஆகிய மூன்றையும் நசுக்கி அத்துடன் கலந்து பக்குவமாகக் காய்ச்சி வடிக்க வேண்டும். அதை காலையில் மட்டும் காசெடை அளவாக 3 நாள்கள் கொடுத்தால் பிறக்கணம் தீரும்.

அந்தகக் கண நோய்க்குறிகள்

சுரம் ஏற்படும். அச்சுரமானது முதலில் உச்சியில் ஏற்பட்டு மூளையைப் பற்றி உடல் முழுவதும் உண்டாகும். நா அதிகமாக உலரும். இரண்டு கண்கள் வெளுத்துப் போகும். பச்சை மஞ்சள் அல்லது பசும் பொன்னிறம் போல முகம் மினுமினுக்கும். இக்குறிகள் காணப்பட்டால் அந்தகக் கணம் ஆகும்.

பொன்னாங்காணிக் கற்கம், பற்று

தேவையான சரக்குகள்

பொன்னாங்காணிக் கீரை, சிறுகீரை, பூலா இலை, அவுரி வேர்ப்பட்டை, தேற்றான் கொட்டை, கடுக்காய்த் தோல், ஆவின் வெண்ணெய், தாய்ப்பால்.

செய்முறை

அனைத்துப் பொருள்களையும், ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு பலம் எடுத்துச் சேர்த்து அரைத்து, ஆவின் வெண்ணெயுடன் கூட்டி கொட்டைப் பாக்களவு மூன்று நாள்களுக்குக் காலை மாலை இரு வேளையும் கொடுத்து, மேற்படி அரைத்த மருந்தை வெண்ணெயுடன் கலக்காமல் தாய்ப்பாலிற் கலந்து தலையில் பற்று போடவும். அப்படி போடப்பட்ட பற்று உலர்ந்து விட்டால் அதை நீக்கி மீண்டும் போட்டு வந்தால் மூன்று நாளில் அந்தகக் கணம் தீரும்.

மந்தாரக் கண நோய்க்குறிகள்

கணமும் மாந்தமும் ஒன்று சேர்ந்தால் மாலை நேரங்களில் சுரம், மயக்கம், விடா மேல் மூச்சு, வயிறு உப்புதல் முதலியன காணப்படும்.

நாயுருவி எண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

நாயுருவிச் சாறு, கரிசாலைச்சாறு, வல்லாரைச்சாறு, கவிழ்தும்பைச்சாறு, கண்டங்கத்தரிச்சாறு, கருநொச்சிச்சாறு, சிற்றாமணக்கு எண்ணெய், வெள்ளுள்ளி, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கடுக்காய்த்தோல், நெல்லிவற்றல், தான்றித் தோல், இலவங்கம், வசம்பு.

செய்முறை

முதல் ஆறு சரக்குகள் ஒவ்வொன்றிலும் 325 மி.லி. வீதம் சாறு எடுத்து, ஒரு படி சிற்றாமணக்கு எண்ணெய் எடுத்து ஒரு மண் சட்டியில் ஊற்றி இவ்விரண்டையும் கலந்து அதில் வெள்ளுள்ளி, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கடுக்காய்த்தோல், தான்றித்தோல், நெல்லிவற்றல், இலவங்கம், வசம்பு ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் இரண்டு வராகனெடை எடுத்து இடித்து நீர்விட்டு எட்டில் ஒன்றாகக் காய்ச்சிய குடிநீரும் சேர்த்து எரித்து பக்குவத்தில் வடித்துக் கொள்ளவும். இதைக் காலையில் மட்டும் ஒரு கரண்டி வீதம் கொடுக்கக் கணங்கள் நீங்கும்.

எரிகண நோய்க் குறிகள்

உடல் முழுவதும் படுக்கமுடியாதபடி எரிச்சலுண்டாகும். அவ்வலி காரணமாக, குழந்தை துடிக்கும். வாய் வழியே மூச்சு விடும். வாயில் ஒரு வகை வெப்ப நாற்றமுள்ள உமிழ்நீர் வடியும். இந்நோயைத் தாங்க முடியாது அழும். தலை கவிழ்ந்து கீழ்நோக்கி முகத்தை நேரே வைக்க முடியாமல் சாய்த்து வைத்துக் கொள்ளும்.

குரும்பை எண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

தென்னங்குரும்பைச் சாறு, தகரைச்சாறு, பழம்பாசிச்சாறு, வெங்காயச்சாறு, குமரிச்சாறு, வல்லாரைச்சாறு, நுணாபட்டைச்சாறு, எண்ணெய், ஏலம், இலவங்கம், கோட்டம், சீரகம், சந்தனம், அதிமதுரம்.

செய்முறை

கால்படி தென்னங்குரும்பைச்சாறு, கால்படி தகரைச்சாறு, அரைப்படி பழம்பாசிச்சாறு, அரைப்படி வெங்காயச்சாறு, அரைப்படி குமரிவேர்ச் சாறு, அரைப்படி நுணாபட்டைச்சாறு, அரைப்படி வல்லாரைச்சாறு ஆகிய அனைத்தையும் ஒரு மண் சட்டியில் ஊற்றி, அரைப்படி எண்ணெயையும் கலக்க வேண்டும். அத்துடன் ஏலம், இலவங்கப்பட்டை, கோட்டம், சீரகம், சந்தனம், அதிமதுரம் ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் அரைக்கழஞ்சு வீதம் எடுத்து இடித்து மேற்படிச் சாற்றால் அரைத்துச் சேர்த்துப் பக்குவமாகக் காய்ச்சி வடித்துக் கொள்ளவேண்டும். இவ்விதம் ஐந்து அல்லது ஏழுநாள்கள் கொடுக்கலாம்.

நீராமகண நோய்க்குறிகள்

தண்ணீரும் சீதமும் கலந்து கழியும். அத்தண்ணீர் பச்சை மஞ்சளை அரைத்துக் கலக்கிய நீர்போன்றிருக்கும். சீதம் வெண்மை நிறமாயிருக்காமல் அத்தண்ணீரின் நிறமான மஞ்சள் நிறத்தை அடைந்து நெருப்பாயிருக்கும். கண்களில் பீளை சேர்ந்து நீர்வடியும். வயிறு கடுக்கும். உடல் சோர்வடையும். குடிக்கின்ற தண்ணீர் அப்படியே குடித்ததுபோலவே நீராய்க் கழியும். இது தீராத நோயாகும்.

மணத்தக்காளி நெய்

தேவையான சரக்குகள்

பசுவின் வெண்ணெய், மணத்தக்காளியிலை

செய்முறை

பசுவின் வெண்ணெயை எலுமிச்சை காயளவு எடுத்து ஒரு மண் சட்டியிலிட்டு உருக்க வேண்டும். அவ்வெண்ணெய் நன்றாய் உருகும்போது மணத்தக்காளியிலையைக் கொட்டைப்பாக்களவு அரைத்துக் கலக்கி எரித்து இளம் பதத்தில் இறக்கி ஆறவைக்க வேண்டும். அதைச் சிறு பிள்ளைகளுக்கு அரைக்காசளவு வீதமும் பெரிய பிள்ளைகளுக்குத் துட்டெடை வீதமும் காலையும் மாலையும் ஐந்து அல்லது ஏழு நாள்களுக்குக் கொடுத்தால் தீரும்.

ஆமகண நோய்க்குறிகள்

சுரம் தோன்றும். அச்சுரம் ஏறுவதும் இறங்குவதுமாகவும் சாமம்விட்டும் சாமம் காய்வதுமாகவும் இருக்கும். தண்ணீர் வேட்கை உண்டாகும். உடம்பு மிக இளைக்கும். சீறிச் சீறியழும். பசி ஏற்படாது. சிந்தைமாறும். உடல் நடுங்கும். வயிறு பேதியாகும். மூச்சு மிக உண்டாகும். கழுத்தை கீழே தொங்க விட்டிருக்கும். கால் குளிர்ந்திருக்கும். கண் மூடி இருக்கும். மார்பு துடிக்கும். சிறுநீர் மஞ்சள் நிறமாயிருக்கும். அந்நீரில் புகையைப் போல் அதிக ஆவி தோன்றும். உடம்பு கடுக்கும். வயிறு கரையும். அதிகமாகத் தலைநோகும். அதிகமான மேல்மூச்சு உண்டாகும். தோல் வரளும். உடம்பு இளைத்துத் துரும்பு போலாகும்.

இண்டெண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

இண்டு வேர்ச்சாறு, இண்டு தண்டுச்சாறு, குமிழ், மாசிபத்திரி, புங்கு, நிலத்துளசி, உள்ளி, முடக்கற்றான், தூதுவளை, நுணாயிலை, வல்லாரை, கஞ்சாங்கோரை, சிற்றாமணக்கெண்ணெய், சாதிக்காய், ஏலம், கிராம்பு, கடுகுரோகணி, கடுக்காய்த் தோல், வால்மிளகு, ஓமம், வசம்பு, சுக்கு, நிலத்துளசி.

செய்முறை

இண்டம் வேர்ச்சாறு, இண்டுதண்டுச்சாறு ஆகியவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு படியும், குமிழ், மாசிபத்திரி, புங்கு, நிலத்துளசி, உள்ளி, முடக்கற்றான், தூதுவளை, நுணாயிலை, வல்லாரை, கஞ்சாங்கோரை ஆகியவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் கால்படி சாறும் எடுத்து இச்சாறுகளையெல்லாம் ஒரு மண் சட்டியிலூற்றி அதில் 1 படி சிற்றாமணக்கெண்ணெய் சேர்த்து அதனுடன் சாதிக்காய், கிராம்பு, கடுகுரோகணி, கடுக்காய்த் தோல், வால்மிளகு, ஓமம், வசம்பு, சுக்கு ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு பலம் வீதம் எடுத்து இவற்றைத் தனித்தனியாக இளவறுப்பாக வறுத்து, இடித்துத் தூளாக்கி, வடிகட்டி அவ்வெண்ணெயிற் சேர்த்து அடுப்பில் ஏற்றி எரித்துப் பக்குவமாகக் கடுகு திரளும் பக்குவத்தில் இறக்க வேண்டும். அதை நாள்தோறும் காலையில்

மட்டும் ஒரு வேளை ஓர் உச்சிக் கரண்டி வீதம் ஐந்து நாள்களுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். மாலையில் போதுமான நிலத்துளசியை பிட்டவித்துப் பிழிந்த நீரை வடிகட்டி இரண்டு உச்சிக்கரண்டி கொடுக்க வேண்டும். அப்படிக் கொடுத்தால் ஆமகணம், வலிமாந்தம் தீரும்.

பத்தியம்: ஐயத்தை வளர்ச்சி அடையச் செய்யும் பண்டங்கள், வாயு பண்டம் ஆகியவற்றை நீக்க வேண்டும்.

முக்குக் கண நோய்க்குறிகள்

சோகம், நாவெந்து புண்ணாகும். தலையைத் தொங்கவிடும். தாகமுண்டாகும். சீதமும் இரத்தமுமாக வயிறு கழியும். மலவாய் முக்கி முக்கி வெளியில் வரும். அறிவு மாறும். உடல் நடுங்கும். வாந்தியாகும். தாய்ப்பாலை உண்ணாது கையும் காலும் குளிர்ந்திருக்கும். மயங்கிக் கிடக்கும். கண் சோர்ந்திருக்கும். உடல் இளைத்துக் கறுக்கும். ஆசனவாய் கடுக்கும்.

கற்றாழைச்சாறு

தேவையான சரக்குகள்

கற்றாழைச்சாறு, வெந்தயம், பழச்சாறு.

செய்முறை

கழுவிய கற்றாழைச்சாறு ஒரு பலம், கால் வராகனெடை வெந்தயம், பழச்சாறு ஒரு பலம் ஆகிய மூன்றையும் சேர்த்து, சுடவைத்து, வடித்து குழந்தைக்குக் காலையில் மட்டும் ஓர் உச்சிக் கரண்டியளவு கொடுக்க வேண்டும். இவ்விதம் மூன்று அல்லது ஐந்து நாள்களுக்குக் கொடுக்க வேண்டும்.

மூலக்கண நோய்க்குறிகள்

வளியும், பித்தமும் மிகுந்து எலும்பிற் சேர்ந்து, அதனால் மூலத்தில் கொதிப்புண்டாகிப் புண்பட்டு சீதமும் இரத்தமுமாய் கழியும். வயிற்றுளைச்சல், ஆசனத்தில் காற்று சேர்ந்து கொண்டு படபட என்று ஒலியுடன் வெளிப்படும். சுரம், வயிற்றிரைச்சல், மிகுதியாகத் தலைநோதல் காணப்படும்.

ஏலாதி வடகம்

தேவையான பொருள்கள்

ஏலம், எலுமிச்சை பழவிதை, தோல் சீவிய சுக்கு, வெற்றிலைக்காம்பு, பழச்சாறு, நெய், பால்.

செய்முறை

ஏலம், எலுமிச்சை பழவிதை, தோல் சீவிய சுக்கு, வெற்றிலைக் காம்பு ஆகிய இந்நான்கு பொருள்களையும் சரி எடை எடுத்து பழச்சாறுவிட்டு அரைத்துக் கொண்டு அதைக் காசளவு வில்லை செய்து நெய்யில் பொரித்தெடுக்க வேண்டும். பிறகு வேளைக்கு ஒரு வடகமாக எடுத்து அதைப் பாலில் கலக்கி காலை மாலை இருவேளையும் கொடுக்க வேண்டும்.

பேராம கண நோய்க்குறிகள்

கைகால்கள் குளிர்ந்திருக்கும். கண் வட்டமிடும். சுரமடிக்கும். பால் செரிக்காது. குடித்தபடியே வாந்தியாகும். குழந்தை திடுக்கிடும். ஏங்கும். சோர்வடைந்து வயிறு போகும். சில குழந்தைகளுக்கு வயிறு பொருமி பின்னர் மலம் வெளிப்படும். நெற்றியில் வலி எடுக்கும். பால் சரியாகக் குடிக்காது.

தும்பைப் பக்குவ மோர்

தேவையான சரக்குகள்

தும்பை வேர், பொடுதலை வேர், உத்தாமணி வேர், எருமை மோர், கொளிஞ்சி வேர்ப்பட்டை, சிறுதிப்பிலி, சீரகம், ஓமம், இந்துப்பு.

செய்முறை

தும்பைவேர், பொடுதலைவேர், உத்தாமணி வேர் ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு பலம் எடுத்து இடித்து ஒரு மண் சட்டியிலிட்டு அடுப்பில் ஏற்றி எரித்துக் கடைந்து சாம்பலாக்கி அச்சாம்பலைக் கொட்டி அதில் 1 படி எருமை மோர் விட்டு கொழுஞ்சி வேர்ப்பட்டை, சிறுதிப்பிலி, சீரகம், ஓமம், இந்துப்பு ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் ஒன்றேகால் வராகனெடை எடுத்து மோரால் கலக்கி சுடவைத்து காலை மாலை இரண்டு வேளை குழந்தைகட்கு ஒரு சங்களவாகக் கொடுக்க வேண்டும்.

இரத்த கண நோய்க்குறிகள்

குழந்தை இடைவிடாது முக்கும். இப்படி முக்கும் போது இருமல் ஏற்படும். இது மட்டுமல்லாமல் மலத்துடன் குருதி சேர்ந்து கழியும். தொடை, இடுப்பு ஆகிய இடங்களில் வலிப்பு உண்டாகும். நீர்வேட்கை இருக்கும். சுரமிருக்கும். மனவாட்டமிருக்கும். மிகப்பசி கெடுதல், சோறுதின்ன முடியாமை, மலத்துடன் இரத்தம் வெளிப்படல், நாடிநடை அயர்ந்து மெலிந்து காணப்படும்.

கரிசாலை கற்கம்

தேவையான சரக்குகள்

கரிசலாங்கண்ணியிலை, பழம்புளி.

செய்முறை

கரிசலாங்கண்ணியிலை, பழம்புளி ஆகிய இரண்டையும் சரியெடை எடுத்து அரைத்து வேளைக்கு புன்னைக்காயளவாக ஏழு அல்லது எட்டு நாள்களுக்கும் காலை மாலை இரண்டு வேளை கொடுக்க வேண்டும்.

சிங்கிமாந்த நோய்க்குறிகள்

நோய் ஏற்படக்கூடிய காலம் 13 வயது வரை. உந்தியிலிருந்து ஒரு வகைச் சூடு மேலெழும்பும். ஈரல் வெந்து புண்படும். அதன் காரணமாகக் கடினமாக மேல் மூச்சும், இழுப்பும் உண்டாகி உடல் வறட்சியடைந்து சுரம் ஏற்படும். மூச்சுத்தடங்கல் ஏற்பட்டு மயக்கம் வரும்.

அமிர்தாதிக் குளிகை

தேவையான சரக்குகள்

அதிமதுரம், கோட்டம், ஏலம், கோரோசனம், சாத்திரவேதி, செண்பகப்பூ, மாசிக்காய், இலவங்கப்பூ, வெட்டிவேர், மாசிபத்தரிவேர், கருந்துளசி, விலாமிச்சை வேர்.

செய்முறை

அதிமதுரம், கோட்டம், ஏலம், சாத்திரவேதி, செண்பகப்பூ, மாசிக்காய், இலவங்கப்பூ ஆகிய அனைத்தையும் காற்பலம் எடுத்து, பொடி செய்து,

கல்வத்திலிட்டு பின்னர் கோரோசனம் கூட்டி வெட்டிவேர், மாசிப்பத்தரிவேர், கருந்துளசி, விலாமிச்சைவேர் ஆகிய நான்கையும் ஒன்றன்பின் ஒன்றாக இட்டு ஒவ்வொன்றையும் இரண்டு சாமம் அரைத்து குன்றியளவு உருண்டை செய்து நிழலில் உலர்த்தி, மாசிப்பத்திரி கியாழத்தில் வேளைக்கு ஒரு மாத்திரை வீதம் காலையிலும் மாலையிலும் கொடுக்க வேண்டும். இலவங்கக் கியாழத்தில் கொடுக்க மாந்த சுரமுடன் வாந்தியும் தீரும். இவ்வாறே தாய்ப்பாலில் கொடுக்க குடல் படுவன், நீர்ப்பாடு, கரப்பான், நாவறட்சி, வயிற்றில் எரிச்சல், அன்னவிடாய்ச் சுரம், மாந்தம், வயிற்றுப்புசம், இருமல் ஆகியன தீரும்.

பொது மருத்துவம்

வல்லாரை நெய்

தேவையான சரக்குகள்

பசுமையான வல்லாரை, நீர், பசு நெய், சுக்கு, ஏலம், மான்கொம்புப் பற்பம், சாதிக்காய், சாதிபத்திரி, தாளிசபத்திரி, கோட்டம், விலாமிச்சை வேர், வெட்டிவேர், சீரகம், தான்றிக்காய்த் தோல், தக்கோலம், மஞ்சள், சந்தனம், வெங்காரம், வில்வ ஓடு, அக்கராகாரம், செண்பகப்பூ, குங்குமப்பூ, கத்தூரி மஞ்சள், இம்பூறல் வேர், கிச்சிலிக்கிழங்கு, பசும்பால், கொத்துமல்லி.

செய்முறை

நன்றாக வடிகட்டிய நீர் எட்டு படி எடுத்து, ஒரு மண் பானையில் வார்த்து அதில் நூறுபலம் வல்லாரையைப் போட்டு, அதை எட்டொன்றாய்க் காய்ச்சி வடித்து ஒரு படி பசுநெய் சேர்த்து, சுக்கு, ஏலம், மான்கொம்புப் பற்பம், சாதிக்காய், கோட்டம், தாளிசபத்திரி, விலாமிச்சைவேர், வெட்டிவேர், சீரகம், தக்கோலம், தான்றிக்காய்த்தோல், மஞ்சள், சந்தனம், வெங்காரம், வில்வவோடு, அக்கராகாரம், செண்பகப்பூ, குங்குமப்பூ, கத்தூரி மஞ்சள், இம்பூறல்வேர், கிச்சிலிக்கிழங்கு, கொத்துமல்லி, கடுகுரோகணி ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் 1 வராகன்னெடை எடுத்து பசுவின் பாலாலரைத்து, மண் பாண்டத்திலுள்ள பொருள்களுடன் சேர்த்துக் கலக்கி, அடுப்பில் ஏற்றிப் பதமாகக் காய்ச்சி இறக்கி, அதைத் தினமும் காலையிலும் மாலையிலுமாக இரண்டு வேளை உண்டு வந்தால் தொந்தமாந்தம், போர் மாந்தம், மேகம், காசநோய், ஈளை, இளைப்பு, மூலகணம், உட்சுரம், வாந்தி, இருமல், இரைப்பு, சுரம் ஆகியன நீங்கும்.

பால சஞ்சீவி மாத்திரை

கல்நார், கிராம்பு, இலவங்கப்பத்திரி, செவ்வியம், திப்பிலி, அதி விடயம், தான்றிக்காய்த் தோல், கருஞ்சீரகம், அக்கராகாரம், கடுகுரோகணி, சாதிக்காய், சாதிபத்தரி, கற்கடகசிங்கி, குரோசணி ஓமம், கத்தூரி, பச்சைக் கற்பூரம், சீரகம், கோரோசனை, குங்குமப்பூ, இஞ்சிச்சாறு, கையாந்தகரைச் சாறு, நாரத்தம்பழச்சாறு, தாய்ப்பால் / பசும்பால்.

செய்முறை

கல்நார், கிராம்பு, இலவங்கப்பத்திரி, செவ்வியம், திப்பிலி, அதிவிடயம், தான்றிக்காய்த்தோல், கருஞ்சீரகம், அக்கராகாரம், கடுகுரோகணி, சாதிக்காய், சாதிபத்திரி, கற்கடகசிங்கி, குங்குமப்பூ ஆகியவற்றைச் சரிபாகமாக எடுத்து, அவற்றுடன் இஞ்சிச்சாறு விட்டு ஒரு சாமம் அரைக்க வேண்டும். பின் கையாந்தகரைச் சாறு விட்டு ஒரு சாமம் அரைக்க வேண்டும். அதன்பின் நாரத்தம் பழச்சாறு விட்டு ஒரு சாமம் அரைத்து, பயறளவு மாத்திரையாக உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி அம்மாத்திரையைத் தாய்ப்பாலிலாவது, பசும்பாலிலாவது இழைத்து, காலையிலும் மாலையிலும் வேளைக்கு ஒரு மாத்திரை வீதம் மூன்று நாள்களுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். இதன் மூலம் செய்தால் எட்சி தோடம், குளிர்சுரம், கழிச்சல், இருமல், ஈளை, எட்டு விதக் காசம், கணம், மாந்தம் ஆகியன தீரும்.

அமிர்த சஞ்சீவிக் குளிகை

தேவையான சரக்குகள்

சாத்திரவேதி, உயர்ந்த கோட்டம், ஏலம், இலவங்கம், சந்தனம், கடுகுரோகணி, இலுப்பைப்பூ, நன்னாரிவேர், விலாமிச்சைவேர், வெட்டிவேர், திப்பிலி, அதிமதுரம், கோரைக்கிழங்கு, திராட்சைப்பழம், பேரிச்சம்பழம், கருப்பஞ்சாறு, தாய்ப்பால் / வெந்நீர்.

செய்முறை

சாத்திரவேதி, உயர்ந்த கோட்டம், ஏலம், இலவங்கம், சந்தனம், கடுகுரோகணி, இலுப்பைப்பூ, நன்னாரிவேர், விலாமிச்சைவேர், வெட்டிவேர், திப்பிலி, அதிமதுரம், கோரைக்கிழங்கு, திராட்சைப்பழம், பேரிச்சம்பழம் ஆகியவற்றைச் சிறு எடையாக எடுத்து கருப்பஞ்சாறு விட்டு நான்கு சாமம்

நன்றாக அரைத்து கடலையளவு மாத்திரை செய்து நிழலில் உலர்த்தி, காலை மாலை இரு வேளையும் வேளைக்கு ஒரு மாத்திரையாகத் தாய்ப்பாலிலாவது, வெந்நீரிலாவது அனுபானித்து கொடுத்தால் எண்கணம், மாந்தம், சுரம், நீர்வேட்கை ஆகியன நீங்கும்.

பூபதி மாத்திரை

சந்தனம், நன்னாரி வேர், புளியம் வித்து ஓடு, சாத்திரவேதி, கோரைக்கிழங்கு, தாமரை வளையம், சிறுகீரை வேர், நாயுருவி வேர், வல்லாரைக் கீரை, சாதிக்காய், சாதிபத்திரி, செண்பகப்பூ, கல்நார், சீரகம், இருவாட்சி வேர், திப்பிலி, கருஞ்சீரகம், இலவங்கப்பட்டை, ஏலம், உருத்தி ராட்சம், கோரோசனம், பொன்னாங்காணிவேர், குப்பைமேனிவேர், வல்லாரைச்சாறு, பொன்னாங்காணிச்சாறு.

செய்முறை

மேற்காணும் இருபத்திநான்கு பொருள்களையும், சரி எடை எடுத்துச் சேர்த்து இடித்துப் பொடியாக்கி அவற்றை ஒன்று சேர்த்து குழிக்கல்லிலிட்டு வல்லாரைச்சாறு விட்டு நான்கு சாமம் அரைக்க வேண்டும். பின் அதில் பொன்னாங்காணிச்சாறு விட்டு நான்கு சாமம் அரைத்து அதனைத் தேற்றான்விதையளவு மாத்திரையாகச் செய்து நிழலில் உலர்த்தி தக்க துணைமருந்தில் வேளைக்கு ஒரு மாத்திரை வீதம் இருவேளை கொடுக்க எட்டுக் கணங்களும் நீங்கும்.

கிளுவை எண்ணெய்

சிற்றாமணக்கு எண்ணெய், வெள்ளாட்டுப்பால், கிளுவைப்பட்டை, கருவேலம்பட்டை, ஈருள்ளி, சீரகம், இண்டஞ்சாறு, காய்ச்சுக்கட்டி.

செய்முறை

ஒரு படி சிற்றாமணக்கெண்ணெயையும், ஒரு படி வெள்ளாட்டுப் பாலையும் ஒரு மண் சட்டியிலூற்றிக் கலந்து அதில் ஒரு படி ஈருள்ளியையும், ஒரு பிடி இண்டங்கொழுந்தையும் குறுக அரிந்து சிதைத்துச் சேர்த்து கிளுவைப்பட்டை, கருவேலம்பட்டை ஆகிய இரண்டையும் ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு படி வீதம் எடுத்துப் பொடியாக்கிப் போட்டு அதனுடன் ஒரு பலம் சீரகத்தையும் ஒரு பலம் காய்ச்சுக்கட்டியையும் பொடித்துச் சேர்க்க வேண்டும். இதனால் எட்டு வகைக் கணங்கள், தோடங்கள், மாந்தங்கள் நீங்கும்.

மாதுளை நெய்

மாதுளைச் சமூலச் சாறு, சீந்தில் சர்க்கரை, பசுவெண்ணெய், சாதிக்காய், சாதிபத்திரி, ஏலம்.

செய்முறை

கால்படி மாதுளைச் சமூலச்சாறு, இரண்டரைப் பலம் சீந்தில் சர்க்கரை ஆகியவற்றை மண் சட்டியில் சேர்த்துக் குழம்பாக்கி கால்படி பசுவெண்ணெய் கூட்டி அதில் சாதிக்காய், சாதிபத்திரி, ஏலம் ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் அரைப்பலம் எடுத்து இளவறுப்பாக எடுத்து அடுப்பில் ஏற்றிக் காய்ச்சி பதத்தில் வடித்து அதைக் காலையிலும் மாலையிலும் ஒரு கரண்டியளவு குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். இவ்விதம் நாற்பத்தொரு நாள்களுக்குக் கொடுக்க பதினெட்டுக் கணங்களும், தோடம், வயிற்றிரைச்சல், கழிச்சல் ஆகியன நீங்கும்.

வல்லாரை எண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

சிற்றாமணக்கெண்ணெய், வல்லாரைச் சாறு, வெந்தயம், பசும் பால், சர்க்கரை.

செய்முறை

ஒரு படி சிற்றாமணக்கு எண்ணெயையும் அரைப்படி வல்லாரைச் சாற்றையும் ஒரு மண் சட்டியில் ஊற்றி இரண்டு பலம் வெந்தயத்தைப் பசுவின் பால் விட்டு அரைத்து சட்டியில் கலந்து சிறு தீயிட்டு எரித்துப் பக்குவமானவுடன் அதில் இரண்டு பலம் சர்க்கரை கலந்து வடித்து எடுத்து காலையில் மட்டும் 5 அல்லது 7 நாள்களுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். இதனால் கணச்சூடு தணியும்.

சண்பகப்பூ நெய்

தேவையான சரக்குகள்

உயர்ந்த சாதிக்கோட்டம், சண்பகப்பூ, சந்தனத்தூள், கடுகுரோகிணி, விலாமிச்சைம்வேர், கிராம்பு, அவுரிச்சாறு, நிலக்குமிழ்சாறு, நல்லெண்ணெய், பசு நெய்

செய்முறை

அவுரிச்சாறு, நிலக்குமிழ்ச் சாறு ஒவ்வொன்றிலும் கால்படி எடுத்து ஒரு மண் சட்டியில் ஊற்ற வேண்டும். பின் நல்லெண்ணெய் கால்படி, பசு நெய் கால்படி எடுத்து மண் சட்டியில் ஊற்றி, சாற்றுடன் கலந்து உயர்ந்த சாதிக்கோட்டம், சண்பகப்பூ, சந்தனத்தூள், கடுகுரோகணி, விலாமிச்சை வேர், கிராம்பு ஆகியவற்றை ஒரு கழஞ்சு எடுத்துப் பொடித்து பசுவின் பால் ஊற்றி அரைத்து சிறுக எரித்து, பக்குவமானவுடன் வடித்து எடுத்து, அதை வேளைக்கு இரண்டு சங்காக மூன்று அல்லது ஐந்து நாள்களுக்கு நோயின் தன்மைக்கு ஏற்ப உரிய கால அளவுக்குக் கொடுத்தால் கணம் நீங்கும்.

சிறுபுள்ளடி எண்ணெய்

தேவையான சரக்குகள்

சிறுபுள்ளடி, கழற்சிக் கொழுந்து, அவுரியிலை, சாணாக்கியிலை, பொடுதலையிலை, நல்லெண்ணெய்.

செய்முறை

சிறுபுள்ளடி, கழற்சிக் கொழுந்து, அவுரியிலை, சாணாக்கியிலை, பொடுதலையிலை ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு பிடி எடுத்து சுத்தம் செய்து நன்றாகச் சிதைத்து ஒரு மண் சட்டியில் அரைப்படி நல்லெண்ணெயை ஊற்றி அத்துடன் சிதைத்து எடுத்த பொருளைப் போட்டு ஒரு மெல்லிய வெள்ளைத் துணியால் அச்சட்டியின் வாயைக் கட்டி வெயிலில் வைத்துக் கொண்டு காலையிலும் மாலையிலும் ஒரு உச்சிக்கரண்டியளவு வீதம் மூன்று அல்லது ஐந்து நாள்களுக்கு உள்ளுக்கும் கொடுத்து மேலுக்கும் பூசினால் கணம் நீங்கும்.

காரை ரசாயனம்

தேவையான சரக்குகள்

காரைப் பழத்தின் சாறு, சர்க்கரை, பசு பால், பசு நெய்.

செய்முறை

நாழி (1.3 லி.) காரைப்பழத்தின் சாறும், 1.3 லி. சர்க்கரையும், 5.2 லிட். பசுவின் பாலையும் ஒரு மண் சட்டியில் ஊற்றிச் சேர்த்து சிறுக எரித்து, பாகு பதமானவுடன் அதில் கால்படி பசுவின் நெய்யை விட்டுக் கிளறி,

காலை மாலை சிறு கரண்டியளவு ஐந்து அல்லது ஏழு நாள்களுக்குக் கொடுக்க அனைத்துக் கணமும் நீங்கும்.

நீர்முள்ளிக் குடிநீர்

தேவையான சரக்குகள்

நீர்முள்ளி, ஈருள்ளி, கடுக்காய்த் தோல், தான்றிக்காய்த் தோல், நெல்லிக்காய், பசு மோர்.

செய்முறை

நீர்முள்ளி, ஈருள்ளி, கடுக்காய்த் தோல், தான்றிக்காய்த்தோல், நெல்லிக்காய் ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் கால்பலம் எடுத்து இடித்து அதனுடன் அரைப்படி பசு மோர் சேர்த்து அரைக்கால்படி குடிநீராக்கி இரும்புப் பாத்திரத்தில் வைத்துக் கொண்டு ஒன்று அல்லது இரண்டு சங்காக மூன்று அல்லது ஐந்து நாள்களுக்கு இருவேளை கொடுக்க சகல கணமும் நீங்கும்.

குற்றம் முதலிய வேறுபாடுகள்

தன்வினை, பிறவினைகளின் பயனாகத் தூண்டப்பட்ட ஐயக்குற்றமானது, வளி, அழல் துணைக்கொண்டு, பசித்தீயைக் கெடுத்து, உடற்கட்டுகள் ஒன்றின் பின் ஒன்றாக மெலிவடையச் செய்தலோடு, வாயுக்களையும் தூண்டி, நோயைப் பெருகுவிக்கும்.

காசநோய் கண்டு பிடிப்பு முறைகள்

சளி ஆய்வு

குழந்தைகளின் சளியை ஆய்வு செய்தல் (Culture & Senstivity)

1. குழந்தைகளின் சளி கிடைப்பது மிகவும் கடினம். ரப்பர் குழாய் (Rubber tube) மூலம் இரைப்பையில் இருந்து சளியை எடுத்து பரிசோதனை செய்து கிருமிகளை அடையாளம் கண்டறியலாம்.
2. எக்ஸ் கதிர் படம் மூலம் நோயை அறுதியிடலாம்
3. சி.டி. ஸ்கேன் படம் மூலம் நோயை அறுதியிடலாம்
4. முழுமையான இரத்தப் பரிசோதனை (TC, DC, ESR)
5. டியூபர் குலின் சோதனை (Mantoux test)

இச்சோதனையில் 5 மி.மீ. அகலமுள்ள ஆய்வு முடிவு குழந்தை நோயினால் பாதிக்கவில்லை என்பதைக் காட்டும். அதற்கு மேல் இருந்தால் கவனமுடன் குழந்தையைச் சோதிக்க வேண்டும்.

நிணக் கட்டிகளின் ஒரு சிறு பகுதியை எடுத்து (Histopathological examination) திசுக்களை ஆய்வு செய்வதன் மூலம் காசநோயின் தன்மையை உறுதி செய்யலாம்.

மூளை ஆய்வு

மூளைத் தண்டுவட நீரை ஆய்வு செய்யும் பொழுது அதன் தூய்மை, மணம், இரத்த அணுக்களின் மாறுபாடுகள், புரதம், சர்க்கரைச் சத்துகளின் மாறுபாடுகள் புரதம் அதிகரித்தும் சர்க்கரை குறைந்தும் காணப்படும்.

நோய்த் தடுப்பு நடவடிக்கை

பி.சி.ஜி. தடுப்பு ஊசி பிறந்தவுடன் குழந்தைகளுக்குப் போட வேண்டும். பொதுவாக குழந்தை பிறந்து மருத்துவமனையில் இருந்து வீட்டுக்கு அனுப்பப்படும் பொழுது குழந்தையின் இட கையின் மேல் பகுதியில் இந்த ஊசியைப் போட வேண்டும்.

குழந்தைப் பருவத்திலிருந்தே உடற்பயிற்சி, நல்வாழ்வு முறைப்படி வீடுகள் அமைத்தல், நல்வாழ்வுப் பிரச்சாரம், கல்வியறிவு, மக்களிடையே நோயைக் கண்டுபிடித்தல், நோயாளிகளை மருத்துவமனையில் அனுமதித்து சிகிச்சை அளித்தல், ஊட்ட உணவுகளை வழங்குதல், மருந்துகளை நோயாளிகள் முறையாகச் சாப்பிடுவதைக் கண்காணித்தல், உணவு முறையில் புரதப் பொருள்கள், கொழுப்புப் பொருள்கள், மாவுப் பொருள்கள், தாது உப்புகள், வைட்டமின்கள், பால், முட்டை, காய்கறிகள், பழங்கள், உலர்ந்த பழங்கள், தேன், பேரிச்சை பழம், உலர் திராட்சை, நெய், பூண்டு, பருப்பு வகைகள், இரும்புச்சத்து நிறைந்த ஈரல், தக்காளி, முருங்கைக்கீரை, கருப்பட்டி, பொட்டுக்கடலை, மாமிசம், கோழி, மீன் ஆகியன அடங்கியிருத்தல் போன்றவற்றைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டும்.

7

அக்கரம்

மரு. M. மீனாட்சி சுந்தரம்

அச்சரம், வாய்வேக்காடு, வாய்வேக்காளம், வாய்ப்புண், வாயவியல் என்று பல்வேறு பெயர்களில் அக்கரம் நோய் அழைக்கப்படுகிறது.

அக்கரம் என்பது வாய், நாக்கு ஆகியவற்றில் புண்ணை உண்டாக்கக்கூடிய நோயாகும். குழந்தைகளுக்குக் கணைச்சூடு, மூலத்தில் கிளம்பும் சூடு ஆகியவற்றினால், வயிறு பாதிக்கப்பட்டு, வாய், நாக்கு, உதடு ஆகிய இடங்களில் சிறுசிறு கொப்புளங்களை உண்டாக்கி, பாலை உண்ண முடியாதபடி வெறுப்பை விளைவிக்கும் நோய் ஆகும். வெப்பப் பிரதேசங்களில் குழந்தைகளுக்கு மாந்த நோயினால் அழற்சி உண்டாகி அக்கரம் ஏற்படுகிறது.

நோய்க்கான காரணங்கள்

- வாய் தூய்மையின்மை (Poor oral Hygiene)
- குழந்தைகளுக்குத் தேவையான உயிர்ச் சத்துக்கள் பற்றாக் குறை (vitamins deficiency), இரும்புச்சத்துக் குறைபாடு (iron deficiency)
- சுண்ணாம்பு முதலியவற்றின் கார மிகுதி, இரசம் போன்ற மருந்துகளின் வேக்காடு (Hypersensitivity of drugs etc.)
- தொற்று நோய்கள் (Viral, Bacterial, Fungal Infection)
- பல்லில் ஏற்படும் குறைபாடுகள் (Dental Defects)
- நீண்ட நாள்களாக வாய் வழியாக, மூச்சு வாங்கல், விடல் (Chronic mouth breathing)

பொது நோய்க் குறிகள்

• சூலை வேக்காடு நா வேக்காடு , கண்ட வேக்காடு		எரிச்சலுடன் கூடிய சிவந்த வீக்கம், வாய், நாக்கு, தொண்டை, வயிறு ஆகியவற்றில் புண் உண்டாதல்.
• நா வெளுப்பு	–	மாவைப் போன்ற, தயிர் ஆடை போன்ற வெண்மையான படலம் நாவில் உண்டாதல்.
• சொள்ளு நீர்	–	வாயிலிருந்து எச்சில், நீர், கோழை வடிதல்
• உடல் துடித்து நிற்றல்	–	நாடி நடை அதிகரித்தல்
• தலைவலி	–	மிளகு போன்ற பொருள்களின் காரத்தைத் தாங்க முடியாமை, சுரம், உடல்வலி , ஈரல், தாபிதம், குடல் வெந்து தாபிதமடைதல்
அக்கரம்	–	வாயில் புண் காணப்படும். ஈறுகள் வீங்கிக் காணப்படும். உணவு விழுங்க இயலாமை.

வகைப்பாடு

சூலி அக்கரம், நீதி அக்கரம்,சோதி அக்கரம், வீமி அக்கரம், குண்டி அக்கரம், கபாலி அக்கரம், குமரி அக்கரம். இது தவிர உள்அக்கரம் என ஒன்றும் உள்ளது.

பரராசசேகரம் என்ற நூலில், கறுத்த அக்கரம், சிவந்த அக்கரம், வெள்ளை அக்கரம், உள்ளக்கரம், ஈரலக்கரம், வாயக்கரம் என்று அக்கரம் வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது.

1. சூலி அக்கரம்

- நாவேக்காட்டுடன் சூலாயுதத்தால் குத்துவது போன்ற குத்தல் வலி உடையது.

- நா வெந்து, வெளுத்துக் காணப்படும். வழுவழுப்பான, வெண்மையான நீர் சுரந்து வடியும். வாந்தியாகும். நாவிலிருந்து கெட்ட நாற்றம் (வெள்ளாவியின் போது வீசும் உவர்மண்ணின் நாற்றம்) வீசும்.
- உடல் கறுத்து சோர்வு உண்டாகும். இருமலில் வெள்ளை நிறக் கோழை வெளிப்படும்.
- சுரம், தலைவலி, இடுப்பு கடுத்தல் ஆகிய குறிநோய்கள் காணப்படும்.

2. நீதி அக்கரம்

- நாவானது அதிக உயர்வு தாழ்வுகளின்றி நடுத்தரமாய் இருக்கும். உள்ளே சிவந்து வெளிப்பக்கமாக வெண்மையான மாவு படர்ந்தால் போல் வெளுத்துக் காணப்படும்.
- நா வறண்டு உலர்ந்து இருக்கும்.
- வாய்க்கசப்பு, நெஞ்சு எரிதல், தலைவலி, சுரம் கானல் ஆகிய குறிகுணங்கள் காணப்படும்.

3. சோதி அக்கரம்

- நாக்கு வெந்து, நிறம் மாறும். பல் அழுக்குற்று காணப்படும்.
- வாத, பித்த, கப மூன்று நாடிகளும் துடிதுடித்து நடக்கும்.
- கால் மூட்டுக்கள், கணுக்கால் ஆகியவற்றில் துளைப்பது போன்ற வலி உண்டாகும்.
- வயிற்றின் உட்பக்கமும், மேற்புறமும் எரிச்சலும், வாந்தி, சுரம், தலைவலி ஆகிய நோய்க் குறிகளும் காணப்படும்.

4. வீமி அக்கரம்

- நாவானது, தாழைக் குருத்தை மென்றால் உண்டாகும் செந்நிறம் போல் சிவந்து தடித்துக் காணப்படும்.
- வாய், ஈரல் வெந்து நோதல், உடல் கறுத்துக் காணப்படுதல், குளிர்ந்திருத்தல்.
- தலைவலி, நீர்வேட்கை ஆகிய நோய்க் குறிகள் காணப்படும்.

5. குண்டி அக்கரம்

- நாவானது கொதித்துப் போய் சிவந்து இருக்கும்.
- ஈரல் வெந்து, நெஞ்சு கரித்து, வயிறு கழியும். விலாவின் ஒரு பக்கம் நோகும். வாய்கூசும். இருமல் உண்டாகும். நீர்வேட்கை

உண்டாதல் போன்ற நோய்க் குறிகள் காணப்படும். மேலும் இடுப்புக்கு மேல் சுரம், உடல்வெளுப்பு, சிறுநீர் மஞ்சளாதல் ஆகிய நோய்க்குறிகள் தோன்றும்.

6. கபாலி அக்கரம்

- குடல், ஈரல் வெந்து நோகும். நாவானது மிகவும் மோசமாக வெந்து காணப்படும். 5ஆம் நாளில் வெடித்து, அதிலிருந்து குருதி வடியும். தொண்டையானது காடிச்சோறு பொங்குவது போல் பொங்கும்.
- வயிறு நொந்து, இரைந்து கழியும். சுரம், தலைவலி, உடல்வலி, உடல்பளு, நெஞ்சுவலி ஆகிய நோய்க்குறிகள் காணப்படும்.

7. குமரி அக்கரம்

- எந்தப் பொருளையும் உண்ண, குடிக்க முடியாமல் நாக்குக் கூசும், துடிக்கும்.
- கண்கள் நோகும். வாய் கசப்பாக இருக்கும். உண்ணாக்கு வறளும். உடலில் சுரம் காணப்படும். வாந்தி உண்டாகும். பல் மஞ்சள் நிறமாயிருக்கும்.
- தலையிலிருந்து மூக்கின் வழியாக 3 நாள் வரை செந்நீர் வடிதல் ஆகிய நோய்க்குறிகள் காணப்படும்.

8. உள் அக்கரம்

- உந்தியின் உட்பக்கம் வெந்து புண்ணாகி இருக்கும். அதிலிருந்து ஆவி தோன்றி மேல் எழும்பும். அந்த ஆவியானது தலையில் முட்டி நீராகும். அது மூக்கு வழியாக ஒழுகும். அந்நீரானது முக உறுப்புகளில் சேர்த்து கொண்டு, அவ்விடங்களில் குருதியைக் கெடுத்து வெளுக்க வைக்கும்.

- நா வெளுத்துப் பூத்திருக்கும். நீர்வேட்கை உண்டாகும். சுரம், தூக்கம் ஆகிய நோய்க்குறிகள் காணப்படும்.

மேற்கூறிய எட்டு வகையுள், சூலி, வீமி, குண்டி, சோதி அக்கரங்கள் ஆகிய நான்கும் சாத்தியமாகும். நீலி, குமரி, உள், கபாலி ஆகிய நான்கும் அசாத்தியமாகும்.

பரராசசேகரத்தில் விவரிக்கப்பட்டுள்ள அக்கரங்கள் ஆறு வகைப்படும். அவற்றுள் உள்ளக்கரம் என்ற ஒரு வகை மட்டும் இரண்டு நூல்களிலும் விளக்கப்பட்டுள்ளது.

கறுத்த அக்கரம்

- உடல் கறுத்து வறட்சி உண்டாவதால் கறுத்த அக்கரம் எனக் குறிப்பிடப்பெறுகிறது.
- வயிறு மந்தம் ஏற்பட்டு பொருமலுடன் காயும். பசியின்மை, மயக்கம் உண்டாகும். வயிறு நோதல், ஓக்காளம் ஏற்படும்.
- உதடு புண்ணாகும். பச்சிலைச் சாறு போல் அல்லது கரிபோல் கழிச்சலாகும். இருமல், மூச்சுமுட்டல், தாகம், குளிர்நடுக்கம் ஆகிய நோய்க்குறிகள் காணப்படும். இவை அசாத்தியமாகக் கருதப்படும்.

சிவந்த அக்கரம்

இதில் பொன்னொத்த மேனி அதைத்துத் தோன்றும். உணவை விரும்பாது. சுரம் ஏற்படும். வயிற்றுப் பொருமல், வாயில் புண்ணுண்டாதல், மலமானது மஞ்சள் நிறத்துடன் கழிந்து சோர்வுண்டாதல் ஆகிய நோய்க் குறிகள் காணப்படும்.

வெள்ளை அக்கரம்

இந்நோயில் மலம் வெளுத்துக் கழியும். சுரம், வயிற்றுப் பொருமல், ஊதல், நோதல் ஏற்பட்டு வாய்ப்புண் உண்டாகும். தாகம், இருமல், கால் குளிர்ச்சி ஆகிய நோய்க் குறிகள் காணப்படும்.

உள்ளக்கரம்

இந்த அக்கரத்தில் உடல் வெந்து புண்ணாகும். தலைவலி, காய்ச்சல், வயிற்றுப் பொருமல், செருமல், மூட்டு நோதல் ஆகியன இருக்கும். நெய்ப்பற்றாக, சீதமாக வயிறு கழியும்.

ஈரல் அக்கரம்

கடுப்புடன் கழிச்சல், அதில் சீதமும் இரத்தமும் கழியும். சுரம் காய்தல், பசியின்மை, குளிர் நடுக்கம், முக்கல் ஆகிய நோய்க்குறிகள் காணப்படும்.

வாய் அக்கரம்

வாயில் வேக்காளம் அதிகமாகி, கொப்புளங்கள் தென்படும். வயிறு பொருமி ஊதலாகும். குளிர்காய்ச்சல், பசியின்மை காணப்படும். முகம், வாய் வீங்கிக் காணப்படும்.

அக்கரத்தின் வகைகளைத் தொடர்ந்து பரராசசேகரர், அக்கரசுரம், அக்கரசுரச் சன்னி, அக்கரகிரந்தி வெப்பு ஆகிய மூன்றினை விளக்கியுள்ளார். மேலும் அக்கரத்தின் பேதம் என்ற தலைப்பில்,

வெள்ளை அக்கரத்தில் வெப்பு
கறுத்த அக்கரத்தில் வெப்பு
சிவந்த அக்கரத்தில் வெப்பு
அக்கரப் படுவன்

என்பனவற்றைக் கூறுகிறார்.

அக்கர சுரத்தின் தன்மை

பசியின்மை, தலைக்குத்தல், இருமல், இழுப்பு, வயிற்றுவலி, வாயழற்சி, வாய்ப்புண் ஆகியவற்றுடன் சுரம் காய்தல் ஆகிய நோய்க்குறிகள் காணப்படும்.

அக்கர சுர சன்னியின் தன்மை

இருமல், அலட்டல், காய்ச்சல் ஆகியவை இரவில் அதிகமாதல். பசியின்மை, பிதற்றல் பேச்சு உண்டாகும். தூக்கமின்மை, கழிச்சல் ஏற்படும். சுரத்துடன் நடுக்கம், மயக்கம், தலையிடி, திமிர், வலிப்பு தோன்றும். இது அசாத்தியம்.

அக்கரக்கிரந்தி வெப்பின் தன்மை

காய்ச்சல் அதிகரித்து உடல் வெதும்பிக் காயும். வயிறு இரைச்சலுடன் பொருமி, ஊதிக் கொள்ளும். வாயில்புண், வயிறு மந்தம் காணும். பசியின்மை, உடலில் எரிச்சல், கால்குளிர்ச்சி ஆகிய நோய்க்குறிகள் காணப்படும்.

அக்கரத்தின் பேதம்

வெள்ளையக்கர வெப்பின் தன்மை

வாய் வெந்து புண்ணாகும். இளைப்பிருமல், மயக்கம், தூக்கம் உண்டாகும். உடல் களைத்து வெளுக்கும். கண் வெளுக்கும். மலம் வெளுக்கும். வாய், நாக்கு, ஆசனம் வெந்து புண்ணாகும். விக்கல், பசியின்மை, உடல்தளர்ச்சி ஆகிய நோய்க்குறிகள் காணப்படும்.

கறுத்த அக்கர வெப்பின் தன்மை

நா, பல், கண், மலம் கறுக்கும். வயிற்று வலி, பொருமல், ஊதலுண்டாகி வயிற்றுப் போக்கு உண்டாகும். வாந்தியாகும். உடல்வலி, வலிப்பு ஏற்பட்டு சிலசமயம் மலம் கட்டலாம்.

சிவந்த அக்கர வெப்பின் தன்மை

உடல் வெதுப்பு, வயிறு உளைச்சல், மலம் பச்சை மஞ்சள் நிறமாகும். உடல் சிவந்து இளைக்கும். நீர் மஞ்சளிக்கும். கோபம், வியர்வை, வாந்தி உண்டாகும். தூக்கம், மயக்கம், வாய்ப்புண் உண்டாகும். மலம் சிவக்கும்.

இந்த மூன்று பேதமானது முக்குற்ற அடிப்படையில் காணப்படுவதை பரராசர் விவரித்துள்ளார்.

அக்கரப் படுவன் தன்மை

வயிறு வலித்து, எரிந்து கழியும். நீர்நீராக வாந்தியாதல், உடல்மெலிவு, நடுக்கம் உண்டாகும். இது தீராத அக்கர நோய் ஆகும்.

மருத்துவ முறை

வாயில் புண் உண்டாவதற்கு நாம் பல காரணங்களைக் கூறினாலும், வாய் தூய்மையின்மையே முக்கியமானதாகக் கருதப்படுகிறது. எனவே குழந்தைகளுக்கு வாய் தூய்மையின் முக்கியத்துவத்தை உணர வைக்க வேண்டும். தினமும் காலை, இரவு பல் துலக்கி, நாக்கு வழித்து, வாய் கொப்பளித்து வந்தால் அக்கரங்கள் வருவதற்கான வாய்ப்பு குறையும்.

- வாய்ப்புண் உண்டானால் திரிபலாச் சூரணத்தைக் குடிநீரிட்டு, வாய் கொப்பளிக்கலாம்.
- பஞ்ச துவர்ப்பிக் குடிநீர், உப்பு நீர் கொண்டு வாய் கொப்பளிக்கலாம். நல்லெண்ணெய் விட்டு வாய் கொப்பளித்து வர அக்கரம் நீங்கும்.
- வெங்காரம், படிகாரம் இவற்றைப் பொடித்து நீரில் கலந்து வாய் கொப்பளிக்கலாம்.
- மாசிக்காயைப் பொடித்து நீரிலிட்டுக் காய்ச்சி வாய் கொப்பளிக்க அக்கரம் தீரும்.
- மாசிக்காய் அல்லது வசம்பு சுட்ட சாம்பலை நெய்யில் குழைத்து அக்கரத்திற்குப் பூசலாம்.
- புளிப்பு, காரமான உணவுகளைத் தவிர்த்து வெண்ணெய், நெய், மோர், பால், தயிர், இஞ்சி, காய்கறி முதலியன உண்ணல் நலம்.
- அதிக சூடு, குளிர்ச்சியான உணவுகளைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

தேங்காய்ப்பால், மணத்தக்காளிக் கீரை, வெந்தயக்கீரை, பொன்னாங்காணிக் கீரை, பசலைக்கீரை முதலியனவற்றை உணவில் சேர்த்துக் கொள்ளவேண்டும். அத்திக்காய், வாழைப்பூ, பழங்கள், இளநீர், நுங்கு இவற்றைப் பயன்படுத்தலாம்.

பொது சிகிச்சை

1. அக்கர சஞ்சீவி மாத்திரை

கஸ்தூரி	–	1 பங்கு
குங்குமப்பூ	–	2 பங்கு
கோரோசனை	–	3 பங்கு
ஏலம்		
அதிமதுரம்		
சுக்கு	–	ஒவ்வொன்றிலும் 6 பங்கு
மிளகு		
திப்பிலி		

அரத்தை சாதிக்காய் ஓமம் சோம்பு கருஞ்சீரகம்			ஒவ்வொன்றிலும்வகைக்கு 7 பங்கு
கோட்டம்	–	8 பங்கு	
தக்கோலம்	–	9 பங்கு	
அக்கரகாரம் சிறுதேக்கு			ஒவ்வொன்றிலும் 10 பங்கு

மேற்கூறிய அனைத்தையும் பொடியாக்கி முலைப்பாலால் அரைத்து பயறளவு மாத்திரையாக உருட்டி, முலைப்பால், தேன் இவற்றில் அனுபானித்துக் கொடுக்க நாப்புண், அக்கரசுரம், சன்னி, சுரம், கிராணி, மாந்தம், பறவைத்தோடம் முதலிய தோடங்கள், கணச்சூடு ஆகியவை தீரும்.

2. அக்கரக் குளிகை

கோரோசனை சாதிக்காய் கோட்டம் தக்கோலம் செண்பகப்பூ செஞ்சந்தனம் மான்கொம்பு பூநாகம் முசுறுமுட்டை உருத்திராட்சம் இலவங்கப்பட்டை கல்நார் கணிதவேதி (சாத்திரவேதி)		ஒவ்வொன்றிலும் 1 கழஞ்சு
அக்கரகாரம்	–	2 கழஞ்சு

மேற்கூறியவற்றை முலைப்பால் விட்டரைத்து பயறளவு குளிகை செய்து பயன்படுத்தி வர, அக்கரம், கழச்சல், சன்னி, அவியல்சுரம் ஆகியன தீரும்.

3. அமிர்தாதிக் குளிகை

அதிமதுரம், செண்பகப்பூ, ஏலம், கோட்டம், வெட்டி வேர், விலாமிச்சை, சடாமாஞ்சில், கிராம்பு, சாத்திரவேதி, கோரோசனை, பச்சைஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 1 கழஞ்சு எடுத்து தூள் செய்து வெட்டி வேர் கசாயத்தால் அரைத்து குன்றிமணிப் பிரமாணம் உருட்டி வைத்துக் கொண்டு முலைப்பாலில் கொடுத்துவர அக்கரம், வறட்சி, வெப்பம் ஆகியன மாறும்.

4. அக்கரத்திற்கு நெய்

தூதுவளை நாயுருவி முசுமுசுக்கை கர்ப்பூரவள்ளி	இவற்றின் மூலம்
வல்லாரை பிரமி ஆடாதோடை கொன்றை கறுத்தப்பூக்கொடி வெங்காயம்	இவற்றின் இலையும் வேரும்
மிளகு சுக்கு வசம்பு இருசீரகம் மாசிக்காய் நெல்லிக்காய் கடுக்காய்	ஒவ்வொன்றிலும் 1 கழஞ்சு
கோட்டம் மதுரம் அக்கரா ஓமம் மல்லி	ஒவ்வொன்றிலும் 1 கழஞ்சு

மேற்கூறியவற்றில் இலை வகை ஒரு பிடியும், வேர் வகை ஒரு பிடியும், பொருள்கள் 1 கழஞ்சுமாக பசு நெய்யில் காய்ச்சி வடித்து அதனை உள்ளுக்குள் கொடுத்தும், மேலுக்குப் பூசியும் வர வெப்பு குறையும். அக்கரம், சுரம், பொருமல், கழிச்சல், மாந்தம் ஆகியன போகும்.

5. அக்கரத்திற்கு கொதியெண்ணெய்

அரத்தை, மல்லி, ஈருள்ளி, கடுக்காய், வசம்பு, ஓமம், செவ்வள்ளி, சாதிலிங்கம், மதுரம், திரிகடுகு, உள்ளி, இலவங்கம், சன்னிநாயகம், பீநாறி, வெங்காயம், பொரித்த வெங்காரம், சதகுப்பை, அடவி, கச்சோலம், மஞ்சள், செஞ்சந்தனம், ஏலம் –இவை ஒவ்வொன்றிலும் 1 கழஞ்சு.

வில்வம், நன்னாரி, கோரைக்கிழங்கு, சீதேவி, சிவதை, மால்காந்தி, வீழி, வவுலுவிட்டி, கண்டங்காலி, முசுமுசுக்கை, வட்டுக்கத்தரி, தூதுவளை, இலாம்பிஞ்சு, அவுரி, நீர்ப்புல்லாந்தி, செங்கத்தாரி, நிலக்குமிழ், வேப்பலவன், சம்மட்டி, அறலின்வள்ளி, நிலப்பனை, சாரணை, கிரந்திநாயகம், கிலுகிலுப்பை, இலை, வேர்–இவை ஒவ்வொன்றிலும் 1 பிடி, இருவேலி, காக்கடுவன், செவ்வரத்தை, வீழி இவை 1 பிடி.

இவற்றின் இலை, வேர் ஆகியவற்றை வெவ்வேறாக இடித்து, பொடி செய்து நல்லெண்ணெய், வேப்பெண்ணெய் கலந்து, காய்ச்சி வெற்றிலை வடிபதத்தில் இறக்கி வைத்துக் கொண்டு, அரைத்த தூள்களையும் போட்டுக் கலந்து உள்ளுக்கும் கொடுத்து, தலை, உடம்பில்பூச அக்கரம், சுரம், வீக்கம், மூட்டுவலி, சன்னி ஆகியன தீரும்.

6. அனைத்து வகை அக்கரங்களுக்கும் பொது மருந்து

கருஞ்சீரகம், கடுகு ரோகணி, கடுக்காய்த்தோல், காட்டுமல்லிவேர் ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 1 வராகன் எடுத்து இடித்து, ஈயக்கொழுந்து 1 பிடி எடுத்து அரைத்து, சிற்றாமணக்கு நெய் – 2 பலம் எடுத்து, அதனுடன் மேற்சொன்ன பொருள்களைக் கலந்து முலைப்பால் – வீசம் படி (85 மி.லி.) ஊற்றிக் கலந்து அடுப்பில் ஏற்றி சிறுக எரிக்க வேண்டும். பக்குவம் அடைந்தவுடன் இறக்கி வைக்கவும். அதில் கோரோசனை 2 வராகன் எடை எடுத்து பொடி செய்து தூவ வேண்டும்.

இதனை உச்சிக்கரண்டி அளவு எடுத்து 5 அல்லது 7 நாள்களுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். இதனால் அக்கரம், வயிற்றுவேக்காடு, நாவேக்காடு ஆகியன தீரும்.

அதிமதுர நெய் (உள் அக்கரத்திற்கு)

அதிமதுரம், மணிப்புங்கன்பழம் ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 1 வராகன் எடை எடுத்து, 1 உழக்கு (335 மி.லி.) முலைப்பாலில் கரைத்து, அதனுடன் பசுநெய் 1 உழக்கு (335 மி.லி.) கலந்து ஒன்றாகச் சேர்த்து எரிக்க வேண்டும்.

பதம்: கடுகு மெழுகுப் பதம்.

அளவு : 1 வராகனெடை காலை, மாலை இருவேளை, 5 அல்லது 7 நாள்கள்.

தீரும் நோய்கள்: உள்அக்கரம், கணச்சுரம் தீரும்.

பூவரசம் எண்ணெய்

பூவரசு இலை, பூவரசு காய், பூவரசு பூ ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 1 பலம் எடுத்து தனித்தனியாக அரைக்க வேண்டும். பிறகு ஒன்று கூட்டி அடையாகத் தட்டி, சிற்றாமணக்கு நெய் 1 சேர் எடுத்து அதில் அடையைப் போட்டு சிவந்து மிதக்கும் தருவாயில் அடையை நீக்கிவிட்டு அதில் ஏலம், சாதிக்காய், சாதிப்பத்தரி ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 1/2 வராகன் எடை எடுத்துப் பொடித்துக் கலக்கி காலை மாலை இருவேளை காசெடை அளவில் கொடுக்க அக்கரமாந்தம், காய்ச்சல் ஆகியன தீரும்.

குண்டியக்கரத்திற்கு கற்கம்

சுண்டை வேர்த் தோல் ஒரு சிறு எலுமிச்சை அரைக்கவும். பசு வெண்ணெயை அதே அளவு எடுத்து இரண்டையும் கூட்டி 3 அல்லது 5 வேளை உண்டால் குண்டியக்கரம் தீரும்.

வேறு கற்கம்

கரிசலாங்கண்ணியிலையை அரைக்கொட்டைப் பாக்களவு எடுத்து அரைத்து அதனுடன் பசும் பால் வீசம் கூட்டி 3 அல்லது 5 நாள்களுக்குக் காலை மாலை இருவேளை கொடுக்க குண்டியக்கரம் தீரும். பத்தியம்– பச்சரிசிச் சோற்றைப் பசும் பாலுடன் கூட்டிஉண்ணவும்.

அக்கரம் – மருத்துவம்

I. கறுத்த அக்கரத்திற்குச் சிகிச்சை

1. குடிநீர்

கருஞ்சீரகம், மிளகு, வெங்காயம், உள்ளி, பிரமி, கர்ப்பூர வள்ளி, சிறுகாஞ்சொறிவேர், திப்பிலி, வல்லாரை ஆகியவற்றைச் சம அளவு எடுத்து குடிநீராகத் தயாரித்துப் பருகுவதால் கறுத்த அக்கரம் குணமாகும். மேலும் பறவை தோசம், வெப்பு, விஷகிரந்தி, அவியல் மாந்தம் ஆகிய நோய்களும் தீரும்.

2. அரை மருந்து

திப்பிலி, சீரகம், ஓமம், அதிமதுரம், சூலம், இலவங்கம், மாயாக்காய், வசுவாசி, சாதிக்காய், கோட்டம், கிராம்பு, சித்தரத்தை, சுக்கு, உள்ளி, கடுக்காய், இந்துப்பு, செவ்வள்ளி ஆகியவற்றைச் சம அளவு எடுத்து அரைத்து உட்கொள்ள அக்கரம் மாறும்.

3. செங்கத்தாரி நெய்

செங்கத்தாரி, தூதுவளை, கண்டங்கத்தரி, வட்டுக்கத்தரி, இம்பூறல், நன்னாரி ஆகியவற்றின் வேர்கள் ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு கழஞ்சு, தூதுவளை இலை, காய், வல்லாரை, கர்ப்பூரவள்ளி, இவை ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு நாழிகைச் சாறு, இருசீரகம், ஏலம், அதிமதுரம், வெங்காயம், இலவங்கம், திப்பிலி, மிளகு, கடுக்காய், இந்துப்பு, சாதிக்காய், செவ்வள்ளி, கோட்டம், தக்கோலம் ஆகியவை ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு கழஞ்சு என எடுத்து எல்லாவற்றையும் கலந்து, பசு நெய் ஒரு நாழி சேர்த்துக் காய்ச்சி உட்கொள்ள கிரந்தி அக்கரம், அவியல் மாறும்.

4. கொதியெண்ணெய்

நன்னாரி, தூதுவளை, பொன்னாங்காணி, பெருமருந்து, அவுரி, குதிரைவாலி, கிலுகிலுப்பை, மணத்தக்காளி, மயிலடிக்குருந்து, சிற்றாமுட்டி, இம்பூறல், அமுக்கிரா, சீந்தில், சன்னிநாயகம்வேர், செங்கழுநீர்க்கிழங்கு, கோட்டம், உள்ளி, சதகுப்பை, வசம்பு, ஏலம், கொத்தமல்லி, ஈரரத்தை, சன்னி விதை, செண்பகப்பூ, இலவங்கம், நற்சீரகம், முசுறுமுட்டை

ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு கழஞ்சு எடுத்து வேப்பெண்ணெயைக் கொதிக்க வைத்து மேலே சொல்லப்பட்ட பொருள்களின் சூரணத்தைப் போட்டு துளாவி அக்கரங்களுக்குப் பூச குணமடையும்.

சிவந்த அக்கரத்திற்கு குடிநீர்

பிரமி, சிறுகாஞ்சொறி வேர், வல்லாரை, வள்ளி, கடுக்காய், மிளகு, திப்பிலி, வெங்காயம், கருஞ்சீரகம், அதிமதுரம், ஆகியவற்றைச் சம அளவு எடுத்துக் குடிநீராக்கிக் காய்ச்சி, குடித்து வர அக்கரம், உடல் கொதிப்பு, மந்தம், வெப்பு, இருமல், கிரந்தி ஆகியவை தீரும்.

சிவந்த அக்கரத்திற்கு நெய்

தூதுவளை வேர், இலை, காய், செங்கத்தாரி, கண்டங்கத்தரி, இம்பூறல், நன்னாரி, வல்லாரை, கர்ப்பூரவள்ளி, மதுரம், திப்பிலி, மிளகு, கடுக்காய், சீரகம், வெங்காயம், இலவங்கம், கோட்டம், ஏலம், கொத்தமல்லி ஆகியவற்றைச் சம அளவு எடுத்து தூள் செய்து பசு நெய்யில் காய்ச்சி வடித்து அருந்தி வர அக்கரம், சுரம், கழிச்சல் மாறும்.

வெள்ளையக்கரத்திற்கு குடிநீர்

கொடிமல்லிகை இலை, பூ, கர்ப்பூரவள்ளி, சிறுகாஞ்சொறி, மிளகு, திப்பிலி, சீரகம், வல்லாரை, வெங்காயம்,முல்லை இலை ஆகியவற்றைச் சம அளவு எடுத்து இடித்து காய்ச்சி அவித்த குடிநீரை காலை மாலை குடித்து வர அக்கரம், அவியல், கழிச்சல் ஆகியன மாறும்.

வெள்ளையக்கரத்திற்கு நெய்

கோட்டம், மதுரம், நெல்லி, ஓமம், மல்லி, தான்றி, செஞ்சந்தனம், இந்துப்பு,மிளகு, சிறுதிப்பிலி, கடுக்காய், மாயாக்காய், ஏலம், சுக்கு, அதிவிடயம், அகில், இலவங்கம், சாதிக்காய், செவ்வள்ளி ஆகியவற்றை இடித்துப் பொடியாக்கி சம அளவில் கலந்து, அதனுடன் கொடிமல்லி, பசுநெய்யும் சேர்த்து காய்ச்சி அருந்தி வர அக்கரங்கள் மாறும்.

உள்ளக்கரத்திற்கு குடிநீர்

பிரமி, சிறுகாஞ்சொறி, வல்லாரை, வள்ளி, கடுக்காய், மிளகு, திப்பிலி, சுக்கு, ஏலம் ஆகியவற்றைச் சம அளவில் எடுத்து இடித்து, அவித்துக் குடிநீராகக் காய்ச்சிக் குடிப்பதால் அவியல், அக்கரம், சுரம், சன்னி ஆகியன தீரும்.

உள்ளக்கரத்திற்கு நெய்

தூதுவளை இலை, காய், கண்டங்கத்தரி, வட்டுக்கத்தரி, இம்பூறல், செங்கத்தாரி, கர்ப்பூரவள்ளி, காஞ்சொறி வேர், பிரமி, வல்லாரை, இருசீரகம், அதிமதுரம், ஈரவெங்காயம், ஓமம், மிளகு, கடுக்காய், திப்பிலி, இலவங்கம், சாதிக்காய் ஆகியவற்றின் தூளை நெய்யிலிட்டு வடித்து காலை, மாலை வெதுப்பி அருந்த உள் அவியல், அக்கரம், கழிச்சல் ஆகியன மாறும்.

ஈரலக்கரத்திற்கு நெய்

தூதுவளை வேர், இலை, காய், பூ, கண்டங்கத்தரி, வட்டுக்கத்தரி, புல்லாந்தி வேர், செங்கத்தாரி,காஞ்சொறி வேர், வல்லாரை, பிரமி, கர்ப்பூரவள்ளி, நாயுருவி, இருசீரகம், ஏலம், அதிமதுரம், ஈருள்ளி, மிளகு, சாதிக்காய், மாயாக்காய், கடுக்காய், தான்றிக்காய், திப்பிலி, நெல்லிக் காய், உலுவா, கோட்டம், செஞ்சந்தனம், ஓமம், இலவங்கம் ஆகியவற்றின் சாறுகளை ஒன்றாகக் கூட்டி நெய்யில் சேர்த்து வடிகட்டி தினம் நெய்யை வெதுப்பி உள்ளுக்குக் கொடுத்தும், தலையில் தேய்த்தும் வர அக்கரம், வெதுப்பிருமல், காய்ச்சல், விஷகிரந்தி, கழிச்சல் ஆகியன நீங்கும்.

வாயக்கரத்திற்கு நெய்

திப்பிலி, இருசீரகம், ஓமம், செஞ்சந்தனம், கடுக்காய், நெல்லி, இலவங்கம், ஏலம், கோட்டம், மாயாக்காய், உலுவா, தான்றிக்காய், மதுரம், கர்ப்பூரவள்ளி ஆகியவற்றை நெய்யிலிட்டுக் காய்ச்சிக் கொள்ளவும். இதனால் அக்கரம் தீரும்.

நாமுள்ளுக்கு

1. கற்றாழைச் சாறு

கடுக்காய், சீரகம், கற்றாழைச்சாறு. கடுக்காய்த் தோலைப் பொடி செய்து, பொடித்த ஒரு வராகன் சீரகத்தையும் அதனுடன் சேர்த்து, ஒரு சங்கு கற்றாழைச் சாற்றோடு காலை மாலை இருவேளை 3 நாள்களுக்குக் கொடுக்க நாமுள் நீங்கும்.

2. சங்கஞ்சாறு

சங்கங் கொழுந்து நெருஞ்சில் முள் மிளகுதக்காளி இலை	—	ஒவ்வொன்றிலும் 1 பிடி
மஞ்சள் (பழையது)	–	ஒரு சேர்
வெள்ளைப்பூண்டுத் திரி	–	1

ஆகியவற்றைக் கலந்து இடித்துச் சாறு பிழிந்து வேளைக்கு ஒரு சங்கு வீதம் காலை மாலை இருவேளை 3 நாள்களுக்குக் கொடுக்க நாமுள் குணமாகும்.

நாநாற்றம் (Halitosis)

வாய்ப்புண், பல் தொடர்பான நோய்கள், பல் ஈறுகளில் புண், காது, மூக்கு, தொண்டை நோய்கள், நுரையீரல் நோய்கள், மலக்கட்டு, நாள்பட்ட ஈரல் நோய்கள் போன்றவற்றின் காரணமாக வாய் நாற்றம் ஏற்படும்.

பழம்பாசிச் சுரசம்

பழம்பாசி, வல்லாரையிலை, வெங்காயம் ஆகியன சம அளவு எடுத்து இடித்துச் சாறுபிழிந்து, வெள்ளாட்டுப்பால் தக்க அளவு எடுத்து அவற்றுடன் சீரகம் 1/4 வராகனெடை சேர்த்து வறுத்துப் பொடி செய்து கூட்டி காலை, மாலை இருவேளை 3 நாள்களுக்குக் கொடுக்க நாநாற்றம் நோய் தீரும்.

நோய்த் தடுப்புமுறை

- சுகாதாரம், உணவு உண்டபின் வாய் கொப்பளித்தல். குறிப்பாக தட்டம்மை நோய் உள்ள சமயம் எச்சரிக்கையாக வாய் தூய்மையாக இருப்பது அவசியம். முறையாகப் பல் பராமரிப்பு, சமச்சீர் உணவு வழங்குதல், தேவையான உயிர்ச் சத்துக்கள், தாது உப்புகள் உணவில்

சேர்த்துக் கொள்ளல். குறிப்பாகக் குழந்தைகளுக்கு வாயில் அடிபடுதல் ஏற்படாது பாதுகாக்கவேண்டும். குறிப்பாக கடினமான பல் துலக்கும் பிரஷ்களைத் தவிர்த்தல் நலம்.

- மோர், பால், தயிர், பாலாடைக் கட்டி ஆகியவற்றை அதிகம் உணவில் சேர்த்துக் கொள்ளல்.
- தேவையான வைட்டமின் ‘B’ உயிர்ச்சத்துகளை உணவில் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். முழுக் கோதுமை, கைக்குத்தல் அரிசி உணவைச் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். சோயாபீன்ஸ், கேரட், முள்ளங்கி, கீரை வகைகள், முளைகட்டிய பயறு வகைகள் ஆகியவற்றை அதிகம் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். மேலும் முட்டை, ஈரல், மாமிசம் போன்ற உணவு வகைகளிலும் உயிர்ச்சத்துக்கள் அதிகம் காணப்படும்.

8

சுரம்

மரு.S. காந்திமதி

உடலின் எந்தப் பகுதி நோய்த் தாக்குதலுக்கு உட்பட்டாலும் அதனால் வெளிப்படும் முதல் அறிகுறி "சுரம்" ஆகும். இது பல்வேறுபட்ட காரணங்களால் உண்டாகும் நோய்களின் அறிகுறி ஆகும். சுரநோய் பிறந்த குழந்தை முதல் அனைத்துப் பருவத்தினரையும் தாக்கும் நோய் ஆகும். 'சுர நோய்' தோன்றாத மனிதர்களே உலகில் இல்லை எனலாம். சுரம் உடல் முழுவதுமாகவோ உடலின் ஏதேனும் ஒரு குறிப்பிட்ட பகுதியிலோ உண்டாகலாம்.

நாம் அன்றாடம் உண்ணும் உணவு இரைப்பையில் உள்ள "குக்கியனல்" மூலம் சீரணம் அடைகிறது. இந்த குக்கியனல் தன் அளவில் அதிகரித்து உடல் முழுவதும் பரவுமாயின் அந்நிலையையே "சுரம்" (fever) என்று குறிப்பிடுகின்றோம். இது வெம்மை, வெப்பு நோய், காந்தல், காங்கை, சூடு, அனல், பம்மல் நோய், பிறப்பிலும் இறப்பிலும் தொடரும் நோய் எனப் பல்வேறு பெயர்களால் குறிக்கப்பெறுகின்றது.

உடலின் இயற்கையான வெப்பநிலை ஒரே நாளில் காலை மாலை வேளைகளில் வேறுபடுகிறது. காலையில் 98.4^{0}f (36.9^{0}c) ஆகவும், மாலையில் 98.6^{0}f (37^{0}c) ஆகவும் உள்ளது. மாலையில் உடலின் வளர்சிதைமாற்றம் இயல்பாகவே அதிகரிப்பதால் உடல்வெப்பநிலை காலையைவிட மாலையில் சற்றே அதிகரித்துக் காணப்படுகிறது. இந்த அளவை விட உடல்வெப்பம் அதிகரிக்கும் போது அது சுரம் என்று குறிக்கப்பெறுவதாகும்.

'சுரம்' தனி நோயாகவோ, மற்ற நோய்களுக்குத் துணையாக முதல் அறிகுறியாகவோ ஏற்படலாம். (எ.கா) வளிக்கீல்வாய்வு, காசநோய். சித்த மருத்துவத்தில் சுரம் தனி நோயாகக் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

சிலவகை சுரங்கள் ஒருநாள் விட்டு ஒருநாள் வருவதுண்டு. சில சுரங்கள் குளிருடன் நடுக்கத்துடனும் சேர்ந்து (rigor) உண்டாகின்றன. குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் சுரத்தில், வளிக்குற்றம் பாதிக்கப்பட்டு இருப்பின் அது உடலில் ஊனையும், அழல் குற்றம் பாதிக்கப்பட்டு இருப்பின் அது தோலினையும், ஐயக் குற்றம் பாதிக்கப்பட்டு இருப்பின் அது எலும்பையும் தாக்குகிறது. உடல் வெப்பநிலை அதிகரித்து உண்டாகும் 'சுரம்' ஒரு நோய் அறிகுறியைப் போன்றே உடல் வெப்பநிலை இயல்பைவிடக் குறைவதும் (Hypothermia) ஒரு நோய் அறிகுறி ஆகும்.

நோய் இயல்பு

குடலில் கபம் அதிகரித்து உடலின் இயற்கை சூடு தன்னளவில் அதிகரித்து, கண்எரிதல், வாய்குமட்டல், உடல்நோதல், வாந்தியாதல் ஆகிய இயல்பினை உடைய நோய் ஆகும்.

நோய்க்கான காரணங்கள்

- உணவு முறை மாறுபாடுகள்
- பலதரப்பட்ட நோய்த் தொற்றுகள். உடலின் எந்தப் பகுதி நோய்த்தொற்றால் பாதிக்கப்பட்டாலும் வெளிப்படும் முதல் அறிகுறி சுரம் ஆகும்.
- நச்சுப் பொருள்களை உண்ணல்.
- உடலின் எந்தப் பாகத்திலும் புண் மற்றும் கட்டிகள் இருத்தல்.
- பிற நோய்களின் தொடர்பாக சுரம் உண்டாதல் (எ.கா.) இளைப்பு, வளிஅழல் கீழ்வாயு.
- குளிர்ந்த நீரினைப் பருகுதல், மாசுற்ற நீரைப் பருகுதல்.
- கீழே விழுந்து அடிபடுதல் (Trauma).
- ஐயம் மிகுந்த பொருள்களை உண்ணல்.

- குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் புற்றுநோய்.
- அறுவை சிகிச்சையைத் தொடர்ந்து சுரம் உண்டாதல்.
- சுற்றுப்புறச் சுகாதாரமின்மை.
- பசி எடுக்காதபோது மேன்மேலும் உண்ணுவதால் அக்கினி மந்தம் ஏற்பட்டு சுரம் உண்டாதல்.
- சில பிறவிக் குறைபாடுகள்.
- பச்சிளம் குழந்தை (New born), இளம் குழந்தைகளைச் (Infants) சரிவரப் பராமரிக்காமை.
- அதிகத் துக்கம், கீழே விழுந்து அடிபடுதல்.
- மண், குப்பை, தூசு நிறைந்த இடங்களில் விளையாடுதல்.
- மருந்துகளால் சுரம் உண்டாதல்.
- சிறுநீர்ப்பை, சிறுநீர்ப்பாதை தாபிதம்.
- கொசு (Malaria), பூச்சிக்கடி (Utricaria)
- கல், மண் போன்றவற்றை உண்ணல்
- பலதரப்பட்ட நச்சுப்பொருள்கள் (Toxic substance)
- பருவகால மாறுபாடுகள் (அதிகமழை, அதிகவெயில்)
- வளர்சிதைமாற்றக் கோளாறுகள் (Metabolic abnormalities)
- சரியாக வேகவைக்காத உணவுப் பொருள்களை உண்ணல் (Uncooked food).

முக்குற்ற மாறுபாடுகள் நோய்க் குறிகள்

தலை கனமாயிருத்தல், பசியின்மை, உணவில் வெறுப்பு, கொட்டாவி, கண் எரிதல், தலைவலி, சுவையறியாமை, உடல் குளிர்தல், நடுக்கம், உடல் கனமாயிருத்தல், கண்களில் நீர்வெளிப்படல், நாவறட்சி, அதிக வியர்வை வெளிப்படல்.

நோய் வகைப்பாடுகள்

குழந்தை மருத்துவ நூலாகிய பாலவாகடத்தில் சுரம் இருபது வகைகளாகப் பின்வருமாறு குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

வளிசுரம், அழல்சுரம், ஐயசுரம், மீளாத ஐயசுரம், மாந்தச்சுரம், ஆமசுரம், கழிச்சல்சுரம், தீராத ஆமசுரம், சீதசுரம், குளிர்சுரம், நஞ்சுசுரம், மாறல் சுரம், கணச்சுரம், உட்காய்ச்சல், குருதிசுரம், ஊன்சுரம், அத்திசுரம், தாபசுரம், உடம்பு நோய்க்காய்ச்சல், அன்பனாதிச்சுரம்.

இதில் உணவுசுரத்தின் வழியே எழுந்து காய்கின்ற சுரம் உட்சுரமாகவும், விடாசுரமாகவும் இருக்கும். குருதி வழியே எழும் சுரம் புறம்பாக வீசும். ஊனைப்பற்றி எழும் சுரம் தினமும் முறையாக வெளிப்படும். மூளையிலும், என்பிலும் உண்டாகும் சுரம் நான்காம் முறையாகத் தொடரும். பாலர் சுர நிதானம் என்ற சுவடி நூலில் சுரமானது பின்வருமாறு எட்டாக வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது.

1. வாதசுரம், 2. பித்தசுரம், 3. கபசுரம், 4. உள்சுரம், 5. அன்பசுரம், 6. சோரைசுரம், 7. மாங்கிஷ சுரம், 8. அஸ்தி சுரம்.

மேலும் குடோர சுர நிதானம் என்ற நூலில் சுரம், (1) வாதசுரம் (2) வாதகுடோரம் (3) பித்த சுரம் (4) பித்த குடோரம் (5) சிலேற்பன சுரம் (6) சிலேற்பன குடோரம் (7) வாத பித்தசுரம் (8) பித்தவாத சுரம் (9) பித்த கபசுரம் (10) பித்தகப குடோரம் (11) வாதகபசுரம் (12) கபவாதசுரம் (13) கபபித்தசுரம் எனப் பதின்மூன்றாக வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. பாலர்களுக்கு உண்டாகும் சன்னி வாதசுரம் ஆறு வகைகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது.

குளிர் சுர நிதானம் என்ற ஓலைச்சுவடி நூலில் குளிர் சுரமானது (1) வாத குளிர் சுரம் (2) குளிர் வாத சுரம் (3) பித்த குளிர்வாத சுரம் (4) கப குளிர்வாத சுரம் (5) மாறல் குளிர் சுரம் (6) வேனல் சுரம் (7) குளிர் வாயு சுரம் என ஏழாக வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது.

1. வளிசுரத்தின் நோய்க்குறிகள்

உடல் முழுதும் கருமை நிறமடைதல்.

மூட்டுகள் தோறும் வலி, குத்தல் உண்டாதல்.

உணவு வேண்டாமை, தலை பாரமாக இருத்தல்.

மலக்கட்டு, தீயைப் போல் உடல் முழுதும் கொதித்தல்.

மிகு வியர்வை, பசிமந்தம் போன்ற நோய்க்குறிகள் வளிசுரத்தில் காணப்படுகின்றன. மேலும் மயிர்கூச்செறிதல், புறந்தாள் வீக்கம், உடல் வறண்டு காணல், வயிற்றில் காற்று சேருதல் போன்ற குறிகளும் உள்ளன.

2. அழல்சுரத்தின் நோய்க்குறிகள்

உடல் மஞ்சள் நிறமாதல், வாய் கசப்பு, கண் எரிதல், நீர்வேட்கை, நாவறட்சி, வாய் பிதற்றல், வயிறு கழிதல், உடல் இளைப்பு, புத்தி மயங்கல், உடல் புண்ணாதல், கண்களில் நீர் பெருகல், வாந்தி, தூக்கமின்மை, விக்கல், பசியின்மை.

3. ஐயசுரத்தின் நோய்க் குறிகள்

உடல் வெண்மை நிறமடைதல், இருமல், இளைப்பு, மூச்சுவிட சிரமம், தலை பாரமாயிருத்தல், மயிற்கால்கள் தோறும் வியர்வை உண்டாதல், இருமலின் போது அதிகக் கோழை வெளிப்படல், மூச்சு வாங்குதல், உடல் கனத்துக் காணப்படுதல், நீர்வேட்கை, பெருமூச்சு, மிக்கபேதி.

4. மீளாத ஐயசுர நோய்க் குறிகள்

கண் வெளுத்துக் காணப்படுதல், கைகால் சோர்வு, விடாமல் சுரம் காய்தல், நாவரள்தல், உடல் வறட்சி, விக்கல், மார்பு நோதல், வாந்தி, உடல் முழுவதும் வலி. இந்த சுரம் ஏற்பட்டால் தீராது.

5. மாந்தச்சுர நோய்க் குறிகள்

மாந்தத்தால் உண்டாகும் சுரத்தில் விடாமல் உடலில் வெப்பு உண்டாகும். உடல் சோர்வடைத்து உணர்ச்சி இன்றிக் கிடத்தல், உடல் வறண்டு காணப்படுதல், நாவறட்சி.

6. கழிச்சல்சுர நோய்க் குறிகள்

அதிக சுரம் காய்தல், வயிறு இரைந்து இரைந்து பல நிறமாகக் கழிதல், கை கால் உதறல், பசியின்மை, உணவில் வெறுப்பு, வாய்குமட்டல், வாய் குழகுழத்தல்.

7. ஆமசுர நோய்க் குறிகள்

சாமத்திற்கு ஒருமுறை உடல் சூடு அதிகமாதல், நீர்வேட்கை, உடல் இளைப்பு, சீறிச்சீறி அழுதல், உடல் கறுத்து சோர்வடைதல், உறக்கம், அதிக சுரத்தின் போது கை, கால் குளிர்தல், அதிக இருமல், வாய்பிதற்றல், தலையிலும் கண்ணிலும் நோய் உண்டாதல்.

8. தீராத ஆமசுர நோய்க் குறிகள்

குழந்தையின் தலை நடுங்கல், தொண்டையில் கோழை சேரல், கண்கள் பஞ்சடைதல், கண்ணில் கருவிழி வெளுத்துக் காணப்படுதல், மிகுசுரம், மயக்கம் ஆகிய நோய்க்குறிகள் இருப்பின் அது தீராத ஆமசுரம் என்று அறியலாம். எந்த வகை மருந்துகள் கொடுப்பினும் இந்நோய் தீராது.

9. சீதசுர நோய்க் குறிகள்

சுரம் காய்தல், உடல் முழுவதும் சில்லென மாறுதல், கண் சொருகல், உடல் சோர்வு, விஷக்கடி போல் உடல் முழுதும் வலி உண்டாதல்.

10. குளிர்சுர நோய்க் குறிகள்

இவ்வகை சுரத்தில் முதலில் குளிர் உண்டாகிப் பின் சுரம் உண்டாகும். உடல் வில் போல் வளையும். நாவறண்டு நீர்வேட்கை உண்டாகும். உடல் முழுவதும் நோதல், அரிப்பு உண்டாதல்.

11. நஞ்சுசுர நோய்க் குறிகள்

அதிகசுரம் காய்ந்து கை கால் வளைந்து அசைதல், விக்கல், புறவீச்சு, உடல் முழுதும் கட்டிகள் தோன்றுதல், வீக்கம் காணப்படுதல். இச்சுரம் தீராத வகையைச் சேர்ந்ததாகும்.

12. மாறல்சுர நோய்க் குறிகள்

சுரம் ஒருநாள் விட்டு ஒரு நாள் தோன்றுதல், தோள்பட்டை நோதல், உடல்நடுக்கம், கல்லீரல், மண்ணீரல் வீக்கம்.

13. கணச்சுர நோய்க் குறிகள்

நுரையீரல் (Lungs) முழுவதும் புண்ணாதல், மூச்சுவிட சிரமம், மேல்மூச்சு வாங்குதல், அதிக சுரம் காய்ந்து மயக்கம் உண்டாதல், உணவில் வெறுப்பு, மாலையில் உடல் சூடாக இருத்தல், உடல் இளைத்தல்.

14. உட்காய்ச்சல் நோய்க் குறிகள்

சுரம் உட்சுரமாக இருக்கும். மலமும் நீரும் தீயும். மார்பில் மட்டும் சுரம் தோன்றுதல், மலம் கழியும் போது ஆசனவாயில் எரிச்சல், மயக்கம், தலைச்சுற்றல். இது கணச் சூட்டால் உண்டாகும் நோயாகும். இது பன்னிரண்டு ஆண்டுகள் வரை குழந்தைகளைத் தொடரும் நோயாகும்.

15. குருதிசுர நோய்க் குறிகள்

குருதியைப் பற்றி எழுகின்ற சுரத்தில் நீர்வேட்கை, வயிறு கழிதல், தலைச்சுற்றல், சுரம் விட்டு விட்டு வேகமாய் காய்தல், கண் குழிவிழல், வாய் நீர் ஒழுகல், உடல் சோர்தல், வயிற்றுவலி, அதிக சுரம், அதிக வியர்வை.

16. ஊன்சுர நோய்க் குறிகள்

இது மாங்கிசச் சுரம் என்றும் குறிப்பிடப் பெறுவதாகும் உடலில் அனல் போல் சுரம்காயும். உடல் நடுங்கல், பெருமூச்சு வாங்குதல், உடலில் குருதி குறைதல், உடல் வெளுத்து இளைத்தல், அறிவு மயங்குதல், மூர்ச்சை உண்டாதல், மயிர்கூச்செறிதல்.

17. அத்திசுர நோய்க் குறிகள்

சுரம் காயும். சுரம் சாமம் தோறும் அதிகப்படும். குழந்தை பால் உண்ணாது, அறிவு மயங்கும். உடல் முழுதும் உட்புறமாக வலி தோன்றல், வாந்தி, வெள்ளோக்காலம், சிறுநீர் சிவந்து இழிதல், உடல் முதலில் வற்றி பின் வீங்கிக் காணல், இருமல்.

18. தாபசுர நோய்க் குறிகள்

உடல் எரியும். அதிக சீதம் விழல், மார்பு எரிதல், மேல் மூச்சு, அக்னிமாந்தம், அதிக நீர் பருகினாலும் நாவரளல்.

19. உடம்பு நோய்க்காய்ச்சல் நோய்க் குறிகள்

உடல்நோதல், உதட்டைக் கடித்தல், கைகளை மூடிக்கொள்ளல், கண்கள் நட்டக் கண்களாகவே இருத்தல்.

20. அன்பனாதிச்சுர நோய்க் குறிகள்

அதிக வியர்வை, உடல் வெதும்பல், கண்சிவத்தல், நாவறட்சி, அதிக வெந்நீர் வேண்டிக் குடித்தல், எதைப் பார்த்தாலும் பயந்து பதறி, கதறி அழுதல், மலக்கட்டு, புத்தி தடுமாற்றம், அடிக்கடி எழுந்து தெரு வழியே ஓடுதல், வாய்பிதற்றல். இதில் உடலுடன் மனமும் சேர்ந்து பாதிப்படைகின்றது.

தீராத சுரவகைகள்

மீளாத ஐயசுரம், தீராத ஆமசுரம் ஆகிய இருவகை சுரங்களும் தீராது. மேலும் சுரநோய் அதிகரித்து அதைத் தொடர்ந்து சன்னி உண்டானாலும் நோய் எளிதில் தீராது.

பாதிப்பு வேறுபாடுகள்

உணவாதி செய்கைகளால் முக்குற்றத்தில் ஏதேனும் ஒன்று தனித்தோ, ஒன்று கூடியோ தம் அளவைவிட அதிகரிக்கும் போது அது இரைப்பையைப் பற்றிப் பசித்தீயைக் குறைக்கிறது. இதனால் உண்ணும் உணவு சரிவர செரிக்காமல் உடல்தீயை அழிக்கிறது. இதனால் உடல் வலிமை குறைகிறது. மேலும் சுர நோயில் உடலில் இரைப்பை மற்றும் குடலின் இயற்கைத் தொழில் கெடுவதால் சாரம், செந்நீர், நிணம், ஊன் ஆகிய உடற்கட்டுகளும், மலம், நீர் ஆகியனவும் கேடடைகின்றன. இதனாலேயே சுர நோயால் மலக்கட்டு, சிறுநீர் சிவந்து எரிச்சலுடன் இழிதல் ஆகிய குறி நோய்கள் உண்டாகின்றன.

உடலில் ஐயக் குற்றம் அதிகரித்து அது இரைப்பையைப் பற்றி உணவைச் செரிக்காமல் செய்து அதனால் உடல்தீ அதிகரித்து சுரம் உண்டாகிறது என்பதை,

'சீதமலாது சுரமும் வராது திறமாமே'

என்ற தேரன் சேகரப்பா பாடலின் மூலம் அறியலாம்.

நாடிநடை

"பாங்கான வாதத்திற் சேத்தும நாடி பரிசித்தால்
ஓங்கானும் சுரமுடனே . . . ."

–சதகநாடி

இதில் வாதகபநாடி சுரத்தில் காணப்படுகிறது.

"உறுதியுள்ள பித்தமது தோன்றில் வெப்பு

.. . ."

பித்தநாடி அதிகரித்துக் காணின் சுரம் என அறியலாம்.

"சிறப்பான பித்தத்தில் வாதநாடி சேரில்

முறைக்காய்வு . . . ."

பித்தவாத நாடி அதிகரிப்பின் அது முறைக்காய்ச்சல் என அறியலாம்.

"பண்பான பித்தத்தில் சேதமங்கூடில் பரிசித்தால் அத்திசுரம்"

பித்தகப நாடி அதிகரித்துக் காணின் அத்திசுரம் என அறியலாம்.

சுரநோயில் பிறக்கும் துணை நோய்கள்

காசநோய், இருமல், குரல்கம்மல், சன்னி, பாண்டு, சோபை, காமாலை, கல்லீரல் வீக்கம் (Hepatomegaly), மண்ணீரல் வீக்கம் (Spleenomegaly), கழிச்சல், உடல் வறட்சி, காசம், புண் கட்டிகள் தோன்றல், என்புசுரம், சூலை, புத்தி தடுமாற்றம், வலிப்பு (Epilepsy) போன்றன சுரநோயுடன் பிறக்கும் அல்லது சுரம் அதிகரிக்கும் போது தோன்றும் நோய்கள் ஆகும்.

மருத்துவம்

தன்னிலை திரிந்த குற்றங்களைத் தன்னிலைப் படுத்தித் தம் தம் வழியில் செல்ல மருந்துகளைக் கொடுத்தல் வேண்டும். மேலும் சுரம் உண்டாக முக்கியக் காரணம் இரைப்பையில் ஏற்படும் கோளாறுகளே ஆகும். எனவே செரியாத உணவினைச் செரிமானம் செய்ய மற்றும் வெளிப்படுத்த கழிச்சல், வாந்திக்கு முதலில் மருந்து கொடுக்க வேண்டும்.

பின், உடலில் வெப்பத்தைக் குறைக்க வியர்வை பிடித்தல், பற்று, ஒற்றடம், மூக்குதிரி, கண்மருந்து போன்றவற்றை வழங்கலாம்.

கழிச்சல், வாந்தி செய்விக்க மருந்து

- சஞ்சீவி மாத்திரையை உத்தாமணிச் சாற்றுடன் கொடுக்க வாந்தி, கழிச்சல் உண்டாகும். இதனைக் குழந்தையின் வன்மை, நோயின் தன்மைக்கு ஏற்ப வழங்க வேண்டும். (கழிச்சல் ஏற்பட்ட பின்பு சிறிதளவு சுடு தண்ணீர் கொடுக்க வாந்தி ஏற்படும்)

- வெள்ளைக்காக்காண மாத்திரையைக் கோரோசனைப் பொடியுடன் கொடுக்க வாந்தி, கழிச்சல் உண்டாகும்.
- வெள்ளை எண்ணெய் அல்லது சிற்றாமணக்கு நெய் 10 முதல் 15 மி.லி. வரை நோயாளியின் தன்மைக்கு ஏற்ப அதிகாலை வெந்நீரில் தர கழிச்சல் உண்டாகும். ஐந்து, ஆறு முறை மலம் கழிந்த பின் பால்சோறு தரலாம்.

முச்சுரங்களுக்கும் கோடாசுழி மாத்திரை

கோரோசனை – 8 கிராம்

கடுகுரோகணி – 4 கிராம்

நேர்வாளம் – 4 கிராம்

ஆகியவற்றை எடுத்துச் சுத்தித்து தாய்ப்பால் விட்டு நான்கு சாமம் அரைத்து பயறளவிலான (65 mgm) உருண்டை செய்து நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதனை

- வளிசுரத்திற்கு ஒரு மாத்திரை இஞ்சிச்சாற்றில் தரலாம்.
- பித்தசுரத்திற்கு ஒருமாத்திரை தாய்ப்பாலில் தரவேண்டும்.
- கபசுரத்திற்கு ஆடாதோடை, கண்டங்கத்தரி, தூதுவளை ஆகிய மூன்றையும் சேர்ந்து பிட்டவியல் செய்த சாறில் கொடுக்க வேண்டும். மருந்துண்ணும் போது இச்சாபத்தியம் இருக்க வேண்டும்.

இம் மாத்திரை வயிற்றைக் கழிக்கும். எனவே இதைக் காலையில் மட்டும் உபயோகிக்க வேண்டும்.

கோரோசனை மாத்திரை

கோரோசனை 12 கிராம் எடுத்து அதனுடன் அதிமதுரம், கோட்டம், இந்துப்பு, இலுப்பைக் கொட்டை, சாத்திரவேதி, சோம்பு, கருஞ்சீரகம் ஆகியன வகைக்கு 4 கிராம் எடுத்துச் சேர்த்து கற்றாழைச் சோறு விட்டு 6 மணி நேரம் அரைத்து 130 மி.கிராம் அளவுள்ள மாத்திரைகள் செய்ய வேண்டும்.

இதனைக் காலை, மாலை ஒருமாத்திரை வீதம் தாய்ப்பாலில் சேர்த்துத் தர முக்குற்றத்தால் உண்டாகும் சுரம் தீரும்.

இலவங்காதி மாத்திரை

இலவங்கம், வால்மிளகு, பச்சைக்கற்பூரம், சிறுநாகப்பூ, கடுகுரோகணி, ஏலம், சடாமாஞ்சில், சுக்கு, சீரகம் ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 10 கிராம் எடுத்துச் சுத்தித்து அதனுடன் சமஎடை நேர்வாளம் சேர்த்து பொற்றிலை கையான் சாறுவிட்டு ஒன்பது நாள் அரைத்து மிளகு அளவு உருண்டை செய்து நிழலில் உலர்த்திக் கொள்ள வேண்டும்.

இதனை வாத, பித்த, கப சுரத்திற்கு முறையே இஞ்சிச்சாறு, தேன், முலைப்பால் இவற்றில் இழைத்து ஒரு மாத்திரை வீதம் தர முக்குற்ற சுரங்கள் தீரும்.

அனைத்து வகையான சுரங்களுக்கும்

பச்சைக் கற்பூர மாத்திரை

பச்சைக்கற்பூரம், இலவங்கப்பட்டை, சாதிக்காய் ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 10 கிராம் எடுத்து நேர்வாளம் 30 கிராம் சேர்த்துக் கற்றாழைச் சாறுவிட்டரைத்து மாத்திரை செய்ய வேண்டும். வேளைக்கு ஒரு மாத்திரை வீதம் சர்க்கரையுடன் சேர்த்துத் தர, அனைத்து வகையான சுரங்களும் தீரும்.

விஷ்ணுகிராந்திக் குடிநீர்

விஷ்ணுகிராந்தி, சுக்கு, கடுக்காய்த் தோல், இண்டு, வாலுழுவை ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 10 கிராம் எடுத்து முறைப்படி குடிநீர் செய்து 30 மி.லி. வீதம் காலை, மாலை இருவேளை தர அறுபத்து நான்கு வகை சுரங்களும் தீரும்.

பாலசஞ்சீவி மாத்திரை

நாபி, திப்பலி, வெங்காரம் ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 20 கிராம் எடுத்து கல்வத்திலிட்டு, பழச்சாறு விட்டரைத்து (3மணி நேரம்) 65 மி.கி. அளவுள்ள மாத்திரைகளாகச் செய்து உலர்த்தி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதில் ஒரு மாத்திரை சுக்குக்குடிநீர், ஏலாதி சுரணம் போன்ற அனுபானத்தில் தர அனைத்து வகையான சுரங்களும் தீரும்.

மாந்த சுரத்திற்கு கடுக்காய் எண்ணெய்

விதை நீக்கிய கடுக்காய்த் தோல்	– 16
கத்தூரி மஞ்சள்	– 10 கி
ஆகாய கருடன் கிழங்கு	– 10 கி

ஆகிய மூன்றையும் 1.3 லி. நல்லெண்ணையில் இட்டு வேடுகட்டி வெயிலில் வைத்து எடுத்து இருவேளை 20 மி.லி. முதல் 30 மி.லி. வரை வழங்கலாம்.

ஆமசுரத்திற்கு

1. உத்தாமணிக் குடிநீர்

உத்தாமணி, பாவட்டை, சங்கு, மாந்தப்புல், முருங்கை ஈர்க்கு, நுணா ஈர்க்கு, பொடுதலை, ஓமம், திப்பிலி, சுட்ட வசம்புக் கரி, கருஞ்சீரகம் ஆகியவற்றைச் சுத்தித்து ஒவ்வொன்றிலும் 5 கிராம் வீதம் எடுத்து விதிப்படி குடிநீர் செய்து 20 மி.லி. முதல் 30 மி.லி. வரை காலை, மாலை கொடுக்க ஆமசுரம் குணமாகும்.

2. உள்ளி உருண்டை

பொன்னாங்காணி வேர், சக்திச்சாரணை வேர், தராவேர் ஆகிய மூன்றையும் சம அளவு எடுத்து தேவையான அளவு உள்ளித்தைலம் விட்டு அரைத்து 5 கிராம் அளவுள்ள உருண்டைகளாகச் செய்து தர ஆமசுரம், குளிர்சுரம் ஆகியன தீரும்.

தீராத ஆம சுரத்திற்கு ஏலாதி மாத்திரை

ஏலம், கிராம்பு, கோரைக்கிழங்கு, அதிமதுரம், வெட்டிவேர், கடுகு, சுக்கு, முந்திரிப் பழம், கோரோசனை, நன்னாரிவேர், நிலப்பனங்கிழங்கு, தாளிசபத்தரி, சடாமாஞ்சில், சந்தனத்தூள், இலுப்பைப்பூ, தேவதாரு ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு கிராம் எடுத்து கல்வத்திலிட்டு இரண்டு செவ்விளநீர் விட்டு இரண்டு சாமம் (6 மணி நேரம்) அரைத்து 130 மி.கி. அளவுள்ள மாத்திரைகளாகச் செய்து 15 நாள் வெயிலில் உலர்த்தி எடுத்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். ஒரு மாத்திரையைக் காலை, மாலை தாய்ப்பாலில் இழைத்துக் கொடுக்க தீராத ஆமசுர நோய்க் குறிகள் குறையும். இத்துடன் அம்மையார்கூந்தல் குடிநீர் 30 மி.லி. அளவு சேர்த்துத் தரலாம்.

சீத சுரத்திற்கு சித்திர மூலக் குடிநீர்

சித்திரமூல வேர்ப்பட்டை, தூதுவளை வேர், கண்டங்கத்தரிவேர், கோட்டம், கடுக்காய்ப்பூ, முசுமுசுக்கை இலை, முள்ளிவேர், திரிகடுகு, சிற்றரத்தை ஆகியவற்றைச் சுத்தித்து ஒன்றிரண்டாகப் பொடித்து 335 மி.லி. நீர் சேர்த்து 85 மி.லி.யாகச் சுண்ட வைத்துக் குடிநீர் செய்து வடிகட்டி காலை, மாலை, இருவேளை மூன்று நாள்களுக்குக் கொடுக்க சீதசுரம், சுரத்தில் காணும் இருமல் ஆகியன நீங்கும். சீதச் சுரத்திற்கு வழுதலைச் சூரணம் ஒன்று முதல் இரண்டு கிராம் வரை தாய்ப்பாலுடன் சேர்த்துத் தரலாம்.

கணச்சுரத்திற்கு

1. பழம்பாசிக் குடிநீர்

பழம்பாசி, கணப்பூண்டு, பேய்மிரட்டி, வல்லாரை, தகரை ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 10 கிராம் எடுத்து இடித்து 335 மி.லி. நீர் சேர்த்து நாலில் ஒரு பாகமாகக் குறுக்கி, அதனுடன் சீரகம், கருஞ்சீரகம், கோரோசனை ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 500 மி.கி. பொடித்துச் சேர்த்து காலை, மாலை இருவேளை 20 மி.லி. முதல் 30 மி.லி. தர கணச்சுரம் தீரும்.

2. அதிமதுர சூரணம்

அதிமதுரம், ஏலம், இலவங்கப்பட்டை, செண்பகமொக்கு, கோட்டம், சுக்கு, நற்சீரகம், கோரைக்கிழங்கு ஆகியவற்றை இளவறுப்பாக வறுத்து சமஅளவு எடுத்துக்கொண்டு அதனுடன் சம எடை சர்க்கரை சேர்த்து சூரணம் செய்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். இதனை ஒன்று முதல் இரண்டு கிராம் வரை தேனில் தர கணச்சுரம், மாறல் சுரம் தீரும்.

3. கணச்சுரத்திற்கு சங்கன் நெய் 15 மி.லி. வீதம் காலையில் உள்ளுக்குக் கொடுத்து, மேல் பூச்சாகவும் பூசி வர உட்காய்ச்சல், கணக்காய்ச்சல் தீரும்.

4. கணச்சுரத்திற்கு கலியாண பூசணி நெய் 10 மி.லி. முதல் 15 மி.லி. வரை காலை, மாலை இருவேளை உள்ளுக்குக் கொடுத்து வரலாம். இதனால் சுரம், இருமல், உடல் வெதுப்பு ஆகியன நீங்கும். மேலும் கணநோயினால் இளைத்த உடலுக்கு வலிமை அளிக்கும்.

5. கணச்சுரத்திற்கு ஏலாதி மாத்திரை

சுத்தித்த ஏலம், மாசிக்காய், திப்பிலி, கோரோசனை, கோட்டம், சடாமாஞ்சில், நற்சீரகம், கருஞ்சீரகம், அக்கராகாரம் ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 9 கிராம் எடுத்துப் பொடியாக்கி கல்வத்திலிட்டு தாய்ப்பால் விட்டரைத்து பயறளவு (65 mgm) மாத்திரை செய்து, காலை, மாலை இருவேளை தாய்ப்பால் அல்லது தேனில் தரக் கணச்சுரம் நீங்கும்.

6. ஆவாரை எண்ணெய்

ஆவாரை வேர்ப்பட்டை, சரக்கொன்றை வேர்ப்பட்டை, விஷ்ணுகிரந்தி வேர்ப்பட்டை, நிலக்குமிழ் வேர்ப்பட்டை, சிறு அம்மான் பச்சரிசி வேர்ப்பட்டை, ஏலரிசி, நற்சீரகம், நெருஞ்சில் ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 20 கிராம் எடுத்து பசும்பால் விட்டரைத்து 1.3 லி. சிற்றாமணக்கு எண்ணெய் சேர்த்து எரித்து எடுத்து கொள்ளவேண்டும். இதனை 10 மி. முதல் 15 மி. வரை ஒரு மண்டலம் கொடுத்து வரக் கணச்சுரம், கணப்பாண்டு, அத்திவெட்டை ஆகியன தீரும்.

பழஞ்சுரத்திற்கு தூதுவளைக் குடிநீர்

தூதுவளை வேர், காஞ்சொறி வேர், சீந்தில்கொடி, பற்படாகம், நொச்சி, பேராமுட்டி, சிற்றாமுட்டி, கடுக்காய் ஆகியவற்றைச் சமஎடை எடுத்து குடிநீர் செய்து திப்பிலிப் பொடி சேர்த்து குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்க பழஞ்சுரம் தீரும்.

சன்னி மற்றும் சுரங்களுக்குப் பிரம்மானந்த பைரவம் மாத்திரை

வெங்காரம், கந்தகம், மனோசிலை, அரிதாரம், நாபி, சுக்கு ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் வகைக்கு 1 பங்கும், இலிங்கம் ஆறு பங்கும், எடுத்து, இவற்றை முறைப்படி சுத்தித்து இஞ்சிச்சாறு விட்டு ஒருநாள் அரைத்து மிளகளவு மாத்திரை செய்து நிழலில் உலர்த்தவும். இம் மாத்திரையை தேன் அல்லது இஞ்சிச் சாறில் கொடுக்க அனைத்து வகையான சுரங்களும் தீரும்.

வெளிமருந்துகள்

1. பற்று

குளிர்ந்த நீரில் மெல்லிய துணியை நனைத்து நெற்றியின் மேல் பற்றுப் போட சுரம் குறையும்.

2. கண் மருந்து

தாய்ப்பாலில் ஒரு இலவங்கத்தை இட்டு ஊற வைத்து துணியில் முடிந்து கண்ணில் பிழிய சுரம், சன்னி தீரும்.

3. மூக்கு மருந்து

தும்பைச் சாற்றைப் பிழிந்து துணியில் நனைத்து ஒரு துளி மூக்கில் இடலாம்.

பத்தியம்

பழங்கஞ்சி, தயிர், எண்ணெய் வகைகள், குளிர்ந்த நீர், நெய், தேங்காய், பழங்கறி, கோழி, இனிப்பு வகைகள், மீன், இறைச்சி, அதிகப் புளிப்பு போன்ற உணவு வகைகளை நீக்க வேண்டும்.

ஆதார நூல்கள்

பாலவாகடம்
பிள்ளைப்பிணி மருத்துவம்
சித்தவைத்தியத் திரட்டு
பொருட் பண்பு நூல் – மூலிகை வகுப்பு
நோய் நாடல் நோய் முதல் நாடல் – முதல்பாகம்.

9

சன்னி நோய்

மரு M. மீனாட்சி சுந்தரம்

சன்னி நோயானது, குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் மந்தம் (மாந்தம்), கணம், சுரம் போன்ற நோய்களைத் தொடர்ந்தும், பலவிதமான பொருள்களை உண்பதினால் வயிற்றில் விடமித்தும் உண்டாகும் ஒரு நோயாகும். குழந்தைகளின் மூளைச் செயற்பாட்டில் மந்த நிலை உண்டாகி, இந்நோய் ஏற்படும்.

குழந்தைகளுக்குப் பலவிதமான சன்னி நோய்கள் உண்டாகும். இது முக்குற்ற நோய், முப்பிணிநோய், குளிர் நோய் எனவும் குறிப்பிடப்பெறுவதாகும்.

1. மாந்த சன்னி, 2. மாந்த கண சன்னி, 3. ஆம சன்னி, 4. கோராம சன்னி, 5. தாந்திரீக சன்னி, 6. அலத்திடு சன்னி, 7. விட சன்னி, 8. குளிர் சன்னி, 9. கோட சன்னி என்ற 9 வகை சன்னி நோய்கள் ஆகும். இன்னும் சில நூல்களில் சன்னி நோயானது,

1. வாத சன்னி, 2. பித்த சன்னி, 3. சிலேற்பன சன்னி, 4. மாந்த சன்னி, 5. ஆமை சன்னி, 6. கோரச் சன்னி, 7. தாந்திரிய சன்னி, 8. அசாத்திய சன்னி, 9. மாந்த வலி சன்னி என்று வேறு 9 வகையாக வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது.

1) மாந்த சன்னி

- பத்தியம் கெடுவதால் உடம்பில் மாந்தம் மிகுதிப்படும். அதனால் உடல்நிலை கெட்டு மயக்கம் உண்டாகும்.

- மயக்கத்தைத் தொடர்ந்து சன்னி உண்டாகும்.
- சுரம், தாகம் உண்டாகும். நாமுள் தோன்றும்.
- உடல் இளைத்தல், இடைவிடாமல் அலறல், புலம்பல் ஆகியவை தோன்றும்.
- ஒரு கண்ணைத் திறந்து மற்றொரு கண்ணை உருட்டிப் பார்த்தல்; கழுத்தில் ஊசி போல் ஆகும்.
- உடலில் வலி உண்டாகும். பாசி போல் கண்களில் பீளை சேரல், வலிப்பு ஏற்படும்
- புத்தி கலங்கும். உடல் சிறு நரம்பு போல் மெலியும். வாய் பிதற்றும்.

மருத்துவம்

வெற்றிலைச் சுரசம்

தேவையான சரக்குகள்

1.வெற்றிலை, **2.**முயிறு எறும்பு முட்டை, **3.**சிற்றரத்தை, **4.**சுக்கு, **5.**முருங்கைப்பட்டை, **6.**மாவிலிங்கப்பட்டை, **7.** கத்தூரி ஆகியவற்றில் முதல் ஆறு வரையிலான வற்றைச் சரி எடையில் எடுத்து அரைத்துப் பிழிந்து, சாறு எடுக்கவேண்டும். அந்தச் சாற்றைச் சுரசம் பண்ண வேண்டும். அதில் அரைக்கால் குன்றியளவு கத்தூரி சேர்க்க வேண்டும். இதனைக் காலை, மாலை இருவேளை 3 நாள்களுக்கு உள்ளுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். மேலும் இதனுடன் முட்டை, வெள்ளைப் பூண்டு ஆகிய இரண்டையும் சேர்த்து, கருத் தைலம் எடுத்து அதனை மேலே பூச வேண்டும். இவ்வாறு செய்ய மாந்த சன்னி தீரும்.

மாந்த சன்னிக்கு வேர்ப்புகை

தேவையான சரக்குகள்

கஞ்சா வேர், ஊமத்தை வேர், தரா வேர், வேப்பெண்ணெய் ஆகியவற்றில் முதல் மூன்றையும் சரி அளவு எடுத்துக் கொண்டு, இடிக்க வேண்டும்.

இதனை வேப்பெண்ணெய் விட்டு வறுக்க வேண்டும். பிறகு பொடி செய்து நெருப்பிலிட, அதிலிருந்து எழும் புகையைப் பிடிக்க வேண்டும். இவ்வாறு தொடர்ந்து செய்து வர மாந்த சன்னி குணமாகும்.

வேளைவேர்ச் சுரசம்

தேவையான சரக்குகள்

வேளைவேர், உத்தாமணி வேர், மாவிலிங்கப்பட்டை, முருங்கைப்பட்டை, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி ஆகியவற்றில் முதல் நான்கிலும் தனித்தனியாக ஒரு பலம் (35 கிராம்) அளவுக்குச் சாறு எடுக்க வேண்டும். சாறுகளை ஒன்றாகக் கலந்து அதனைச் சுட வைத்து ஆற விட வேண்டும். பின் அதில் சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி ஆகியவற்றின் பொடி சிறிதளவு சேர்த்து, அதனுடன் நவலோக பூபதி மாத்திரையை இழைத்துக் கொடுக்க வேண்டும். இதனால் மாந்த சன்னி தீரும்.

பூண்டாதிச் சாறு

தேவையான சரக்குகள்

சிறுகனா இலை, வெள்ளுள்ளி, சுட்ட வசம்பு, ஓமம் ஆகியவற்றை ஒன்றாகச் சேர்த்து இடித்து சாறு எடுத்து காலை, மாலை மூன்று நாள்களுக்கு உள்ளுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். இதனால் மாந்த சன்னி தீரும். இதனையே துவாலையாகச் செய்யலாம்.

கத்தூரி மாத்திரை

1. கத்தூரி – 1 பங்கு, 2. குங்குமப்பூ – 2 பங்கு, 3. கோரோசனை – 3 பங்கு ஆகிய இம்மூன்றையும் முலைப்பால் விட்டு அரைத்து அதனைக் குன்றியளவு (130 மி.கி.) மாத்திரைகளாக உருட்ட வேண்டும். இதனை நிழலில் உலர்த்திப் பக்குவப்படுத்த வேண்டும். இதனை முலைப்பாலில் கொடுக்க வேண்டும். மாந்த சன்னி குணமாகும்.

கோரோசனை மாத்திரை

கோரோசனை, மாசிக்காய், திப்பிலி, கோட்டம், கருஞ்சீரகம், அக்கராகாரம் ஆகியவற்றைச் சம அளவு எடுத்து முலைப்பால் விட்டு அரைக்க வேண்டும். பிறகு 130 மி.கி. அளவுள்ள மாத்திரைகளாக உருட்ட வேண்டும். அதனை முலைப்பாலில் வேளைக்கு ஒரு மாத்திரை வீதம் இழைத்து 3–5 நாள்களுக்குக் கொடுத்து வர மாந்த சன்னி தீரும்.

புற மருத்துவம்

புகை

1. மைசாட்சி குக்கில், **2.** அகிற்கட்டை, **3.** சன்னி நாயகம். **4.** சாம்பிராணி, **5.** வேளைவேர், **6.** சத்திச் சாரணை வேர்.

மேற்கூறியவற்றுள் முதல் நான்கையும் சரி எடை எடுத்துப் பொடி செய்து புகையூட்ட வேண்டும்.

பிறகு எஞ்சிய இரண்டையும் கூட்டிப் புகை காட்ட நோய் தீரும்.

2. மாந்த கணச் சன்னி

மாந்தமும், கணமும் சேர்ந்து சன்னி நோயை உண்டாக்குவதால் மாந்தகணச் சன்னி என்றழைக்கப்படுகிறது. மாந்தம், கணம் ஆகிய நோய்களின் குணங்கள் கலந்து மாந்தகணச் சன்னி நோயில் தோன்றுகிறது. மேலும் உள் சுரம் தோன்றி, அந்தச் சூடு குழந்தைகளின் அடிவயிற்றில் தங்கி மிகவும் கொடிய துன்பத்தைக் கொடுக்கும்.

மருத்துவம்

ஏலாதி மாத்திரை

தேவையான சரக்குகள்

ஏலம், கிராம்பு, அதிமதுரம், வெட்டிவேர், சங்கன்வேர், சந்தனம், நன்னாரி வேர், தேவதாரம், கொடிமுந்திரி, திப்பிலி, பேரீந்து, இலுப்பைப்பூ, விளமிச்சை வேர், கடுகுரோகணி, கோரோசனை, தாளிசபத்தரி, நிலப்பனங்கிழங்கு, சடாமாஞ்சில் ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு கழஞ்சு (5 கிராம்) எடுத்து நீர் விட்டு அரைத்து 130 மி.கி. அளவுள்ள மாத்திரையாகச் செய்ய வேண்டும். பிறகு அதனை நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். அதனை முலைப்பாலில் அனுபானித்துக் கொடுக்க மாந்த கணச் சன்னி தீரும்.

கோரோசனை மாத்திரை

மாந்த சன்னி நோய்க்கு விவரிக்கப்பட்ட கோரோசனை மாத்திரையையே மாந்தகணச் சன்னி நோய்க்கும் தர நோய் தீரும்.

3. ஆமசன்னியின் நோய்க்குறிகள்

குழந்தையின் வயிற்றில் ஆமமானது சேர்ந்து அதிகமாகும் பொழுது ஐயக் குற்றம் பெருகி, மற்ற இரு குற்றங்களையும் அதிகப்படுத்துவதால் ஆமசன்னி நோய் உண்டாகிறது. இவ் வகை சன்னி நோயில், குழந்தையானது தாய்ப்பால் குடிக்காது. அதனால் சோர்வுற்று மயக்கமடையும். குழந்தையின் முகமானது இயல்பு நிலையிலிருந்து மாறுபட்டுக் காணப்படும். வலிப்பு உண்டாகலாம். அப்பொழுது குரல் கம்மும். வயிறூதி, மலம் தீய்ந்து கட்டுப்படும். சுரம் உண்டாகும். நீர்வேட்கை அதிகப்படும்.

ஆமசன்னிக்கு மருத்துவம்

ஐந்தெண்ணெய் துவாலை

ஆமணக்கெண்ணெய், இலுப்பை நெய், வேம்பு நெய், புங்கெண்ணெய், நல்லெண்ணெய், ஆகியவற்றைச் சம அளவு எடுக்கவேண்டும். பின் அதில் கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை, சங்கன் வேர், எருக்கன் வேர்ப்பட்டை, முடக்கற்றான் வேர்ப்பட்டை ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு பலம் எடுத்துப் பொடியாக்கிக் கலந்து கொள்ள வேண்டும். இதனைப் பக்குவமாக எரித்து வடித்துக் கொள்ளவும். இதிலிருந்து ஒரு பாகம் எடுத்து அதன் அளவுக்கு முட்டை, வெள்ளுள்ளி ஆகியன சேர்ந்து வடித்த வெள்ளுள்ளித் தைலத்தையும் கூட்டி உடல் முழுவதும் துவாலையிட ஆமசன்னி நீங்கும்.

ஆமசன்னிக்குக் குடிநீர்

1. கடுக்காய், கடுகுரோகணி, சிவதை, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 4 கிராம் எடுத்து இடித்து இதனுடன் 8 மடங்கு நீர் சேர்த்து நான்கில் ஒன்றாகச் சுருக்கி, குடிநீராக்கி, காலை, மாலை இருவேளை உள்ளுக்குக் கொடுத்து வர ஆம சன்னி நீங்கும்.

2. சாரணை, மூக்கிரட்டை, பொடுதலை, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சீரகம் ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 4 கிராம் எடுத்து இடித்து, இதனுடன் 8 மடங்கு நீர் சேர்த்து, நான்கில் ஒன்றாகச் சுருக்கி, குடிநீராக்கி காலை, மாலை இருவேளை உள்ளுக்குக் கொடுத்து வர ஆம சன்னி நீங்கும்.

ஆமசன்னிக்கு மேற்பூச்சு

முட்டைத் தைலம், வேப்பெண்ணெய், இரண்டையும் கலந்து மேலுக்குப் பூச வேண்டும். இதனையே 3 அல்லது 7 துளிவீதம் தாய்ப்பால் அல்லது வெந்நீரில் சேர்த்துக் கொடுக்கவும்.

4. கோராமச் சன்னி

கோராமச் சன்னியானது, உடலில் வளிநீர் சேர்வதால் உண்டாகக் கூடியது. இதில் வாயு மிகுந்து காணப்படும். அதனால் உடலூதிக் காணப்படும். உந்தியிலிருந்து உடலெங்கும் கனகனக்கும். சூடு உண்டாகும். அதனால் தசைகள் குலுங்கி, கண், கை கால், பதைபதைக்கும். வாயில் நீர் தேங்கி வாய்பேச இயலாது. தாள் கீழிறங்கிக் கட்டிக் கொள்ளும். உடல் முழுவதும் வலிப்பு உண்டாகும்.

கோராம சன்னிக்கு மருந்து

குமட்டிக்காய்ச் சாறு, நூறாண்டு வேப்பம்பட்டைக் குடிநீர் ஆகியவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு படி எடுத்து ஒன்றாகக் கலந்து, அதில் கருடங்கிழங்கு, நீர்முள்ளி, சிவனார் வேம்பு, தவசி முருங்கை, முடக்கற்றான், வெள்ளைச் சாரணை வேர், பெருங்காயம், கடுகு ரோகணி, ஏலம், சீரகம் ஆகியவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் இரண்டு கழஞ்சுகலந்து மெழுகு பதம் வரும் வரை காய்ச்சவும். பிறகு வடிகட்டி காசெடை அளவு இரு வேளை 3 நாள்களுக்குக் கொடுக்க நலிவு தீரும்.

கோராம சன்னிக்கு வேப்பம்பட்டை எண்ணெய்

நூறாண்டு சென்ற வேப்ப மரத்தின் பட்டையைப் பத்து பலம் எடுத்து நன்றாக இடிக்க வேண்டும். அதில் எட்டுப் படி நீர் விட்டுக் காய்ச்சி ஒரு படியாகக் குறுக்க வேண்டும். இந்தக்குடிநீருடன், ஆற்றுத்தும்மட்டிக்காய்ச் சாறு ஒரு படியுடன், ஆமணக்கெண்ணெய், முட்டைத் தைலம், முசுறு முட்டைத் தைலம் ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு பலம் எடுத்து கலக்க வேண்டும். பின் அதனுடன் கலப்பைக் கிழங்கு, கண்டங்கத்தரி வேர், கருடன் கிழங்கு, தவசு முருங்கை வேர்ப்பட்டை, பெருங்கிழங்கு, வெண் சாரணை வேர், கொத்தான் வேர் ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 2 பலமும், ஏலம்,

நற்சீரகம், கருஞ்சீரகம், கடகு ரோகணி, பெருங்காயம் ஆகியவற்றில் வகைக்கு 2 பலமும் எடுத்துப் பொடியாக்கி, கலந்து காய்ச்சி பக்குவத்தில் வடித்தெடுக்கவும்.

காசெடை (5–10 மி.லி.) அளவு காலல மாலை இருவேளை 3 நாள்களுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். இம்மூன்று நாள்களும் தாய், பத்தியமாக இருக்கவேண்டும்.

5. தாந்திரீக சன்னி

தாந்திரீக சன்னி நோயில், சிலேத்துமம் அதிகப்படும். அதனால் கால் வீங்கிக் காணப்படும். குழந்தை தாய்ப்பால் உண்ணாது. சுரம் வேகத்துடன் காணப்படும். சுவாசம் திணறும். உடல் பதைபதைக்கும். பின் மூர்ச்சை ஏற்படும். அரைக்குக் கீழ் குளிர்ந்திருக்கும். நீர் வேட்கை அதிகமாகும். கழிச்சல் உண்டாகும்.

தாந்திரீக சன்னிக்குப் புகை

வேப்பெண்ணெய், வேளைவேர், ஊமத்தை வேர், கஞ்சாக்கடை, முருங்கை வேர்ப்படை, சித்திர மூல வேர்ப்பட்டை, வெள்ளுள்ளி, வசம்பு, கம்பளி மயிர், மயிலிறகு, கோழிமுட்டைத் தைலம் ஆகியவற்றில் வேளை வேர் முதல் கம்பளி மயிர் ஈறாக உள்ள பொருள்களை எடுத்துப் பொடித்துக் கொள்ளவும். இவற்றை, குழம்பு பக்குவத்திற்குக் கொண்டு வரத் தேவையான அளவு வேப்பெண்ணெய், முட்டைத் தைலம் ஆகியவற்றைச் சரிபாகமாக எடுத்து அதைக் குழப்பி ஒரு துணியில் திரியாக்கி, தேவைப்படும் பொழுது கொளுத்தி, அணைத்து புகை காட்ட தாந்திரீக சன்னி குணமாகும்.

தாந்திரீக சன்னிக்குக் குடிநீர்

1. முத்தக் காசு, சந்தனம், சுக்கு, பற்படாகம், விலாமிச்சை, இருவேலி, திப்பிலி ஆகியவற்றைச் சமபாகமாக எடுத்து 8 பங்கு நீர் விட்டு ஒரு பாகமாகச் சுண்டக் காய்ச்சி, இருவேளை கொடுக்க தாந்திரீக சன்னி குணமாகும்.

2. சிறுதேக்கு, கடுக்காய், கோட்டம், சிறுவழுதுணை, கண்டங்கத்தரி, சீந்தில் தண்டு ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு பலம் எடுத்து 8 பங்கு நீர் விட்டு ஒரு பாகமாகக் குறுக்கிக் காய்ச்சி வடிகட்டிக் கொள்ளவும். அதில் திப்பிலிப் பொடியைத் தூவி, பின் அதனைக் குழந்தைக்குக் கொடுக்க தாந்திரீக சன்னி தீரும்.

3. தண்ணீர் விட்டான், இருவேலி, அதிமதுரம், சிறுகீரை, நன்னாரி, விலாமிச்சை, முந்திரிகை ஆகியவற்றில் சம அளவு எடுத்துநீர் விட்டுக் காய்ச்சி குடிநீராக்கிக் கொடுக்க தாந்திரீக சன்னி தீரும்.

கண்ணுக்குக் கலிக்கம்

திப்பிலி, மிளகு, பெருங்காயம் ஆகிய மூன்றையும் சேர்த்துக் கலிக்கமாகச் செய்து போட வேண்டும்.

6. அலத்திடு சன்னி

அலத்திடு சன்னியானது, அதிக நெருக்கமுள்ள–கூட்டமான இடங்களில் குழந்தையை எடுத்துச் செல்லும்போது, அக்குழந்தை எழுந்திருக்கும்; வாய் பிதற்றும். அதனைத் தொடர்ந்து முகம் வெளுக்கும். மூச்சு இளைத்து, உடல் குளிர்ந்து, ஆட்டம் உண்டாகும்.

அலத்திடு சன்னிக்கு வெற்றிலைச் சுரசம்

வெற்றிலை, சுக்கு, ஓமம், மாவிலிங்கப்பட்டை, நொச்சிக்கொழுந்து, அக்காரகாரம், முருங்கைப்பட்டை, எருக்கம்பூ, சித்தரத்தை, திப்பிலிப்பட்டை ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் வராகன்எடுத்து நீர்விட்டு அரைத்துப் பிழிந்து, சுடவைக்கவும். அதில் அரை முதல் ஒரு சங்களவு எடுத்து, அதில் 2 அரிசி எடை ஆமையோட்டுப் பற்பம் சேர்த்துக் கொடுக்க அலத்திடு சன்னி குணமாகும்.

7. விடசன்னி

விடசன்னியில், ஒருவருக்கு விடமானது எவ்வளவு விரைவாகப் பரவுமோ, அவ்வாறு சிலேத்தமானது மிக விரைவாக, உடல் முழுவதும் பரவி, பின் தலைக்கு ஏறும். தலைக்கு ஏறும்போது பின் கழுத்தில் வலித்தல், சுரம்

காய்தல், குளிர் உண்டாதல், நீர்வேட்கை அதிகமாதல் ஆகிய நோய்க்குறிகள் காணப்படும்.

விடசன்னிக்கு ஏலாதி மாத்திரை

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சாதிக்காய், கிராம்பு, ஏலம், கடுகுரோகிணி, மஞ்சள், நாபி ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 1 கழஞ்சு (5 கிராம்) எடுத்துக் கல்வத்தில் இட்டுப் பொடியாக்கவும். பின் எலுமிச்சை பழச்சாறு விட்டு இரண்டு சாமம் (6 மணி நேரம்) அரைத்துப் பயறளவு (65 மி.கி.) மாத்திரைகளாக உருட்டவும். நிழலில் உலர்த்தி எடுத்துக் கொண்டு பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 மாத்திரை காலை, மாலை இருவேளை.

அனுபானம்: மாசிபத்திரிக் கியாழம்

விடசன்னிக்கு கத்தூரி மாத்திரை

1. கத்தூரி – 1 பங்கு
2. குங்குமப்பூ – 2 பங்கு
3. கோரோசனை – 3 பங்கு

மேற்கூறியவற்றை அளவுப்படி எடுத்து, தாய்ப்பால் விட்டு அரைத்துக் குன்றி அளவு (130 மி.கி.) உருட்டவும்.

அளவு: 1 மாத்திரை காலை, மாலை இருவேளை

அனுபானம்: தாய்ப்பால்

8. குளிர் சன்னி

குழந்தைகளுக்கு குளிர் சன்னி உண்டாகும் பொழுது, முதலில் குளிர் உண்டாகும். அத்துடன் வியர்வையும் உண்டாகும். சுரம் காயும், தலைபாரம் அதிகமாகப் பெருகி வலி எடுக்கும். குழந்தை உணவு உட்கொள்ளாது.

குளிர் சன்னிக்கு இராமபாணக் குளிகை

மஞ்சள், சாதிக்காய், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கிராம்பு, கடுகுரோகணி, மரமஞ்சள், நாபி ஆகியவற்றைச் சம அளவு எடுத்துப் பொடியாக்கி, எலுமிச்சை பழச்சாறு விட்டு 12 மணி நேரம் அரைத்து, 250 மி.கி. அளவுள்ள மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில் உலர்த்தவும்.

அளவு: 1 மாத்திரை காலை, மாலை இருவேளை

அனுபானம்: தேன் அல்லது தாய்ப்பால்.

விட சன்னி நோயில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள ஏலாதி மாத்திரையையும் இந்தக் குளிர் சன்னி நோய்க்கும் நேர் மருந்தாகப் பயன்படுத்தலாம்.

9. தோட சன்னி

மாந்த கணம் மற்றும் பேராம கணம் ஒன்றாகச் சேர்ந்தால் தோட சன்னி உண்டாகும். இந்நோயில் குழந்தையின் வயிறு உப்பிக்கொள்ளும். வயிறு கழியும். வாந்தி உண்டாகும். சுரம் சேரும். கை, கால் குளிரும். சீதம், இரத்தம் இரண்டும் கலந்து வாயுவுடன் கழியும். நா, கண் வெந்து புண்ணாகும். தோடம் முற்றாமல் சன்னியானது வேர்த்து வலிக்கும். இந்நோய் தீர ஒரு மாதமாகும். இல்லையென்றால் மூன்று முதல் ஆறு மாதங்களாகும்.

தோடசன்னிக்குக் குடிநீர்

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கடுகுரோகணி, கண்டுபாரங்கி, பேரரத்தை ஆகியவற்றைச் சம அளவு எடுத்து 8 பங்கு நீர்விட்டு நன்றாகக் குறுக்கி வடிகட்டிக் கொள்ளவும்.

அளவு: 30 மி.லி. இருவேளை.

தோட சன்னிக்கு தைலம்

கோழிமுட்டை அவித்தது – 10 எண்ணிக்கை. அதன் மஞ்சள் கருவைச் சட்டியில்போட்டு அடுப்பில் வைத்து வறுக்கத் தைலம் இறங்கும். தைலம் இறங்கும் சமயத்தில் பச்சைக் கற்பூரம் – 4 கிராம், இரசகற்பூரம் – 4 கிராம், பூங்கற்பூரம் – 16 கிராம், கோரோசனை – 4 கிராம், கஸ்தூரி – 488 மி.கிராம் ஆகியவற்றைப் பொடித்துத் தூளாக்கிப் போட்டுக் கிண்டவும்.

அளவு: 2 துளி

அனுபானம்: வெண்ணெய் அல்லது நெய்.

தீரா சன்னி நோய்

சன்னி நோயில் கீழ்க்காணும் நோய்க்குறிகள் காணப்படும்பொழுது சன்னி தீராது.

1. கண், நா, புருவம், கை, கால்களில் வலித்தல்
2. மேல் நோக்கி, விண்ணைப் பார்த்தல்
3. வலியானது பெருமூச்சு விட்டு பிறகு உண்டாதல்
4. தாய்ப்பால் உண்ண முடியாமை
5. தூக்கம் இல்லாமை
6. உடல் மஞ்சள் நிறமாதல்

சன்னி நோய்களுக்கு வேப்பெண்ணெய்

வேப்பெண்ணெய், குட்டிவிளா வேர், தூதுவளை வேர், நாய்வேளை வேர், சீரகம், கத்தூரி மஞ்சள், வெண்காயம், சிற்றரத்தை, மரமஞ்சள், ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 8.75 கிராம் எடுத்துப் பால் விட்டரைத்து, 675 மி.லி. வேப்பெண்ணெயுடன் சேர்த்துக் கலக்கி எரிக்கவேண்டும். பதம் வந்தவுடன் இறக்கி வடிகட்டிக் கொள்ளவும்.

அளவு: 1 உச்சிக்கரண்டி இருவேளை.

வேப்பெண்ணெய்: வேறொரு முறை

வேப்பெண்ணெய், சங்கிலைச் சாறு, பாவட்டைச் சாறு, முசுறு முட்டை ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 162 மி.லி. எடுத்து இதனுடன், சுக்கு, திப்பிலி, வசம்பு, மிளகு, சீரகம், கருஞ்சீரகம், கத்தூரி மஞ்சள், பூண்டு ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 4 கிராம் எடுத்துக்கொண்டு கலந்து, மெழுகுப் பதத்தில் காய்ச்சி வடிகட்டிக் கொள்ள வேண்டும்.

அளவு: துட்டெடை இருவேளை.

பத்தியம்: வெந்நீர்ச் சோறு.

இனி பிற நூல்களில் கூறப்பட்டுள்ள சன்னி வகைகளைப் பற்றிக் காணலாம். அவற்றுள் மேலே விவரிக்கப்பட்டுள்ள வகைகளை விடுத்துப் பிற வகைகளை விரிவாகப் பார்க்கலாம்.

1

வாதசன்னி

வாத சன்னி நோயில் உடலானது காய்ந்து வேர்வை உண்டாகும். வயிறு செரியாமல் பொருமிக் காணப்படும். மலம், கட்டுப்படும். சுவாசம் இளைப்புண்டாகும். விழியானது சொருகிக் கொள்ளும். உடல் குளிர்ந்து காணப்படும்.

வாத சன்னிக்குத் தைலம்

வாத சன்னி நோய்க்கு, முன் விவரிக்கப்பட்ட வேப்பெண்ணெய் தகுந்த மருந்தாகக் கொள்ளப்படுகிறது.

பித்த சன்னி

பித்த சன்னி நோயில் உடலில் புண்போல் வேதனை உண்டாகும். பலம் குறையும். நடுக்கம் உண்டாகும். வாய், கண் கோணிக் கொள்ளும். வயிறு இரைச்சல், வாயில் எச்சில் ஊறல், வாய் புலம்பல் உண்டாகும். விழியானது விரிந்து பரந்து பார்க்கும்.குரலானது கம்மும்.

பித்த சன்னிக்குத் தைலம்

வேப்பெண்ணெயில், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சிவதை, கடுக்காய், ஆகியவற்றைப் பொடித்துச் சேர்த்துக் காய்ச்சி கொடுக்க பித்த சன்னி நீங்கும்.

சிலேற்பன சன்னி

சிலேற்பன சன்னி நோயில், நெஞ்சில் கபம் கெட்டிப்பட்டுக் கட்டும். அதனால் இரைப்புண்டாகும். வியர்வை தோன்றும். நா வழுவழுக்கும். புலம்பல் உண்டாகும். உணவு ஏற்காது. பால் குடிக்காது. சுரம் காயும்.

சிலேற்பன சன்னிக்குத் தைலம்

இசங்கு, பாவட்டைச் சாறு, முசுறுமுட்டைச்சாறு, வேப்பெண்ணெய் ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 165 மி.லி. எடுத்து இவற்றுடன் திரிகடுகு, சீரகம், கத்தூரி மஞ்சள், கருஞ்சீரகம், பூண்டு ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 4 கிராம் எடுத்து அரைத்து, வேப்பெண்ணெயில் கலந்து காய்ச்சிக் கொடுக்க சிலேற்பன சன்னி நீங்கும்.

மாந்த சன்னிக்குத் தைலம்

தும்பை, துளசி, இஞ்சி, ஆகியவற்றைச் சம அளவு எடுத்து அரைத்து அதில் ஆமணக்கிலையை வெதுப்பிப் பிழிந்து வரும் தைலத்தை எடுத்துக் கொள்ளவேண்டும். அதில் காசளவு கொடுக்க மாந்த சன்னி நீங்கும்.

மாந்த சன்னிக்குக் குளிகை

கஸ்தூரி, குங்குமப்பூ, ஒவ்வொன்றிலும் வகைக்கு 4 கிராம், கோரோசனை – 12 கிராம் எடுத்து இவற்றைத் தாய்ப்பால் விட்டு 6 மணி நேரம் அரைக்க வேண்டும். 130 மி.கி. மாத்திரைகளாகச் செய்து பாலில் கொடுக்க மாந்த சன்னி நோய் நீங்கும்.

மாந்த சன்னிக்குப் பூண்டாதிச் சாறு

சிறு களாயிலை, வெள்ளுள்ளி, சுட்ட வசம்பு, ஓமம், ஆகியவற்றைச் சம அளவு எடுத்து இடித்துச் சாறு பிழிந்து காலை, மாலை இருவேளை 3 நாள்களுக்குக் கொடுக்கவேண்டும். இதனையே துவாலையும் செய்யலாம்.

அளவு: காசெடை இருவேளை கொடுக்கவேண்டும்.

அசாத்திய சன்னியின் குணம்

உடலானது மஞ்சளித்து ஊதிக் கொள்ளும். பால் உண்ணாது. பெருமூச்சு உண்டாகும். கண், புருவம், நாக்கு, கை, கால் ஆகியன கோணிக் கொள்ளும். விழியானது மேல் நோக்கும்.

மாந்த வலி சன்னியின் குணம்

மாந்த வலி சன்னி நோயில், உண்ணும் பொருள்கள் செரியாது மந்தம் பற்றிக் கொள்ளும். அதனைத் தொடர்ந்து வலி, மயக்கம் உண்டாகும். குழந்தையானது பல் கடிக்கும். வாந்தி உண்டாகும். வாய் பூட்டிக் கொள்ளும்.

மாந்த வலிக்குப் புகை

மயிலிறகு, வசம்பு, சுக்கு, பேயத்தி, அழிஞ்சில் வேர் ஆகியவற்றைச் சம அளவு எடுத்துப் பொடித்து ஒரு துணியில் முடிந்து வேப்பெண்ணெய் விட்டு எரிக்க வேண்டும். அதிலிருந்து எழும் புகையைக் காட்ட மாந்த வலி சன்னி நீங்கும்.

10

வெளுப்பு நோய் (பாண்டு)

மரு. S. காந்திமதி

நம் நாட்டில் குழந்தைகளிடையே அதிக அளவில் காணப்படும் மிக முக்கிய நோய்களில் ஒன்று 'வெளுப்பு' நோய் ஆகும். இந்நோய் ஏழையான குடும்பங்களிலும், சுற்றுப்புறச் சுகாதாரத்தைப் பேணாத சூழ்நிலையிலும் அதிகம் ஏற்படுகின்றது. உடலின் இயற்கை நிறம் மாறி உடல் வெளுத்து, கண், நகக்கண் ஆகியவற்றை நீக்கிப்பார்க்கும்பொழுது குருதியின்றி வெளுத்துக் காணப்படுவதால் இது வெளுப்பு நோய் என்று குறிப்பிடப்பெறுகிறது. மேலும் இந்நோய் வெண்மைநோய், பாண்டு, வெண்பாண்டம் என்றும் குறிப்பிடப் பெறுகின்றது.

அதிக அளவில் உள்ள இந்நோயைக் கட்டுப்படுத்த கருவுற்ற காலத்திலேயே தாய்க்குப் போதுமான இரும்புச் சத்து உள்ள மருந்துகளை அரசு வழங்கி, குழந்தைகளுக்கு இந்நோய் வராமல் தடுக்கிறது. இருப்பினும் பல்வேறு காரணங்களால் இந்நோய் குழந்தைகளுக்கு எளிதில் ஏற்படுகிறது. வெளுப்பு நோய், குழந்தை பிறந்தது முதல் குழந்தைப் பருவம் முழுவதும் தொடர வாய்ப்பு உண்டு. இந் நோய்க்குச் சரியான முறையில் சிகிச்சை அளிக்காத நிலையில், இதனைத் தொடர்ந்து சோபை, காமாலை, இதயநோய்கள் போன்ற நோய்கள் உண்டாகும்.

நோய் ஏற்படக் காரணங்கள்

- வெளுப்பு நோய்க்கு மிக முக்கியக் காரணம் குழந்தைப் பருவத்தில் ஏற்படும் ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடு ஆகும். இரும்புச் சத்து உள்ள உணவு வகைகளைத் தவிர்க்கும் நிலையில் நோய் உண்டாகிறது.

- குருதியின் வலிமையைக் குறைக்கக் கூடிய உப்பு, புளிப்பு, துவர்ப்பு ஆகிய சுவையுள்ள பொருள்களை மிகுதியாக உண்ணும் போது குடலில் இரும்புச் சத்து உட்கிரகிக்கப்படுவது குறைகிறது.
- கல், மண், சாம்பல், திருநீறு, கற்பூரம் போன்ற உண்ணத்தகாத பொருள்களை உண்ணல் (PICA).
- குழந்தைப் பருவத்தில் அதிகம் உண்டாகும் வாந்தி, கழிச்சல் நோய்களால் உடல் வன்மை குறைந்து பாண்டு நோய் ஏற்படலாம்.
- 'குடற்கிருமிகள்' நோய் அனைத்துக் குழந்தைகளிடமும் காணப்படும் பொதுவான ஒரு நோய் ஆகும். இதில் கொக்கிப்புழுவின் (Hook Worm) தாக்குதலால் வெளுப்பு நோய் உண்டாகிறது.
- குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் நோய்களான கணம், அக்கரம், வலிப்பு, தோடம் போன்ற நோய்களுக்குச் சரிவரச் சிகிச்சை அளிக்காத நிலையில் வெளுப்பு நோய் ஏற்படுகிறது.
- பிறவிக் குறைபாடுகளின் காரணமாக, குடலில் உள்ள குடல் உறிஞ்சிகள் (Intestinal Villi) சரியாக வளர்ச்சி அடையாத நிலையில் உட்கொள்ளும் உணவு உறிஞ்சப்படுவது குறைவதால் இந்நோய் ஏற்படலாம்.
- உடலின் உட்புறம் ஏற்படும் குருதிக் கசிவு (எ.கா.) நிணக்கழிச்சல், இரைப்பை புண்
- இளம் குழந்தைகளுக்கு நீண்ட காலம் பால் மட்டுமே பிரதான உணவாக வழங்கப்படும் நிலையில் ஊட்டச்சத்துக் குறைபாட்டால் வெளுப்பு நோய் உண்டாகிறது. (Delayed Weaning)
- உடலில் அடிபட்டு குருதிக்கசிவு அதிகம் ஏற்பட்டால் அதனைத் தொடர்ந்து பாண்டு நோய் உண்டாகலாம்.
- நாள்பட்ட சுரம், தொற்று நோய்களால் வெளுப்பு நோய் ஏற்படலாம். (எ.கா.) மலேரியா
- நச்சுத்தன்மையுள்ள மருந்துகளை அளவுக்கு அதிகமாக உட்கொள்ளும் நிலையில் பாண்டு நோய் உண்டாகலாம்.
- நாள்பட்ட கல்லீரல் வீக்கம் (Hepatomegaly), மண்ணீரல் வீக்கம் (Spleenomegaly) போன்றவற்றைத் தொடர்ந்து வெளுப்பு நோய் ஏற்படலாம்.

நோய் முற்குறிகள்

- சிறிது தூரம் நடந்தாலும் மூச்சுவாங்குதல்
- உணவில் விருப்பமின்மை
- வாய் குமட்டல்
- தலைச்சுற்றல்
- கண் இருளல்
- கால்கள் ஓய்தல்
- மார்பு துடித்தல்
- உடல் இளைத்தல்

உடலில் பித்தக்குற்றம் அதிகரித்து குருதியின் நிறத்தையும், எடையையும் கெடுத்து உடலுக்கு வேண்டிய ஊட்டச்சத்தினை அளிக்காமல் உடலை வெளுக்கச் செய்யும் போது மேற்கண்ட நோய் முற்குறிகள் உண்டாகின்றன.

வகைப்பாடு

பாலவாகடம் நூலில் வெளுப்பு நோய் மூன்று வகைகளாகப் பிரிக்கப்பட்டு உள்ளது. அவையாவன:

1. வாதவெளுப்பு
2. பித்த வெளுப்பு
3. கப வெளுப்பு

இவை முக்குற்றத்தில் பித்தக் குற்றம் கேடடைந்து அதனுடன் பிரதானமாகக் கேடடையும் மற்றொரு குற்றத்தையும் சேர்த்து வகைப்பாடு செய்யப்பட்டு உள்ளன.

பொது நோய்க் குறிகள்

வெளுப்பு நோயில் இரும்புச் சத்துக் குறைபாட்டினால் இரத்தத்தில் உள்ள சிவப்பு அணுக்களின் அளவும் எண்ணிக்கையும் குறைகின்றன. எலும்பு மஜ்ஜையில் (Bone marrow) இருந்து உற்பத்தியாகும் சிவப்பு அணுக்களின் அளவு குறைகிறது. இயல்பான சிவப்பு அணுக்களின் அளவு குறைந்து சுருங்கிக் காணப்படுகிறது. எனவே இரத்தச் சிவப்பணுக்கள் (RBC's) மூலம்

உடல் முழுதும் உள்ள உறுப்புகளுக்கு எடுத்துச் செல்லப்படும் பிராணவாயுவின் அளவு குறைகிறது. அதனால் கீழக்காணும் குறிநோய்கள் உண்டாகின்றன:

- உடல், நகக்கண் வெளுத்துக் காணப்படுதல்
- உடல் வளர்ச்சி தாமதமடைதல்
- உடல் சோர்வு
- அடிக்கடி நோய்வாய்ப்படல்
- கல்லீரல், மண்ணீரல் வீக்கம்
- நாக்கு பட்டுத் துணிபோல் வெளுத்தல்
- குடல் உறிஞ்சிகள் சுருங்குதல்
- உடல் வளர்ச்சிக் குறைவு
- நகம் மென்மையடைந்து உடைதல், தட்டையாதல், நகத்தில் நீண்டவரிகள், குழிவிழுந்த நகம் (Koilonychia) காணப்படுதல்.
- மனவளர்ச்சி குறைதல்
- மாறுபட்ட இதய ஒலி உண்டாதல்.

I. வாத வெளுப்பு நோய்க் குறிகள்

- நீர்வேட்கை
- பசித்தீ குறைதல்
- உடல் நடுக்கம்
- கண்கள் சிவந்து காணப்படுதல்
- மலக்கட்டு
- உடல் வீங்கிக் காணப்படுதல்
- குடல் புரட்டல்
- சுவையறியாமை

II. பித்த வெளுப்பு நோய்க் குறிகள்

- கண்பார்வை மங்குதல்
- மயக்கம்
- வாய்க்கசப்பு

- மூச்சு முட்டுதல்
- தலைச்சுற்றல்
- வாந்தி
- வாயில் புண்கள் உண்டாதல்
- வாய்நாற்றம்
- உடல் வறண்டு காணப்படுதல்

III. கப வெளுப்பு நோய்க் குறிகள்

- உடல் வெளுத்தல்
- நரம்புகள் புடைத்தல்
- மயிர் சிலிர்த்தல்
- வாந்தி
- குரல்கம்மல்
- இருமல்
- இடுப்பு நோதல்
- உடல் சோர்வு
- மூச்சுவிடச் சிரமம்

வெளுப்பு நோயில் தீராதவை

வெளுப்பு நோயில் வாந்தி, கழிச்சல், ஊதல் நோய், நீர்வேட்கை, விக்கல், இளைப்பிருமல் போன்ற நோய்க் குறிகள் காணப்பட்டால் அந்நோய் தீராது.

முக்குற்ற வேறுபாடுகள்

உடல் வன்மை குறைந்து பசித்தீ கேடடைந்து உண்ட உணவு செரிக்காததால் உடல் ஊட்டம் பெறாது. இத்துடன் அனற்பித்தம் கேடடைந்து தோலிற்கு நிறத்தைக் கொடுக்கும் இரஞ்சிதப்பித்தம் எடையிலும், நிறத்திலும் குறைந்து தீக்குற்றத்தைப் பெருக்கும். இத்துடன் மற்ற இரு குற்றங்களும் கேடடைந்து தன்னிலையில் இருந்து அதிகரித்து 'பரவுகாலின்' வன்மை கேடடைந்து வெளுப்பு நோய் உண்டாகிறது. நோயின் வலிமை பெருகும் போது உடலில் ஐயக்குற்றம் கேடடைந்து ஊதல் நோய் ஏற்பட்டு அதனைத் தொடர்ந்து காமாலை நோய் உண்டாகிறது.

நாடிநடை

1. தானமுள்ள சேத்துமந்தா னிளகில் வெப்பு
சயமீளை இருமல் மந் தார காசம்
....
ஏனமுறுங் காமாலை பாண்டு சோகை
எழுசுரங்கள் பலதிற்கு மிடமுண்டாமே

– கபநாடி

2. கண்டாயோ சிலேற்பனத்தில் வாதநாடி
கலந்திடுகில் வயிறு பொருமல் கனத்த வீக்கம்
....
விண்டாலே இளைப்பிருமல் சோகை பாண்டு

– கபவாதநாடி

3. இடமான சேத்துமத்தில் பித்தநாடி
எழுந்தணுகில் விடமுடனே வீக்கமுண்டாம்
....
வெகுசுரமும் நாவறட்சி பாண்டுரோகம்

– கபபித்தநாடி

4. இருக்கு மந்த வாதத்தில் சீதஞ் சேர்ந்தால்
இளைப்பிருமல் விடசன்னி தோடம் வீச்சு
....
உள்வீச்சு சூலையோடு பாண்டு ரோகம்

– வாதகபநாடி

பாண்டு நோயில் கப நாடி, கபவாதநாடி, கபபித்தநாடி, வாதகபநாடி போன்றன காணப்படுகின்றன.

மருத்துவம்

முதலில் தன்னிலை திரிந்த குற்றங்களைத் தன்னிலைப்படுத்த, கழிச்சல் மருந்துகளை நோயின் தன்மைக்கு ஏற்ப வழங்கவேண்டும்.பின் பசித்தீயைத் தூண்டும் மருந்துகள், உணவைச் செரிக்கச் செய்யும் மருந்துகள், குருதியின் வலிமையைப் பெருக்கக்கூடிய மருந்துகள் ஆகியவற்றை வழங்கவேண்டும்.

கழிச்சல் மருந்துகள்

1. **திராட்சாதிக் குடிநீர்:** அங்கூர் திராட்சை, பேரிச்சை, பன்னீர்ப்பூ, சிவதை வேர், ஆகியவற்றைச் சமஎடை எடுத்து எட்டு பங்கு நீர்விட்டு எட்டில் ஒன்றாகக் குறைத்து குடிநீர் செய்து காலை, மாலை இருவேளை 30 மி.லி. முதல் 60 மி.லி. வரை உடல் வலிமைக்கு ஏற்பத் தரலாம்.
2. **நிலவாகை சூரணம்:** 5 மி.கி. முதல் 10 மி.கி. இரவு படுக்கும் முன் வெந்நீருடன் சேர்த்துத் தரலாம்.
3. **வெள்ளை எண்ணெய்:** 10 மி.லி. முதல் நோய் வலிமை, உடல் வலிமைக்கு ஏற்ப வெந்நீரில் அதிகாலை தரலாம்.
4. அகத்திக் கீரையை வேகவைத்து அரை முதல் ஒரு ஆழாக்கு காலை மட்டும் தர மலம் கழியும்.

I. பசித்தீயைத்தூண்ட, உணவைச் செரிக்க செய்யும் மருந்துகள்

1. சீரகச் சூரணம்

சுத்தம் செய்த சீரகம் 5 பலம் எடுத்து அது மூழ்கும் அளவு பழச்சாறு விட்டு ஊறவைத்து நிழலில் உலர்த்தவும். இவ்விதமாக முறையே கருப்பஞ்சாறு முசுமுசுக்கைச்சாறு, நெல்லிக்காய் சாறு, தூதுவளைச்சாறு, வேப்பம்பட்டைச் சாறு, தும்பை இலைச்சாறு ஆகியவற்றில் தனித்தனியே ஊறவைத்து இடித்துத் தூளாக்கி அதன் எடைக்கு கால்பங்கு சர்க்கரை சேர்த்துக் கலந்து கொள்ளவும். இதனை காலை, மாலை இருவேளை 500 மி.கி. முதல் ஒரு கிராம் வரை 40 நாள்கள் கொடுக்க அக்கினி மந்தம், வாந்தி போன்றவை நீங்கிப் பசித்தீ அதிகரிக்கும்.

2. அமுக்கராச் சூரணம்

கிராம்பு	–	1 பங்கு
சிறுநாகப்பூ	–	2 பங்கு
ஏலம்	–	4 பங்கு
மிளகு	–	8 பங்கு
திப்பிலி	–	16 பங்கு
சுக்கு	–	32 பங்கு
அமுக்கரா	–	64 பங்கு
சர்க்கரை	–	128 பங்கு

மேற்குறிப்பிட்டவற்றுள் சர்க்கரை தவிர மற்றவற்றை முறைப்படி சுத்தித்து தனித்தனியாகப் பொடி செய்து ஒன்றாகக் கலந்து பின் சர்க்கரை சேர்த்துச் சூரணம் செய்ய வேண்டும்.

அளவும் அனுபானமும்

500 மி.கி. முதல் ஒரு கிராம் வரை தேனுடன் சேர்த்துக் கொடுக்க பாண்டு தீரும்.

3. ஏலாதி சூரணம்

கிராம்பு	–	1 பங்கு
மிளகு	–	2 பங்கு
சிறுநாகப்பூ	–	4 பங்கு
தாளிசபத்திரி	–	8 பங்கு
கூடைநீறு	–	16 பங்கு
சுக்கு	–	32 பங்கு
ஏலம்	–	64 பங்கு

மேற்கண்ட சரக்குகளைச் சுத்தித்து பொடித்து சூரணம் செய்து, அதனுடன் சர்க்கரை 27 பங்கு சேர்த்துச் சூரணம் செய்ய வேண்டும். இதனை 300 மி.கி. முதல் 1 கிராம் வரை தேனில் கொடுக்க உடலில் பசி மந்தம் குறைந்து பசித்தீயை அதிகரிக்கும்.

4. தாளிசாதி சூரணம்
5. திரிகடுகு சூரணம்
6. அட்டதீபாக்கினா சூரணம்
7. கறிவேப்பிலை சூரணம்
8. இஞ்சி இரசாயனம்

இதில் ஒன்றை 500 மி.கி. முதல் ஒரு கிராம் வரை இருவேளை உணவுக்கு முன் கொடுக்கலாம்.

9. பஞ்சதீபாக்கினி லேகியம்

திரிகடுகு	–	35 கிராம்
ஏலம்	–	35 கிராம்
சீரகம்	–	35 கிராம்

ஆகியவற்றை முறைப்படி சுத்தித்து இளவறுப்பாய் வறுத்து சூரணித்து 2.6 லி. சேர்த்து பனைவெல்லம் 280 கிராம் சேர்த்து வடிகட்டிக் கொதிக்கவைத்து மேற்படி சூரணத்தை இதில் தூவிக் கிளறி 1.5 மி.லி. நெய் 750 மி.லி. தேன் சேர்த்துக் கிண்டி லேகியம் செய்ய வேண்டும்.

இதனை ஒரு பாக்களவு (2 கிராம்) இருவேளை ஒரு மண்டலம் கொடுக்க பாண்டு நோய் தீரும்.

10. தேற்றாங்கொட்டை லேகியம்

தேற்றாங்கொட்டை	–	5 பலம் (125 கிராம்)
திரிகடுகு	–	17.5 கிராம்
திரிபலா	–	17.5 கிராம்
சிற்றரத்தை	–	17.5 கிராம்
சீரகம்	–	17.5 கிராம்
சர்க்கரை	–	140 கிராம்
பால்	–	1.3 லிட்டர்

பாலில் சர்க்கரையைக் கரைத்து அதனுடன் மேலே குறிப்பிடப் பட்டவற்றைச் சூரணித்து அதில் கலந்து கொதிக்க வைத்து நெய் 650 மி.லி. சேர்த்து கிளறி தேன் 325 மி.லி. சேர்த்து லேகியம் செய்யவும். இதனை நோயின்தன்மைக்கு ஏற்பக் கொடுக்க உடல் தேறும்.

11. வில்வாதி இளகத்தை 5 முதல் 10 கிராம் வரை இருவேளை கொடுக்கலாம்.

II குருதிக்கு வலிவூட்டும் மருந்துகள்

இரும்பு, காந்தம், மண்டூரம், தங்கம், வெள்ளி, முத்து, பவளம் இவற்றாலான பற்ப செந்தூரங்களை வழங்கலாம். (வயதிற்குத் தகுந்தபடி)

1. அன்னபேதி செந்தூரம்

சுத்தித்த அன்னபேதியைக் காடி நீர் விட்டரைத்து வில்லை செய்து இரண்டு அல்லது மூன்று புடமிட செந்தூரம் ஆகும். இதில் 60 மி.கி. முதல் 100 மி.கி. வரை தேனில் கொடுக்க பாண்டு தீரும். இதனை, பசியைத் தூண்டும் சூரணத்துடனும் கலந்து வழங்கலாம்.

2. லோக மண்டூரச் செந்தூரம்

இரும்பு கிட்டப்பொடி	– 17.5 கிராம்
கறியுப்பு	– 17.5 கிராம்
வெடியுப்பு	– 17.5 கிராம்
அட்டுப்பு	– 17.5 கிராம்
வளையலுப்பு	– 17.5 கிராம்
இந்துப்பு	– 17.5 கிராம்
ரசம்	– 17.5 கிராம்
கந்தகம்	– 17.5 கிராம்
சுக்கு, மிளகு திப்பிலி	– 17.5 கிராம்

இவற்றைக் கல்வத்தில் இட்டுப் பொடி செய்து கரிசாலை சாறுவிட்டரைத்து இரண்டு புடமிட செந்தூரமாகும். இதனை உடல்வலிமை அதிகரிக்கும் சூரண அனுபானத்தில் கலந்து 100 மி.கி. வீதம் தினமும் இருவேளை ஒரு மண்டலம் கொடுத்துவர பாண்டு நோய் தீரும்.

3. அயபற்பம்

சுத்தித்த ஒரு பலம் அயத்தை கல்வத்தில் இட்டு நாள் ஒன்றுக்கு ஆறுபங்கு குறுக்கத்திப் பூச்சாறு விட்டு மூன்று நாள் அரைத்து இரு பாகமாக்கி,

ஒருபாகத்தை மூசை செய்து அதில் பில்லையை வைத்து மற்றொரு பாகத்தால் பில்லை செய்து மூடி, சீலைமண் செய்து ஆறாம் நாள் உலர்த்தி ஏழாம் நாள் 108 வரட்டியில் புடம் போட்டு எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இதனை நோயின் தன்மைக்கு ஏற்ப தேன் அல்லது சர்க்கரையுடன் ஏதேனும் ஒரு அனுபானத்துடன் சேர்த்து நாற்பத்தெட்டு நாள்கள் வரை கொடுக்க பாண்டு தீரும்.

4. காந்தபற்பம்

குன்றி அளவு (130 மி.கி.) காலை, மாலை இருவேளை தேன், நெய், வெல்லம், வில்வாதி லேகியம் இவற்றுடன் அனுபானித்து வழங்கலாம்.

பத்தியம்

அயம், காந்த பற்ப செந்தூரங்களைச் சாப்பிடும் போது பூசணிக்காய், கடுகு, கொள்ளு, காடி ஆகியன ஆகாது. நெய், சர்க்கரை, பால், கோதுமை சேர்க்கலாம்.

5. அயவீரச்செந்தூரம்

30 மி.கி. முதல் 100 மி.கி. வரை இருவேளை தேன் அல்லது தக்க அனுபானத்தில் கொடுக்கலாம்.

6. அன்னபவளச் செந்தூரம்

100 மி.கி. இருவேளை தேனில் தர உணவு நன்கு சீரணித்து குருதியின் வலிமையைப் பெருக்கும்.

7. மண்டூரச் செந்தூரம்

8. எஃகுச் செந்தூரம்

9. சுயமாக்கினி செந்தூரம்

மேற்கூறியவற்றில் ஒன்றை 100 மி.கி. அளவில் நோயின் தன்மைக்கு ஏற்ற அளவில் தேன், நெய், வில்வாதி லேகியம், கேசரி லேகியம் ஆகியவற்றில் சேர்த்துத் தர பாண்டு, சோபை, காமாலை ஆகியன குணமடைந்து உடல்வலிமை பெருகும்.

10. கரிசாலை லேகியம்

புன்னைக் காய் அளவு காலை, மாலை ஒரு மண்டலம் சாப்பிட்டு வர பித்த பாண்டு தீரும். கை, கால் ஓய்ச்சல், மயக்கம், வாந்தி, பசியின்மை ஆகியனவும் தீரும்.

11. அயசம்பீரக் கற்பம்

சுத்தி செய்த அயப்பொடி	– 10 பலம்
மிளகு	– 10 பலம்
பூண்டுதிரி	– 5 பலம்
எலுமிச்சை பழம்	– 4

மிளகு, பூண்டு, அயப்பொடி ஆகிய மூன்றையும் இடித்து இதனை நறுக்கிய எலுமிச்சை பழத்தினுள் வைத்து அதை மண்பாண்டத்தில் அடுக்கி வைத்து நல்லெண்ணெய் 25 பலம் சேர்த்து மேல்மூடி சீலை மண் செய்து பூமியில் புதைத்து வைத்திருந்து 40 நாள்கள் சென்றபின், அதனைத் திறந்து எடுத்து வேளைக்கு ஒரு பிளவு வீதம், (காலை, மாலை) சாப்பிட்டு வர வெளுப்பு, ஊதல், மஞ்சள் நோய் ஆகியன குணமாகும்.

12. அயபிருங்கராஜகற்பம்

இதனை ஒன்று முதல் 5 கிராம் வரை இருவேளை ஒரு மண்டலம் கொடுத்துவர பாண்டு, சோபை ஆகியன தீரும்.

13. மண்டூராதி அடைக் குடிநீர்

இதனை 30 மி.லி. முதல் 100 மி.லி. வரை தினமும் காலை ஒரு வேளை கொடுத்துவர பாண்டு நோயுடன் கூடிய வீக்கம் தீரும்.

14. கடுக்காய் மாத்திரை

ஒன்று காலை, மாலை இருவேளை தேனில் கொடுக்கலாம்.

15. மாதுளை மணப்பாகு

15 மி.லி. முதல் 30 மி.லி. வரை வெந்நீருடன் சேர்த்துக் கொடுக்கலாம்.

16. அத்திப்பழச் சூரணம்

ஒன்று முதல் இரண்டு கிராம் இருவேளை தேனில் கொடுக்கலாம்.

17. ஆகாசகருடன் கிழங்கின் தோல்நீக்கி நிழலில் உலர்த்திப் பொடி செய்து 1 முதல் 2 கிராம் சர்க்கரையுடன் சேர்த்துத் தரலாம்.

"திரிகடு கெருமை மோருஞ் சிறந்த
வெள்ளாட்டு மோரும்
குருகுமண்டூரம் லேகங் கொடிவேலி
கோவினீரும்
அருகுவாய் விடங்க முத்தமாட்சிகம்
இருமஞ்சள் தான்
பரிகடு தான்றி நெல்லிப் பாண்டு
பாண்டு வின் ஹரங்களாமே"

—பாண்டு ரோக ஹாரம் (வைத்திய சதகம்)

திரிகடுகு, எருமைமோர், வெள்ளாட்டு மோர், மண்டூரம், அயம், கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை, பசுநீர், வாய்விடங்கம், முத்து, தேன், கறிமஞ்சள், கத்தூரி மஞ்சள், கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய் ஆகியவை வெளுப்பு நோயின் ஹரங்கள் ஆகும்.

உணவு

பசித்தீயைத் தூண்டி, உணவைச் செரிக்கக் கூடிய, குருதியைப் பெருக்கி உடலை வலிமைப்படுத்தும் உணவு வகைகளை உண்ண வேண்டும். இவை தவிர கிருமிகளை அகற்றக் கூடிய அகத்திக்கீரை, பாகற்காய் போன்றவற்றை உணவில் அதிகம் சேர்க்க வேண்டும்.

கீரை வகைகள்

கரிசாலை, பொன்னாங்காணி, அறுகீரை, சிறுகீரை, மணத்தக்காளி, தாளிக்கீரை, முளைகீரை, பருப்புக் கீரை, எலிசெவிக்கீரை, முருங்கைக்கீரை போன்றவை இரும்புச்சத்து அதிகம் உள்ள கீரை வகைகள் ஆகும்.

காய்கறி, பழவகைகள்

வாழைப்பூ, கத்தரிப் பிஞ்சு, வாழைக்கச்சல், முருங்கைப்பிஞ்சு, அவரைப்பிஞ்சு, பீட்ரூட், வெண்டைக்காய், புடலங்காய், பீர்க்கங்காய், கறிவேப்பிலை, முருங்கை, கேழ்வரகு, பேரீட்சை, சப்போட்டா , மாதுளை, உலர்ந்த திராட்சை போன்றவற்றில் இரும்புச்சத்து உள்ளது.

மாமிச வகைகள்

வெள்ளாட்டுக்கறி, அதன் ஈரல், எலும்புகள், இரசம், காடை, கவுதாரி, உள்ளான், கோழி போன்றன உடலுக்கு ஊட்டத்தைக் கொடுத்து குருதிப்பெருக்கையும் அளிக்கும்.

வெளுப்பு நோய் ஏற்படுவதற்கான காரணத்தை அறிந்து அதற்கேற்பச் சிகிச்சை மேற்கொண்டால் நோய் எளிதில் குணமாகும்.

Reference Books

பாலவாகடம்
பிள்ளைப்பிணி மருத்துவம்
பாண்டு ரோகநிதானம்
சித்த வைத்தியத்திரட்டு
மூலிகை – குணபாடம்
வைத்திய சதகம்
ஓலைச்சுவடி நூல்

11

சோபைநோய்

மரு. S. காந்திமதி

குழந்தைகளுக்கு பாண்டு, தமரக நோய், சிறுநீரக நோய் போன்ற ஏதேனும் ஒரு நோய் ஏற்பட்டு முற்றிய நிலையில் சரிவர பரிகாரம் செய்யாவிடில் அதனைத் தொடர்ந்து சோபை நோய் உண்டாகிறது. இந்நோய் உடலின் ஏதேனும் ஒருபகுதியிலேயோ அல்லது உடல் முழுவதுமாகவோ காணப்படும்.

இந்நோயில் உடலில் வீக்கம் ஏற்படுவதால் இது 'சோபை' எனவும், உடலில் சோகம் உண்டாவதால் 'சோகை' எனவும், உடல் இயற்கைக்கு மாறாக ஊதிக் கொண்டே செல்வதால் இது 'ஊதல்' நோய் எனவும் அழைக்கப்படுகிறது.

நோய் வரக் காரணங்கள்

1. வெளுப்பு நோயைத் தொடர்ந்து உண்டாகலாம்
2. நஞ்சுப்பொருள்களை உண்ணுதல்
3. உணவு வேறுபாடுகள்
4. குளிர்ந்தகாற்றில் ஈடுபடல்
5. பூச்சிகளின் விஷக்கடி
6. குளிர்ந்த இடத்தில் வசித்தல்
7. சாம்பல், மண், தவிடு போன்றவற்றை உண்ணல்
8. ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடுகள்
9. நாளமில்லா சுரப்பிகளின் கோளாறுகள்
   (எ.கா.) குறைவீதனநோய்

10. சிறுநீரக நோய்கள்
11. குரோமோசோம் குறைபாடுகள்
    (எ.கா.) டௌன்ஸ் நோய் (Down's syndroms)
12. இதயச் செயலிழப்பு
13. பிறவியிலேயே உண்டாகும் இதயநோய்கள்
14. உடலில் புரதச்சத்து குறைவடைதல்

முற்குறி நோய்கள்

1. உடல் இளைப்பு
2. தலைசுற்றல், மயக்கம்
3. உடல் சோர்வு
4. கணுக்கால்களில் வீக்கம்
5. தலைவலி
6. காலில் இருந்து தலை வரையோ அல்லது தலையில் இருந்து கால் வரையோ வீக்கம் தோன்றல்
7. முகம், வயிறு, கை, கால் ஆகியவற்றில் ஏதேனும் ஒன்று வீங்கிக் காணல்

நோய் வகைகள்

குழந்தைகள் நூலான பாலவாகடத்தில் இது (1) வாதசோபை (2) பித்த சோபை என இரு வகைகளாகக் கூறப்படுகிறது. இவை தவிர அடிபடுவதால் வரும் சோபை எனவும், நஞ்சுக் கடியினால் வரும் சோபை எனவும் பல்வேறு வகைப்பாடுகள் உள்ளன.

1. வாத சோபை

நோய் வரும் முன் உடல்வற்றி வெளுத்துக் காணும். இந்நோய் உடலில் வாத குற்றம் அதிகமாவதால் உண்டாகிறது. மேலும் இதில்,

உடல் சோர்வு சிறிது தூரம் நடந்தால் இளைப்பு, தூக்கமின்மை, உடல் ஆயாசம் நாளுக்குநாள் உடல் ஊதல் போன்ற நோய்க் குறிகள் காணப்படுகின்றன.

மருத்துவம்

முக்கந்தாயி எண்ணெய் 15 கிராம் வரை எடுத்து காலை மட்டும் 9 நாள்களுக்குத் தரவேண்டும். இந்த மருந்தை உட்கொள்ளும்போது பத்தியத்தை கடைபிடிக்க வேண்டும்.

பத்தியம்

புளி, இறைச்சி, வெந்தயம், கடுகு, பூண்டு, அகத்தி ஆகியவற்றைச் சேர்க்கக் கூடாது. அதிக மழையில் நனைதல், வெயிலில் அலைதல், குளிர் காற்றில் ஈடுபடுதல் கூடாது. அதிகம் ஓடுதல், நடத்தல் ஆகியவற்றைத் தவிர்க்க வேண்டும். ஒன்பது நாள் மருந்து கொடுத்து மறுபத்தியம் இருந்து 9 நாள்களுக்குப் பிறகு ஓமம் தலைக்குத் தேய்த்துக் குளிக்க வேண்டும்.

2. அழல் சோபை

உடலில் பித்தநீர் அதிகரிப்பதால் உண்டாகிறது. இதில்,
உடல் சிவந்து காணல்
வாந்தி
நீர்வேட்கை, கழிச்சல்
இளைப்பு
உடல் சோர்வு
தலைவலி
மயக்கம், அடிக்கடி உடல் வியர்த்தல்
உடல் குளிர்தல்
முகம் மஞ்சள் நிறமாதல் போன்ற நோய்க் குறிகள் காணப்படும்.

மருத்துவம்

1. மாம்பட்டை எண்ணெய் – 10 கிராம் வீதம் தினமும் கொடுத்து வர வேண்டும்.

பத்தியம்

இம்மருந்தை உண்ணும்போது மிளகு, காரம் ஆகாது. வெந்நீர் சோறு, உப்பு தரலாம்.

2. கரிசாலைக் குடிநீர்

கையாந்தகரை	– 10 கிராம்
நாயுருவி வேர்	– 10 கிராம்
சுக்கு	– 10 கிராம்
சீரகம்	– 10 கிராம்
நீர்முள்ளி	– 10 கிராம்
இரும்பு கிட்டம்	– 10 கிராம்
மிளகு	– 10 கிராம்

ஆகியவற்றை எடுத்துக்கொண்டு இத்துடன் நீர் 650 மி.லி. சேர்த்து எட்டில் ஒன்றாகக் (1/8) குறுக்கி காலை, மாலை இருவேளையும் 30 மி.லி. வீதம் வழங்கி வர வேண்டும். இவ்வாறு ஒரு மண்டலம் செய்ய வேண்டும்.

3. மண்டூராதி அடைக்குடிநீர்

சுத்தி செய்த மண்டூரம்	– 320 கிராம்
மாவிலை	– 200 கிராம்
நீர்முள்ளி	– 200 கிராம்
கீழாநெல்லி	– 200 கிராம்
கரிசாலை	– 200 கிராம்
நற்சீரகம்	– 40 கிராம்

ஆகியவற்றுடன் நீர் 10.4 லி. சேர்த்துக் காய்ச்சி எட்டில் ஒன்றாகச் சுருக்கி (1/8) காலை, மாலை இருவேளையும் 30 மி.லி. வீதம் கொடுத்துவர பித்த சோபை தீரும்.

குற்ற வேறுபாடுகள்

''கபமான நீரதுவின்றிச் சோகை வராது''

எனவே இந்நோயில் குருதியின் வன்மை குறைந்து உடலில் ஐயக் குற்றம் அதிகரித்து நீரைப் பெருக்கி உடலினை ஊதச் செய்கிறது. இதன் காரணமாக கீழ்நோக்குங்கால் வன்மையிழந்து சிறுநீர் கழித்தலையும், மலம் கழித்தலையும் பாதிக்கச் செய்கிறது.

நாடி நடை

1. பித்தநாடி துடித்து நடந்தால்
2. அழல் ஐயநாடி
3. ஐயவளி நாடி

ஆகியன இருப்பின் அது சோபை நோய் என்று அறியலாம். மேலும், இந்நோய்யில் சிறுநீர் சுருங்கி சிவந்து எரிச்சலுடன் இழியும். மலமானது கட்டுப்பட்டும் சிலசமயம் கழிச்சலுடனும் இருக்கும்.

பொது மருத்துவம்

அதிகரித்த குற்றத்தைக் குறைத்து உடலில் ஊறிய நீரை வெளிப்படுத்த வேண்டும். மேலும், குருதியின் வன்மையைப் பெருக்கி உடலுக்கு ஊட்டத்தைத் தரும் மருந்துகளையும், சிறுநீர்பெருக்கி, மலமிளக்கி மருந்துகளையும் தரவேண்டும்.

1. குடிநீர் வகைகள்

நீர்முள்ளிக் குடிநீர், நெருஞ்சில் குடிநீர் ஆகியவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றை 30 மி.லி. வீதம் காலை மாலை இருவேளை தரலாம்.

2. கடுக்காய்ப்பொடி

சூரத்துக் கடுக்காய் 20 பலம் எடுத்து சுத்திசெய்து ஒன்றிரண்டாகப் பொடித்து சட்டியில் இட்டு பசுநீர், வெள்ளாட்டுநீர், யானைநீர், ஒட்டைநீர் ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றாக விட்டு நன்றாக உலர்ந்த பின் அதன்பின் நுண்ணிய பொடியாகப் பொடித்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதனை 2 முதல் 3 கிராம் வரை நீரில் கொடுக்க கழிச்சலை உண்டாக்குவதுடன், இது சிறுநீரையும் பெருக்கும்.

3. நீர்முள்ளிப்பூ

செவ்வல்லிக்கிழங்கு
நெரிஞ்சில் வேர்
சிவதை வேர்
கடுக்காய்
நெல்லிக்காய்
தான்றிக்காய்

ஆகியவற்றைச் சமஅளவு எடுத்து நன்றாக உலர்த்தி பொடி செய்து தென்னைவட்டு சேர்த்துக் கொடுக்க வேண்டும்.

II குருதியின் வன்மையைப் பெருக்கும் மருந்துகள்

1. அயச்சம்பீரக் கற்பம் – ஒரு துண்டு இருவேளை தரலாம்
2. அயப்பிருங்க ராஜகற்பம் – சுண்டைக்காய் அளவு இருவேளை
3. அயப்பற்பம் – ஒரு அரிசி அளவு தேனில் தரலாம்
4. அயசெந்தூரம்
5. காந்தசெந்தூரம்

ஆகியவற்றை நோய் வன்மை, நோயாளியின் வன்மைக்கு ஏற்ப வழங்கலாம்.

III சிறுநீரைப் பெருக்கும் மருந்துகள்

வெடியுப்பு, நவாச்சாரம், நண்டுக்கல் பற்பம், குக்கில் பற்பம், படிகார பற்பம் ஆகியவற்றில் ஒன்றை நோயின் தேவைக்கேற்ப வழங்கலாம்.

உணவு

சிறுநீரைப் பெருக்கக் கூடியதாகவும், மலமிளக்கும் செய்கை உள்ளதாகவும், உடலின் குருதியைப் பெருக்கி உடலுக்கு வன்மை தரக்கூடியதாகவும் உணவு இருக்க வேண்டும்.

இருமுறை வடித்த சோறு, முள்ளங்கி, சிறுகீரை, நீர்முள்ளிப்பூ, பீர்க்கன், புடலை, கத்தரிப்பிஞ்சு, வெள்ளாட்டு ஈரல் ஆகியவற்றைத் தரலாம். உணவில் உப்பைக் குறைத்து அல்லது முழுவதுமாக நீக்கிப் பத்தியம் இருக்க வேண்டும்.

12

காமாலை

மரு. S. காந்திமதி

நமது நாட்டில் பரவலாகக் காணப்படும் நோய்களில் ஒன்று 'காமாலை' நோய் ஆகும். இந்நோய் கண்டவர்கள் உணவு, சுற்றுப்புறச்சூழல், உறவு என எதிலும் நாட்டமில்லாதவர்களாக இருப்பார்கள். காமாலை நோயானது மஞ்சள் நோய், மஞ்சக்காமாலை, காமிலம் எனப் பல பெயர்களில் வழங்கப்பெறுகிறது. இந்நோயில் கண்ணின் வெண்விழி, நகக்கண், சிறுநீர் ஆகியன மஞ்சள் நிறமடைந்து காணப்படும். நோய் முற்றிய நிலையில் உடல் முழுவதும் மஞ்சளித்துக் காணப்படுவதால் இது 'மஞ்சள் காமாலை' என்று குறிப்பிடப்பெறுகிறது. இது பாண்டு (Anaemia), சோபை (Dropsy) நோய்களால் வரும் தொடர் நோய் ஆகும்.

காமாலை நோய், பிறந்த குழந்தை முதல் அனைத்து வயதினரையும் தாக்கும் நோயாகும். இந்நோய் பல்வேறு காரணங்களால் உண்டாகிறது. சிலவகை காமாலை ("Hepatitis B") ஆட்கொல்லி நோய்க்கு (AIDS) ஈடாக கடுமையான விளைவுகளை ஏற்படுத்துவதால், இதற்குத் தனி முக்கியத்துவம் தரப்பட்டு பல்வேறு தடுப்பு முறைகள் நடைமுறைப்படுத்தப்பட்டு வருகின்றன.

நோய்க்கான காரணங்கள்

உடலில் பித்தக் குற்றத்தை அதிகரிக்கும் உணவு செயற்பாடுகளால் குருதியின் வலிமை கெட்டு, பித்தநீர் அதிகரித்து அது குருதியிலும், தோல்,

கண், நாக்கு, நகம் ஆகியவற்றிலும் தங்கி நோய் உண்டாகிறது. பித்தநீர் அதிகரித்து இரத்தத்தில் கலப்பதால் காமாலை 'பித்தநோய்' என்றும் குறிப்பிடப்பெறுகின்றது.

முழுவளர்ச்சி அடைந்த குழந்தைக்கு (Term Baby), இயல்பாகப் பிறந்த மூன்றாம் நாள் காமாலை உண்டாகிறது. இது சுகரண காமாலை (Physiological Jaundice) என்று குறிப்பிடப் பெறுவதாகும். இந்நோய் பிறந்த குழந்தைக்கு இரத்த சிவப்பணுக்கள் (RBC) அதிகமாக இருப்பதாலும், அது அதிகம் சிதைவடைவதாலும் உண்டாகிறது. இந்த சுகரண காமாலை இயல்பாகவே எந்தவித மருந்தும் இல்லாமல் பன்னிரண்டு முதல் பதினான்கு நாள்களில் மறைந்து விடுகிறது. குறை மாதத்தில் பிறக்கும் குழந்தைகளுக்கும் (Pre term baby) எடை குறைந்த குழந்தைகளுக்கும் (Low Birth Weight) இந்த இயல்பான சுகரண காமாலை உடனே தோன்றி சில நாள்பட்டு (15-20 days) மறைகிறது.

நம் உடலில் உள்ள மிகப்பெரிய சுரப்பியான கல்லீரல் பாதிக்கப்படுவதால் காமாலை நோய் உண்டாகிறது. நாம் உண்ணும் உணவின் வளர்சிதைமாற்றம் கல்லீரலில் நடைபெறுகிறது. உடலில் உள்ள அதிகப்படியான குருதி கல்லீரலில் தேக்கமடைகிறது. குருதியில் உள்ள இரத்த சிவப்பணுக்கள் (RBC's) சிதைவடைவதால் விளைபொருளாக பிலிரூபின் தோன்றுகிறது. இந்த மஞ்சள் நிறமுள்ள பிலிரூபின் இரத்தத்தில் அதிகரித்து உடலின் சில பாகங்களை மஞ்சள் நிறமாக மாற்றும் நோயே காமாலை எனப்படுவதாகும்.

இரத்த சிவப்பணுக்கள் சிதைவால் வெளிப்படும் பிலிரூபின் பிணையாத பிலிரூபினாக (Unconjugated Bilirubin) பிளாஸ்மாவில் உள்ள அல்புமின் என்ற புரதத்துடன் இணைந்து கல்லீரலை அடைகிறது. பின்னர் இது கல்லீரலில் உள்ள குளுக்ரோனிக் அமிலத்துடன் பிணைந்து, பிணைந்த பிலிரூபினாக (Conjugated Bilirubin) மாற்றமடைந்து விடுகிறது. இந்த இணைந்த பிலிரூபின் குடலுக்குச் சென்று செரிமானத்தில் பங்கு பெறுகிறது. பின் இது யூரோபிலினோஜனாக (Urobilinogen) சிறுநீரிலும், ஸ்டெர்கோபிலினோஜனாக (Sterogobilinogen) மலத்தின் மூலமும் வெளியேற்றப்படுகிறது. உடலில், பிணையாத பிலிரூபின் அதிகரித்தால் அது நரம்புமண்டலத்தைப் பாதிக்கிறது.

பிணைந்த பிலிரூபின் அதிகரித்தால் அது கல்லீரலைப் பாதிக்கிறது. பின்வரும் காரணங்களால் காமாலை நோய் உண்டாகும்.

1. கல்லீரல் நோய்த் தொற்று (Hepatitis)

உடலில் இயற்கையிலேயே நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி இன்மை, சுற்றுப்புறச்சூழல் சுகாதாரமின்மை, தூய்மையற்ற நீர், உணவு முதலியவற்றை உட்கொள்ளல் போன்ற காரணங்களால் கிருமிகளால் கல்லீரல் பாதிக்கப்படுகிறது. (Hepatitis 'A'). இதனையன்றி, கடுமையான விளைவுகளை ஏற்படுத்தும் சிலவகை நோய்த்தொற்றுகள் (Hepatitis 'B', 'C'), குருதி பரிமாற்றம் (Blood Transfusion), பச்சை குத்துதல், சுகாதாரமற்ற ஊசி மருந்துகளைப் பயன்படுத்துதல் ஆகிய காரணங்களாலும் காமாலை உண்டாகிறது.

2. பித்தநாள அடைப்பு (Biliary Obstruction)

பித்தப்பை பித்தநாளங்களில் கல் உருவாகும் போது அது பித்தநாளத்தில் (Bileduct) அடைப்பை உண்டாக்குகிறது. இந்நிலையில் பித்தநீர் முன்சிறுகுடலைச் சென்று (Dueodenum) அடைவதில்லை. இதனால் அதிகரித்த பிலிரூபின் குருதி ஓட்டத்துடன் கலந்து காமாலை நோய் உண்டாகிறது. இது தவிர கணையத்தின் தலைப் பகுதியில் (Head of the Pancreas) உருவாகும் நோய்கள், குடற்புழுக்கள் போன்றவற்றாலும் பித்தப்பாதையில் அடைப்பு ஏற்படுகின்றது.

3. நச்சுப் பொருள்களால் உண்டாகும் காமாலை

கற்பூரம், ஆர்சனிக், செம்பு, எரித்ரோமைசின், மஞ்சள் பாஸ்பரஸ் போன்றவற்றை மருந்துகள் மூலம் அதிக அளவில் உட்கொள்ளும்போதோ தெரியாமல் நேரடியாகக் குழந்தைகள் உட்கொள்ளும் போதோ (Accidental) காமாலை உண்டாகிறது.

4. மருந்துகளால் உண்டாகும் காமாலை

இரும்புச் சத்து உள்ள மருந்துகள், தங்கம் சேர்ந்த மருந்துகள், கொயனைன், சிலவகை எதிர் உயிரி மருந்துகளான சல்போனமைடு, சாலிசிலேட்ஸ், ரிஃபேம்பிசின் போன்ற மருந்துகளை அதிக அளவில் நீண்ட

நாள்கள் உட்கொள்ளும் போது, அவை ஈரலைத் தாபிதமடையச் செய்வதால் காமாலை ஏற்படுகிறது.

5. குருதிச் சிவப்பணுச் சிதைவு நோய்கள் (Haemolytic disease)

நாள்பட்ட மலேரியா, காலா சுவரம், சிலவகைப் புற்றுநோய்கள், அதற்குப் பயன்படுத்தும் மருந்துகள் ஆகியவற்றால் குருதியில் உள்ள செவ்விலங்கள் சிதைவடைந்து காமாலை நோய் உருவாகிறது.

6. சிலவகையான சுரநோய்கள்

குளிர்சுரம் போன்ற சில சுரநோய்களில் கல்லீரல் பெரிதும் வீக்கமடைந்து தாபிதமடைவதால் காமாலை உண்டாகிறது.

7. பிறவியிலேயே உண்டாகும் காமாலை

குழந்தை தாயின் வயிற்றில் இருக்கும் போதே பின்வரும் காரணங்களால் காமாலை உண்டாகிறது. இந்தக் காமாலை குழந்தை பிறந்த பின்னும் தொடர்ந்து நோய் தீவிரமடைகிறது.

1. பிறவியிலேயே குழந்தைக்கு ஏற்படும் பித்தநாள அடைப்பு (Congenital Biliary Atresia)
2. சிலவகை நொதிகளின் குறைபாடுகள் (G6PD deficiency). சிலவகையான நொதிகள் குறைவாகச் சுரப்பதினால் ஏற்படும் ‘கில்பெர்ட் சிண்ட்ரோம்’ (Gilbert’s Syndrome) என்ற நோயால் காமாலை பிறக்கும் போதே குழந்தைக்கு உண்டாகிறது.
3. தாயிடமிருந்து குழந்தைக்குக் கருவிலேயே பரவும் சிலவகை பால்வினை நோய்களால் (HIV, Hepatitis ‘B’) காமாலை உண்டாகிறது.
4. தாய் சேய் குருதிவகை மாறுபாடுகள் (Rh Incommbatibility)

இதில், மகவு தாயின் வயிற்றில் இருக்கும் போது மகவின் குருதிவகையும், தாயின் குருதிவகையும் வேறு வேறாக இருக்கும். இரண்டும் ஒன்றாகக் கலந்திட நேர்ந்தால் அதிகமான சிவப்பணுச் சிதைவு (RBC destruction) ஏற்பட்டு காமாலை உண்டாகும். இந்த வகையான காமாலை மகப்பேற்றிற்கு முன்போ மகப்பேறு (Delivery) நடைபெறும் பொழுதோ ஏற்படலாம்.

5. மரபு வழியாக ஏற்படும் குருதிச் சிவப்பணுச் சிதைவு நோய்கள் (Haemolytic disorders)

தாலாஸ்மியா (Thalassemia A & B) போன்ற நோய்களால் பிறவியிலேயே காமாலை நோய் உண்டாகிறது.

வளர்சிதை மாற்றக் கோளாறுகள் (Metabolic abnormalities) காரணமாக ஈரல் தாபிதமடைவதால் காமாலை உண்டாகிறது (Wilson's disease).

காமாலை நோய் முற்குறிகள்

- வாய்குமட்டல்
- நாக்கசப்பு
- உணவில் நாட்டமின்மை
- செரியாமை
- உடல் வறட்சி
- கண், நகக்கண், முகம் வெளுத்துக் காணப்படுதல்
- உடல் இளைத்தல்
- மலக்கட்டு
- பசியின்மை
- மிகத்தூக்கம்

பொது நோய்க்குறிகள்

நோயின் தொடக்கத்தில் முற்குறிகளைத் தொடர்ந்து சிறுநீர் மஞ்சளித்துக் காணப்படும். அதனையடுத்து மேல் வயிற்றில், வாய்குமட்டல், வாந்தி, சுரம், வயிற்றின் வல மேல்புறம் வலி, மென் தன்மை (Tenderness) ஆகியன காணப்படுகின்றன. இதனைத் தொடர்ந்து நாக்கின் அடிப்பாகம், கண், நகக்கண் மஞ்சளித்துக் காணப்படுதல், உடல் சோர்வு, உடலில் அரிப்பு போன்ற குறிநோய்கள் உண்டாகின்றன. நோய் நாள்பட்ட நிலையில் கல்லீரல் வீக்கமடைந்ததைத் (Hepatomegaly) தொடர்ந்து மண்ணீரல் வீக்கம் (Spleenomegaly) அடைகிறது.

மேலும் நோய் தீவிரமடையும் போது நாடி நடைதளர்தல், தூக்கமின்மை, எப்பொருளையும் பார்க்கும் போது மஞ்சள் நிறமாகக் காட்சியளித்தல், மயக்கம், உடல் ஊதல், விலாப்பக்கம் சூடாயிருத்தல், உடலில் குருதி குறைந்து உடல் சோர்தல், உள்நாக்கு, மூக்கில் புண் உண்டாதல், தொண்டைப்புண் ஆகிய நோய்க்குறிகள் காணப்படுகின்றன.

வகைப்பாடு

பாலர் மருத்துவ நூலாகிய பாலவாகடத்தில் காமாலை நோய் மூன்றாக வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. அவையாவன:

1. மஞ்சள் காமாலை
2. ஊது காமாலை
3. வரட்காமாலை

மேலும் பொது மருத்துவ நூலில் காமாலை பதின்மூன்றாக வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது.

1. மஞ்சள் காமாலையின் நோய்க்குறிகள்

இதில் கண், நா, சிறுநீர் மஞ்சள் நிறமடையும். மேலும் சுரம், வாந்தி, மயக்கம், உடல் ஊதல், மூக்கு நீர் பாய்தல், வயிற்றுவலி ஆகியன காணப்படுகின்றன.

2. ஊது காமாலையின் நோய்க்குறிகள்

- வயிறு, முகம், கை, கால் ஊதல்
- செரியாமை, வயிற்றுவலி
- சிறிது சிறிதாக சீதம் விழுதல்
- மயக்கம் உண்டாதல்
- கண், காது, உடம்பு வீங்கி வற்றுதல்
- நா புண்ணாதல்
- கை, கால் சோர்வு, சுரம் உண்டாதல்

3. வரட்காமாலையின் நோய்க்குறிகள்

கை, கால், உடல் முழுதும் வறண்டு உலர்ந்து காணப்படுதல், கண்கள் பச்சை நிறமடைதல், நீர்வேட்கை, சிறுநீர் சரிவர வெளிப்படாமை, மலக்கட்டு ஆகியன காணப்படுகின்றன. மேலும் இதில் நீர் கழியும்போது நீர்ப்புழை எரிச்சலாதல், சுவையறியாமை, உடல் முழுதும் அரிப்பு, நாக்கு புளித்தல், உடல் குளிர்தல் போன்றவையும் காணப்படுகின்றன.

அசாத்திய நோய்க்குறிகள்

- விக்கல், மயக்கம்
- உடல் முழுதும் கழற்சிக்காய் போல் ஆதல்
- சீதக்கழிச்சல்
- சிறுநீர் மஞ்சளித்து குழம்பு போல் வெளியேறுதல்
- பிணம் போல் அசையாமல் இருத்தல்
- உடல் முழுதும் வீக்கம்

போன்ற குறிகுணங்கள் எந்தவகை காமாலை நோயில் காணப்பட்டாலும் அந்த நோய் தீருவது அரிதாகும்.

முக்குற்ற வேறுபாடுகள்

முக்குற்றத்தில் அழல் குற்றம் அதிகரித்து ஐயக்குற்றமும் கெட்டு பரவுகால் கேடடைந்து குருதியின் வலிமை குறைந்து காமாலை நோய் உண்டாகிறது. இதன் காரணமாக வலப்பாட்டீரல் செயல் கெட்டு (Liver) பித்தநீர் தன் இயற்கை வழியில் செல்லாமல் குருதியுடன் கலந்து காமாலை நோய் உண்டாகிறது.

நாடிநடை

"பண்பான பித்தத்தில் சேத்துமநாடி
....
கண்காது நயனமலம் நீரு மஞ்சள்
கணவயிறு பொருமல் மஞ்சள்நோய் கண்ணோவு
....

– பித்தஐயநாடி

நோயில் கேடடையும் குற்றங்களால் பித்தகபநாடி காமாலை நோயில் காணப்படுகிறது.

மருத்துவம்

"வமனத்தால் பித்தம் தாழும்" என்ற கூற்றின்படி அதிகரித்த அழல் குற்றத்தை தன்னிலைப்படுத்த 'வாந்தி' செய்விக்க வேண்டும். இந்நோயில் பித்தநீர் அதிகரித்து குருதியும் கேடடைந்து இருப்பதால் வாந்தி எடுக்கவைத்துப் பின் கழிச்சலை உண்டாக்கவும் தக்க மருந்துகளைத் தர வேண்டும். இவை தவிர மிகுந்துள்ள பித்தநீரை வெளிப்படுத்தவும், குருதியின் வலிமையைப் பெருக்கவும் மருந்துகளை வழங்க வேண்டும். வாந்தி, கழிச்சல் மருந்துகளை நோயின் வலிமை, நோயாளியின் உடல்நிலை ஆகியவற்றைப் பொறுத்து வழங்குதல் வேண்டும்.

குருதியின் வலிமையைப் பெருக்க அயன்சத்துள்ள (இரும்புச்சத்து) மருந்துகளை வழங்கவேண்டும். அதிகரித்த பித்தநீரை வெளியேற்ற சிறுநீரைப் பெருக்கும் செயற்பாடுகளையுடைய மருந்துகளை வழங்க வேண்டும். ஈரல் பாதிக்கப்பட்டுள்ளதால் ஈரல்தேற்றி மருந்துகளை வழங்க வேண்டும். மேலும் காமாலை நோயில் பசித்தீ குறைந்துள்ளதால் பசியைத் தூண்டும் மருந்துகளை வழங்க வேண்டும்.

1. கீழாநெல்லிக் குடிநீர்

கீழாநெல்லி, கொன்றை, வேம்பு, நெல்லிவற்றல், மரமஞ்சள், கறிமஞ்சள், கடுகு ஆகியவற்றை 35 கிராம் எடுத்து எட்டு பாகம் நீர் சேர்த்து எட்டில் ஒன்றாய் குறுக்கி குடிநீர் செய்து 15 மி.லி. முதல் 30 மி.லி. வரை காலை, மாலை இருவேளை தரவேண்டும். இதனால் வாந்தி உண்டாகும்.

2. கீழாநெல்லிச்சாறு

கீழாநெல்லிச்சாறு 165 மி.லி. எடுத்து, அதனுடன் நோயின் தன்மை, நோயாளியின் தன்மைக்கு ஏற்ப பேதியுப்பைச் சேர்த்துச் சிறுதீயில் எரித்து உப்பு கரைந்தபின் வடிகட்டி 10 மி.லி. முதல் 20 மி.லி. வரை அதிகாலை வெறும்வயிற்றில் தரவேண்டும். இதனால் வாந்தி, கழிச்சல் உண்டாகி அதிகரித்த பித்தநீர் கழியும்.

3. கீழாநெல்லி கற்கம்–1

கீழாநெல்லி, வால்மிளகு, ஏலரிசி, சீரகம் ஆகியவற்றைச் சேர்த்து கற்கமாக அரைத்து, அதைப் பசும்பால் அல்லது மோருடன் 25 கிராம் அளவு காலை, மாலை இருவேளை உணவிற்குச் சற்றுமுன் தரவேண்டும்.

4. கீழாநெல்லி கற்கம் – 2

கீழாநெல்லி சமூலம், மணத்தக்காளி ஆகிய இரண்டையும் சமஅளவு எடுத்து அரைத்துக் கற்கம் செய்து 5 கிராம் முதல் 10 கிராம் வரை காலை பசுவின் தயிரில் சேர்த்துத் தர மஞ்சள் காமாலை தீரும். இதைத் தொடர்ந்து மூன்று நாள்கள் வழங்க வேண்டும்.

5. வெள்ளைச் சாரணை

வெள்ளைச் சாரணை வேரை நீர்விட்டரைத்து 5 கிராம் முதல் 10 கிராம் வரை பசுவின் தயிரில் காலை தரலாம்.

6. அதிமதுரக்கற்கம்

அதிமதுரம், சங்கன் வேர் ஆகிய இரண்டையும் சமஎடை எடுத்து, பழச்சாறுவிட்டரைத்து அதைப் பசும் பாலில் கலந்து காலை, மாலை இருவேளை கொடுக்க வேண்டும்.

7. அயக்கற்கம்

அயப்பொடி, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி ஒவ்வொன்றிலும் 15 கிராம் எடுத்து, பூண்டு 24 கிராம் சேர்த்து பழச்சாறு விட்டரைத்து ஒன்றுக்கு எலுமிச்சைக்காய் அளவு மூன்று நாள்கள் தொடர்ந்து காலையில் தர காமாலை தீரும்.

8. கரிகாலைக் கற்கம்

மஞ்சள் கரிசலாங்கண்ணி, கீழாநெல்லி சமூலம் இரண்டையும் சுத்தம் செய்து நீர்விட்டரைத்து எலுமிச்சை அளவு பசுவின் மோரில் கலந்து காலை வெறும்வயிற்றில் தரவேண்டும். இவ்வாறு மூன்று முதல் ஐந்து நாள்களுக்கு வழங்கலாம்.

9. மண்டூராதி அடைக் குடிநீர்

சுத்தித்த மண்டூரம்	– 280 கிராம்
மாவிலை நீர்முள்ளி கீழாநெல்லி கரிசாலை	ஒவ்வொன்றிலும் 175 கிராம்
நற்சீரகம்	– 35 கிராம்

மேலே குறிப்பிடப்பெற்றவாறு சரக்குகளை எடுத்து இடித்து அதனுடன் 10 பங்கு நீர் சேர்த்து எட்டில் ஒன்றாகச் சுருக்கி குடிநீர் செய்து 20 மி.லி. முதல் 50 மி.லி. வரை காலை, மாலை இருவேளை தரலாம். இந்தக் குடிநீரில் உள்ள மண்டூரத்தால் குருதியின் வலிமை அதிகரிக்கிறது. நீர்முள்ளி சேர்வதால் அதிகரித்த பித்தநீர் வெளியேறுகிறது.

10. மண்டூராதி சூரணம்

கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி ஆகியவற்றைச் சமஎடை எடுத்து அதனுடன் மண்டூரம் 12 கிராம் சேர்த்து இடித்துச் சூரணம் செய்யவேண்டும். இதனை 500 மி.கிராம் முதல் ஒரு கிராம் வரை தேனில் கலந்து இருவேளை வழங்கலாம்.

11. அன்னபேதி செந்தூரம்

சுத்தித்த அன்னபேதியைக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து பழச்சாறு விட்டரைத்து 6 மணிநேரம் அரைத்து வில்லை தட்டி சீலை செய்து உலர்த்தி புடமிட்டு செந்தூரம் செய்ய வேண்டும். இதனைத் தனியாகத் தேனுடன் அல்லது பிற மருந்துகளுடன் சேர்த்துத் தர குருதியின் வலிமை பெருகும்.

12. சாந்த சந்திரோதயம்

வெங்காரம் – ½ பலம், இரசக்கற்பூரம் – 1 பலம், கப்பு மஞ்சள் – 3 பலம் ஆகியவற்றைப் பழச்சாறு விட்டரைத்து மிளகளவு மாத்திரைகள் செய்து உலர்த்தி எடுக்கவும். இதனைக் காலை, மாலை இருவேளை தேனில் தரலாம்.

13. ஊது காமாலைக்குக் கிட்டக் கற்கம்

கிட்டம், இரும்புப்பொடி, வெள்வெங்காயம், முருங்கை இலை, கரிசாலை, தேங்காய் ஆகியவற்றை சமஎடை எடுத்து இளநீர் விட்டரைத்து 2 கிராம்

முதல் 3 கிராம் வரை காலை, மாலை தர ஊதுகாமாலை, மஞ்சட்காமாலை, வரட்காமாலை ஆகியன தீரும்.

14. முடக்கற்றான் குடிநீர்

முடக்கற்றான் வேர், பிரமி வழுக்கை, நீர்ச்சுண்டி, சுக்கு, சங்கன்குப்பி, சிறுகண்டங்கத்தரி ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 5 கிராம் எடுத்து 335 மி.லி. நீர்சேர்த்து 80 மி.லி.யாகக் குறுக்கி காலை, மாலை 20 மி.லி. முதல் 30 மி.லி. வரை தர ஊதுகாமாலை தீரும்.

15. வரட்காமாலைக்கு மணத்தக்காளிக் கற்கம்

மணத்தக்காளி, கீழாநெல்லி சமூலம் ஆகிய இரண்டையும் சமஎடை எடுத்து அரைத்து எலுமிச்சை அளவு எருமைத் தயிரில் கலந்து தர வரட்காமாலை தீரும்.

16. பிற மருந்து வகைகள்

1 சிலாசத்து பற்பம், குக்கில் பற்பம், வெடியுப்பு சுண்ணம், நீர்முள்ளிக் குடிநீர்

போன்ற மருந்துகளை வழங்குவதால் சிறுநீர் அதிகம் வெளிப்பட்டு அதனுடன் அதிகரித்த பித்தநீர் வெளியேறுகிறது.

2. அயச்செந்தூரம், வெடி அன்னபேதி, லோக மண்டூரச் செந்தூரம், காந்த செந்தூரம், அயப்பற்பம் போன்ற மருந்துகளை வழங்குவதால் குருதியின் வன்மை அதிகரிக்கிறது.

3. பஞ்சதீபாக்கினிச் சூரணம், ஏலாதிச் சூரணம், சீரகச் சூரணம். திரிகடுகு சூரணம், அமுக்கரா சூரணம் ஆகியவற்றைத் தர பசித்தீ பெருகி உடலுக்கு வலிமை உண்டாகும்.

4. கரிசாலைச் சூரணம், கரிசாலை வேரை நன்கு கழுவி உலர்த்தி சூரணம் செய்து அதை ஒன்று முதல் இரண்டு கிராம் வரை தினம் மூன்று வேளை பசுவின் மோரில் வழங்கலாம்.

5. மஞ்சளைச் சுட்டு அதன் சாம்பலை நீரில் கலந்து தரலாம்.

6. காட்டு ஏலக்காயைக் குடிநீர் செய்து 25 மி.லி. வரை காலை, மாலை இருவேளை கொடுக்கலாம்.
7. பப்பாளிக்காயை உப்பில் இட்டு உலர்த்தி, பொடி செய்து 500 மி.கி. முதல் ஒரு கிராம் வரை தேனில் கொடுக்கலாம்.
8. இஞ்சிச்சாற்றைச் சிறிது பனைவெல்லத்துடன் சேர்த்துச் சுரசம் செய்து 20 மி.லி. காலை, மாலை இருவேளை 10 நாள்கள் வரை வழங்கலாம்.
9. இந்துப்பு சூரணம் 500 மி.கி. முதல் ஒரு கிராம் வரை வெந்நீரில் தர பசித்தீ அதிகரிக்கும்.
10. நெருஞ்சில் சூரணத்துடன் (1கிராம்) அயச்செந்தூரம் 100 மி.கி. முதல் 200 மி.கி. கலந்து தினமும் இருவேளை தரலாம்.

உணவு வகைகள்

குழந்தைகளுக்கு எளிதில் செரிக்கக்கூடிய இட்லி, கஞ்சி, பழச்சாறு ஆகிய உணவு வகைகளைத் தரவேண்டும். இளநீர், கரும்புச்சாறு, பார்லிக் கஞ்சி, இஞ்சிசுரசம், நீர் ஆகியவற்றை அதிகம் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். எண்ணெய், நெய் சேர்ந்த உணவு வகைகளை நீக்க வேண்டும்.

ஆகாப்பொருள்கள்

- அதிகமான உப்பு, புளிப்பு, காரம், பாகற்காய், அகத்திக்கீரை, மீன், கருவாடு, கோழிக்கறி, இறைச்சி வகை, முட்டை, வெண்ணெய் போன்ற உணவு வகைகளை காமாலை நோயின் போது தவிர்க்க வேண்டும்.

துணை நூல்கள் (Reference)

பாலவாகடம் – மரு.பொன்.குருசிரோன்மணி
பிள்ளைப்பிணிமருத்துவம்
சித்த வைத்தியத்திரட்டு
நோய் நாடல் நோய் முதல் நாடல் – முதல் பாகம்
அகத்தியர் பாலவாகடம்
குணபாடம் – மூலிகை, தாது வகுப்பு

13

கழிச்சல் நோய்

மரு. T. K. கல்யாணசுந்தரம்

குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் வயிற்றுப்போக்கு பிறந்த குழந்தை முதல் மூன்று வயது வரை அதிக அளவில் உண்டாகும் நோய்களில் ஒன்றாகும். இது குழந்தைகளுக்குத் திடீரென உண்டாகும் நோய்களில் ஒன்று. கழிச்சல் நோயின் காரணமாகப் பல்வேறு பாதிப்புகள் குழந்தைகளுக்கு உண்டாகின்றன. கழிச்சல் நோய்க் குறிகள் குழந்தையின் வயது, உடல்தன்மை, ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடுகள், பழக்கவழக்கங்கள், சுற்றுப்புறச் சூழல் ஆகியவற்றைப் பொறுத்து மாறுபடுவனவாகும். குழந்தைப் பருவத்தில் நீர்ச்சத்து உடலில் அதிகம் காணப்படும். கழிச்சல் நோயால் திடீரென உடலில் உள்ள நீர்ச்சத்து குறைவதன் காரணமாகக் குழந்தைகளுக்குப் பேராபத்து உண்டாகிறது. சித்த மருத்துவத்தில் கழிச்சல் நோய் தோடம், மாந்தம், கணம் போன்ற நோய்களில் மிகவும் அதிகமாகக் காணப்படுகின்றன. மேலும் இந்நோய் அதிசாரம், நீர்ப்பேதி, நிணக்கழிச்சல், சீதபேதி, காலரா போன்ற பல்வேறு பெயர்களால் அழைக்கப்படுகிறது.

நோயின் தன்மை

உண்ட உணவு செரித்தும், செரியாததுமாய்க் கழியும். இந்நோயால் குடல் வெதும்பி இருப்பதால் உண்ட உணவு அங்கு தங்க முடியாமல் உடனே கழிந்து விடுகிறது. இதன் காரணமாக உடலின் ஊட்டம் குறைந்து உடல் மெலிதல், அதிகத் தாகம் போன்ற நோய்க்குறிகள் உண்டாகின்றன. உணவின் சாரத்தை உடலுக்கு அளிக்காத காரணத்தால் இந்நோய் அதிசாரம் என்று குறிப்பிடப்பெறுகிறது. இந்நோயில் மலமும், நீரும் தாமரை இலைநீர் போல்

குடலில் ஒட்டாதபடி வெளிப்படும். சில சமயங்களில் கிருமிகளின் தாக்கம் காரணமாகக் குடலில் பாதிப்பு ஏற்பட்டு வயிற்று வலியுடன் மலம் கழிதல், மலத்துடன் குருதிப்போக்கு காணல் போன்ற நோய்க்குறிகள் ஏற்படும்.

நோய் ஏற்படக் காரணங்கள்

- பெரும்பாலும் கழிச்சல்நோய் உண்ணும், உணவு, நீர் மூலமே சுகாதாரமற்ற சூழ்நிலையில் பரவுகிறது.
- இளம் குழந்தைகளுக்கு (New born) பறவைகள், தாய்தந்தையரின் சுகாதாரமின்மை, குழந்தை அருவருப்படைதல் போன்ற காரணங்களால் நோய் ஏற்பட்டு அதனைத் தொடர்ந்து கழிச்சல் ஏற்படும்.
- தாய்ப் பாலூட்டும் காலத்தில் தனக்கு ஒவ்வாத உணவு வகைகளை உட்கொண்டு, குழந்தைகளுக்குப் பாலூட்டும் போது தாய்க்கு ஏற்பட்டுள்ள மாந்தத்தால் கழிச்சல் ஏற்படும்.
- குழந்தைகளுக்கு மூன்று முதல் ஏழு வயது வரையில் கணைநோய் ஏற்பட்டு, அதனைத் தொடர்ந்து கழிச்சல் ஏற்படும்.
- வயிற்றுப் புழுக்கள் (Worm Infestation) காரணமாகவும் குழந்தைகளுக்கு கழிச்சல் நோய் உண்டாகும்.
- கோடைக் காலங்களில் அழல் பாதிப்பு அதிகப்படும் போது கிருமிகள் எளிதில் பெருக்கம் அடைவதால் எளிதில் கழிச்சல் உண்டாகிறது. இதில் காலவன்மை காரணமாக உடல்வலிமை மிகவும் பாதிக்கப்பட்டு நீர் இழப்பு ஏற்படும்.
- ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடு காரணமாகக் கழிச்சல் உண்டாகலாம்.
- உடலில் நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி குறைவதன் மூலமும் கழிச்சல் ஏற்படும்.
- சில சமயங்களில் வயிற்றுப்போக்கு அடிக்கடி ஏற்பட்டு உடல் ஊட்டம் குறையும். இந்நிலையில் மேலும் உணவுகளை அதிகம் உண்பதால் மந்தநிலை ஏற்பட்டு வயிற்றுப்போக்கு ஏற்படும்.
- சில சமயங்களில், குழந்தைகளுக்கு முதன்மை உணவான பால் ஒத்துக்கொள்ளாத நிலையில் வயிற்றுப்போக்கு ஏற்படும்
- சில பிறவிக் குறைபாட்டு நோய்களில் கழிச்சல் உண்டாகிறது.
- குடலில் உள்ள என்சைம் (Enzyme) குறைபாடு காரணமாகவும் கழிச்சல் ஏற்படுகிறது.

- குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்கப்படும் உணவுகளில் அமைந்த நச்சுத் தன்மை ஏற்படுதல் (எ.கா.) உணவு மையங்களில் ஏற்படும் எதிர்பாராத நச்சுத்தன்மைகள்.
- குழந்தைகளுக்குப் பால் புகட்டப் பயன்படுத்தும் பொருள்களின் காரணமாகக் (Poor Hygienic) கழிச்சல் ஏற்படலாம். (எ.கா) பாலடை, பால்புட்டி, ரப்பர்
- குழந்தைகள் தங்கள் சுகாதாரத்தைக் (Personal Hygienic) கடைபிடிக்காத நிலையில் கழிச்சல் ஏற்படலாம் (எ.கா) கைகளைச் சரிவர கழுவாத நிலையில் உண்ணல்.
- அசுத்தமான நீரைப் பருகுதல் போன்றவற்றால் கழிச்சல் உண்டாகிறது.

நோய் வகைகள்

1. தோடக் கழிச்சல்
2. மாந்தக் கழிச்சல்
3. கணக் கழிச்சல்
4. ஆமக்கழிச்சல்
5. பால் ஒவ்வாமை

எனக் கழிச்சல் நோய் ஐந்து வகைப்படும்.

1. தோடக் கழிச்சல்

இளம் குழந்தைகளுக்கு (Newborn) புள்ளினம் (பறவை) வழியாகக் கழிச்சல் நோய் ஏற்படுகிறது. பறவைகளின் வழியாகக் கிருமிகள் குழந்தைகளைத் தாக்கி இதன் காரணமாகக் கழிச்சல் நோய் உண்டாகிறது. குறிப்பாக ரோட்டோவைரஸ் (Rotovirus) கிருமிகள் இதில் முதலிடம் வகிக்கின்றன. சிறு குழந்தைகளை அதிகாலை நேரங்களில் அல்லது முன்மாலைப் பொழுதில் வெளியே எடுத்துச் செல்லும் போது நோய்கண்ட பறவைகளின் மலத்தின் வழியாகவும் காற்று மூலமும் இந்த ரோட்டோ வைரஸ் கிருமிகள் குழந்தைகளைத் தாக்குகின்றன. மேலும் குழந்தைகளின் ஆடைகளை உலர்த்தும் போதும் வைரஸ் கிருமிகள் தொற்றுகின்றன. இவ் வகைக் கழிச்சல் நோயில் நோய்க்குறிகள் மிகவும் தீவிரமடைந்து காணப்படும்.

நோய்க்குறிகள்

- வாந்தி
- பால்குடியாமை
- குழந்தை அழுதவாறு இருத்தல்
- மலம் நீர் போல் அதிகம் வெளிப்படுதல்
- உடல் எடைக் குறைவு
- கண்கள் குழிவிழுதல்
- இளம் குழந்தைகளில் முன் உச்சந்தலை குழி விழுந்து காணப்படுதல் (Depressed Anterior Fontentlle)
- வாய் மற்றும் உடல் வறண்டு காணப்படுதல்
- நீர் இழப்புக் குறிகுணங்கள் (Dehydration Signs)

இந்த நோய்க்குட்பட்ட இளம் குழந்தைகளை மிகவும் கவனமாகக் கையாள வேண்டும்.

2. மாந்தக் கழிச்சல்

ஒரு வயது முதல் மூன்று வயது வரையிலான குழந்தைகளுக்குத் தாயின் உணவு வேறுபாடுகள் காரணமாகக் கழிச்சல் ஏற்படும். மேலும் குழந்தைகளுக்கு எளிதில் செரிக்காத உணவு வகைகளைக் கொடுப்பதால் வயிற்றில் மந்தம் ஏற்பட்டுக் கழிச்சல் ஏற்படும். பாலூட்டும் காலங்களில் தாய் ஒவ்வாத உணவு வகைகளை உண்பதால், பாலூட்டும் போது அது குழந்தைக்கும் ஒவ்வாமையை உண்டாக்குகிறது. தொடர்ந்து உண்டாகும் கழிச்சலின் காரணமாகக் குழந்தையின் உடல், உள்ளம் இரண்டும் பாதிக்கப்படும்.

நோய்க்குறிகள்

வயிற்று வலி
வயிற்று வீக்கம்
அடிக்கடி நீருடன் நுரை சேர்ந்து கழிதல்
உடல் சோர்வு
வாந்தி
சுரம் காய்தல்
கை, கால்கள் குளிர்ந்து காணப்படுதல்
பசியின்மை

3. கணக்கழிச்சல்

இந்நோய் மாந்த நோயின் தொடர் நோயாக ஏற்படும். இது குழந்தைகளின் ஏழு வயது வரை தொடரும். தாய்க்கு அதிக துயரம், அதிகப்பசி இருக்கும் போது தாய்ப்பால் அருந்துவதால் கணைநோய் ஏற்பட்டுக் கழிச்சல் உண்டாகிறது. குழந்தைகளுக்கு அதிகரிக்கும் உடல் வெப்பம் காரணமாக கப பாதிப்பும் அதிகரித்து கணச்சூடு ஏற்பட்டுக் கழிச்சல் ஏற்படும். இதில் வெளிப்படும் மலமானது சீதமாகவும், கெட்டுப் போன பால் போன்றும், கறித்தண்ணீர் போலவும் காணப்படும்.

4. ஆமக் கழிச்சல்

இரைப்பையில் கபம் அதிகரித்து, உடல் வெப்பம் மிகுந்து கழிச்சல் உண்டாகிறது. கிருமிகளின் தாக்கம் காரணமாக குடல் சீதம் அதிகரித்துக் காணும். இதனால் உடல் வெப்பம் அதிகரிக்கும். இது சுரநோய்க்குத் துணை நோயாக ஏற்படும். இத்தொடர்பிலான நோய்க்குறிகள் டைபாய்டு நோய்க்குறிகளை ஒத்துக் காணப்படும். ஆமக்கழிச்சலில் சிறுகுடல் அதிகம் பாதிக்கப்படுகிறது.

5. பால் ஒவ்வாமையால் ஏற்படும் கழிச்சல்

பாலில் உள்ள லாக்டோஸ் (Lactose) சர்க்கரை ஒத்துக்கொள்ளாத நிலையில் இது குடலில் செரிக்காமல் கழிச்சலை உண்டாக்குகிறது. இவ்வகையான கழிச்சல் நோய்க்கு ஆளான குழந்தைகளுக்கு ஒவ்வாத பால் வகைகளைத் தரக் கூடாது. இந் நோய்க்காட்பட்ட குழந்தைகளின் மலத்தில் pH அளவு மிகவும் குறைந்து காணப்படும். மேலும் மலத்தில் லாக்டோஸ் சர்க்கரை காணப்படும். இந்நோய் ஏற்பட்டுள்ள போது லாக்டோஸ் இல்லாத பால்பவுடர் (Lactose Free diet) போன்ற உணவு வகைகளை வழங்க வேண்டும்.

பொது நோய்க் குறிகள்

- வயிற்று வீக்கம்
- நீர்போல் கழிதல்
- வாந்தி
- பால் உண்ணாமை
- அதிக தாகம்
- சுரம்

- முன்உச்சந்தலை குழிவிழுதல்
- கண் குழிவிழுந்து காணப்படுதல்
- உடல் சோர்வு
- உணவில் வெறுப்பு
- புளித்தேப்பம்
- கை, கால் சில்லிட்டுக் காணப்படுதல்
- நாவறட்சி
- வாய்குமட்டல்
- தோலில் (Skin turgor) மீட்சி குறைந்து காணப்படுதல்.

பாதிப்பு வேறுபாடுகள்

உணவாதி செயல்களின் வேறுபாடுகளால் பாதிப்புகள் தன்னிலை மாறுபட்டு உதானவாயுவைப் பாதிக்கச் செய்து, அதன் காரணமாகக் கழிச்சல் உண்டாகிறது. இதன் காரணமாக உடற் கட்டுகளில் சாரம் மற்றும் செந்நீர் பாதிக்கப்படுகிறது.

நாடிநடை

சிறப்பான வாதத்தில் உஷ்ணம்தானே சேர்ந்தால் அதிசாரம்
தழைப்பான பித்தத்தில் உஷ்ணம் சேர்ந்தால் அதிசாரம்

கழிச்சல் நோயில் பித்தநாடி, வாத நாடி ஆகியன காணப்படுகின்றன.

மருத்துவம்

- தன்னிலை திரிந்த பாதிப்புகளைத் தன்னிலைப் படுத்தவும், கேடடைந்த மேல் நோக்குங்கால், கீழ்நோக்குங்கால் ஆகியவற்றைச் சமநிலைப்படுத்தவும் மருந்துகளை வழங்க வேண்டும்.
- பசித்தீயைத் தூண்டும் மருந்து அளித்து, பாதிப்புகளைச் சமநிலைப்படுத்த வேண்டும்.
- உடல் வலிமையை அதிகரிக்கும் மருந்து வகைகளை வழங்குதல் வேண்டும்.
- உடலில் நீர்ச்சத்து (Hydration) குறைவாக இருப்பின் நீர் இழப்பைச் சரிசெய்வதற்கான மருந்து மற்றும் உணவு வகைகளை வழங்குதல் வேண்டும்.

1. தயிர்ச் சுண்டி சூரணம்

இந்துப்பு	– 1 பங்கு
வளையலுப்பு	– 1 பங்கு
பூநீறு	– 1 பங்கு
சோற்றுப்பு	– 1 பங்கு
கல்லுப்பு	– 1 பங்கு
தோல் நீக்கிய சுக்கு	– 5 பங்கு
புளித்த தயிர்	– 40 பங்கு

மேற்கண்டவற்றுள் முதல் ஆறையும் புளித்த தயிரில் நன்கு மூழ்குமாறு ஊறவைத்துச் சூரிய ஒளியில் காய வைக்கவும். அதன்பின் அதனை நன்கு அரைத்து சலித்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

அளவு: 500 மி.கி. முதல் ஒரு கிராம் வரை

அனுபானம்

மோர் அல்லது வெந்நீரில் கலந்து தர வேண்டும். இதனால் உடலில் குறைந்துள்ள உப்புச் சத்துக்கள் சமநிலை அடையும்.

2. கொடிபவளப் பற்பம்

கொடி பவளம் – 1 பங்கு

இலந்தை இலை கற்கம் – தேவையான அளவு

இலந்தை இலையைக் கற்கமாக அரைத்து கொடிபவளத்தைச் சுற்றிக் கவசம் செய்து புடம் போடவும். புடமிட்டபின் அதனைச் சிறிது பசும்பால் விட்டு சூரிய ஒளியில் வைத்து பின் பொடித்துப் பற்பம் செய்ய வேண்டும்.

அளவு: 30 மி.லி. முதல் 100 மி.கிராம் வரை.

அனுபானம்

நெய், வெண்ணெய், நீரில் கலந்துதர கழிச்சல் மற்றும் அதனுடன் வெளிப்படும் குருதிப்போக்கு ஆகியன குறையும்.

3. மரமஞ்சள் குடிநீர்

மரமஞ்சள், மஞ்சள், அதிமதுரம், வில்வம்பழம், வெட்பாலை அரிசி ஆகியவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் 8 கிராம் எடுத்து 3 லிட்டர் நீர்விட்டு எட்டில் ஒரு பாகமாகக் காய்ச்சி அதில் அதிவிடயத்தூளைக் கலந்து 20 மி.லி. முதல் 60 மி.லி. வரை நோயின் தன்மைக்கு ஏற்ப வழங்க வேண்டும்.

4. பஞ்சலவணக் கருப்பு

கழிச்சல் நோய்க்கு இம்மருந்தை மிகக் குறைந்த அளவில் வழங்குதல் வேண்டும். இந்த மருந்து ஐந்து வகையான உப்புகளால் செய்யப்பட்ட காரணத்தால் இம்மருந்தை 20 மி.கி. முதல் 50 மி.கி. வரை வழங்கும் போது உடலில் நீர் இழப்புக்கான நோய்க்குறிகள் (Dehydration) நீங்கும். வயிறு உப்புசம் தீரும்.

5. அன்னப் பொடி

கறிவேப்பிலை, சுக்கு, ஓமம், திப்பிலி, மிளகு, சீரகம், பெருங்காயம், வால்மிளகு போன்றவற்றைச் சேர்த்துத் தயாரிக்கப்படும் அன்னப்பொடியை உணவுடன் பிசைந்து சாப்பிட வயிறு மந்தம் நீங்கி நல்ல பசித்தீ உண்டாகும்.

6. சுண்டை வற்றல் சூரணம்

இதனை 100 மி.கி. முதல் ஒரு கிராம் வரை குழந்தையின் வயது மற்றும் நோய்த் தன்மைக்கு ஏற்ப வழங்க வேண்டும். இதனால் குடலில் உள்ள கிருமிகள் அழியும். அதன் காரணமாக, கழிச்சல் நோய் தீரும்.

7. மாதுளம் பழத்தோல், சுக்கு, தேன் கலந்து குடிநீர் தயாரித்து 30 மி.லி. முதல் 60 மி.லி. வரை தர, கழிச்சல் தீரும்.

8. அதிவிடயச் சூரணத்தைத் தேனில் கலந்து 300 மி.கி. முதல் ஒரு கிராம் வரை கொடுக்கக் கழிச்சல் தீரும்.

9. மாதுளம் பிஞ்சு, அதிவிடயம், கோரைக் கிழங்கு, பெருமரத்தூள், சுக்கு, விளாங்காய் சதை ஆகியவற்றைச் சேர்த்துக் குடிநீர் தயாரித்துக் கொடுக்க அதிசாரத்துடன் கூடிய சுரம் தீரும்.

10. கீழாநெல்லிவேர் கற்கம்

கீழாநெல்லி வேரை 4 கிராம் எடுத்து தாய்ப்பால் விட்டு அரைத்து வேளைக்கு ஒரு சங்களவு கொடுக்கக் கழிச்சல் தீரும்.

11. நல்வேளைச்சாறு

நல்வேளையிலை, நாய்வேளை இலை, வேலிப்பருத்தி இலை, குப்பைமேனி இலை, வசம்பு, அகத்திப் பருப்பு, பூண்டு ஆகியவற்றின் சாறுகளை சமஎடை எடுத்து ஒன்றாய்ச் சேர்த்து நோயின்தன்மைக்கு ஏற்ப உள்ளுக்குக் கொடுத்து மேலுக்கும் துவாலை இட மாந்தக் கழிச்சல் தீரும்.

12. உப்பிலி நெய்

நறுக்கிய உப்பிலாங்கொடி 100 கிராம் எடுத்து அதனுடன் 100 கிராம் பசுநெய் சேர்த்து ஒரு மண்சட்டியில் இட்டு 12 மணி நேரம் கதிர்புடம் வைத்து வேளைக்கு ஒரு கரண்டி வீதம் தர கழிச்சல் நோய் தீரும்.

13. அதிவிடய மாத்திரையை எருமைத் தயிரில் கொடுக்கக் கழிச்சல் தீரும்.

14. இலந்தைக் குடிநீர்

இலந்தை ஈர்க்கு, நாரத்தை ஈர்க்கு, புளி ஈர்க்கு, நெல்லி ஈர்க்கு, கணப்பூண்டு ஆகியவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் 45 கிராம் எடுத்து எட்டு பங்கு நீர்விட்டு, எட்டில் ஒன்றாகச் சுருக்கிக் குடிநீர் தயாரித்துக் கொடுத்துவர கணைக்கழிச்சல் தீரும்.

15. நெல்லிக் குடிநீர்

நெல்லிப்பட்டை, மாம்பட்டை, அரசம்பட்டை, பருத்திக் கொட்டை, பருத்திப்பிஞ்சு, அத்திப்பட்டை, அத்தித்தளிர் ஆகியவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் 4 கிராம் வீதம் எடுத்துச் சிதைத்து 2 படி (2.6 லி.) நீர்விட்டுக் கால் படியாகச் (335 மி.லி.) சுருக்கி இருவேளை ஒரு சங்களவு கொடுக்க வாந்தியுடன் கூடிய கழிச்சல் தீரும்.

16. குன்றிக் கற்கம்

வெண்குன்றிப் பருப்பு ஒவ்வொன்றிலும், புளிவிதைத்தோல், அத்திப்பால், எருமை வெண்ணெய் ஆகியவற்றில் (ஒரு கழஞ்சு) 5 கிராம் வீதம் சேர்த்து அரைத்துக் கொடுக்க எல்லாவிதக் கழிச்சலும் தீரும்.

17. தாழைச்சாறு

தாழை விழுதின்சாறு	– 9 கிராம்
இளநீர்	– 9 கிராம்
எலுமிச்சைபழச்சாறு	– 9 கிராம்

ஆகியவற்றுடன் சுக்கு 4 கிராம், சீரகம் 4 கிராம் சேர்த்துப் பொடித்து, ஊறவைத்து வடிகட்டிக் கொடுக்க வேண்டும். இதனால் குருதிக் கழிச்சல் தீரும்.

18. சீரகக் கற்கம்

சீரகம்	– 4 கிராம்
கொத்துமல்லி	– 4 கிராம்
மாதுளம் பிஞ்சு	– 4 கிராம்
கீழாநெல்லி வேர்	– 4 கிராம்

ஆகியவற்றை எடுத்து அதை வெந்நீர் விட்டு அரைத்து காலையில் மட்டும் நோயின் தன்மைக்கு ஏற்ப உரிய கால அளவுக்குக் கொடுக்க, குருதிக் கழிச்சல் தீரும்.

19. சாதிக்காய் எண்ணெய்

சிற்றாமணக்கு நெய்

பூரம் – 4 கிராம்

பூரம், எண்ணெய் சோற்றில் அவித்த சாதிக்காய் – 4 கிராம் இரண்டையும் கலந்து அத்துடன் சாதிக்காயைச் சேர்த்து அரைத்து 105 கிராம் சிற்றாமணக்கு நெய்யுடன் கலந்து காலையில் மட்டும் ஒரு கரண்டி வீதம் கொடுக்க ஆமக்கழிச்சல் தீரும்.

20. ஆமையோட்டுக் கற்கம்

ஆமை ஓடு, அதிவிடயம், ஓமம், வட்டத்திருப்பி, பாவட்டை, மி ள கு , சுக்கு ஆகிய பொருள்களைச் சமஎடை எடுத்து தாய்ப்பால் விட்டரைத்து 130 மி.கி. அளவுள்ள மாத்திரை செய்து வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு மாத்திரை வீதம் இருவேளை வெந்நீர் அல்லது தாய்ப்பாலில் கொடுக்க வயிற்றுப் பொருமலுடன் கூடிய கழிச்சல் தீரும்.

21. காட்டாத்திப்பூ குடிநீர்

காட்டாத்திப்பூ, கருங்காலி வேர்ப்பட்டை, யானைத் திப்பிலி, கூவிளம் வேர் ஆகியவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் 17.5 கிராம் எடுத்து இடித்து 200 மி.லி. நீர்விட்டு நான்கில் ஒன்றாகக் காய்ச்சி நோயின் தன்மைக்குத் தக்க அளவு தேன்விட்டுக் கொடுக்க, பெருங்கழிச்சல் தீரும்.

22. அத்திக்காய்ச்சாறு

அத்திக்காய்ச்சாறு, எருமைத்தயிர் ஆகிய இரண்டையும் 35 கிராம் எடுத்து, அதனுடன் 4 கிராம் ஓமம் அரைத்துக் கலந்து கொடுக்க, சுரத்துடன் சேர்ந்த கழிச்சல் தீரும்.

23. ஏலாதிக்கற்கம்

ஏலம், சாத்திரவேதி, அதிமதுரம் ஆகியவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் 2 கிராம் எடுத்து நீராகாரம் விட்டு அரைத்து மூன்று நாள் கொடுக்க, பச்சிலைபோல் கழிச்சல் ஏற்பட்டு நலிவு தீரும்.

24. மாத்திரை வகைகள்

கபாட மாத்திரை, கட்டுவாதி மாத்திரை ஊழி மாத்திரை, பாலசஞ்சீவி மாத்திரை போன்ற மருந்துகளை வழங்கலாம்.

25. பற்பம், செந்தூரம்

உப்புச்செந்தூரம், பவழப்பற்பம், நத்தை பற்பம், படிகலிங்கத்துவர், காடிகாரச் செந்தூரம் போன்ற மருந்துகளை 30 மி.கி. முதல் 60 மி.கி. வரை வயதுக்கு ஏற்ப வழங்கலாம்.

26. லேகியம்

வச்சிரகண்டி லேகியம், சாதிக்காய் லேகியம், வில்வாதி லேகியம் போன்றவற்றை நோயின் தன்மைக்கு ஏற்ப வழங்கலாம்.

உணவு

கழிச்சல் நோயில் நீர் இழப்பு அதிகம் உண்டாவதால் எளிதில் உடல் வலிமை குறைகிறது.

உப்பு சர்க்கரை கரைசல் (ORT)

- நீரில் தயார் செய்த மூன்று பங்கு சர்க்கரை மற்றும் ஒரு பங்கு உப்புக் கரைசலை குழந்தைகளுக்குத் தேவைப்படும் போது வழங்கவேண்டும். மருந்துக்கடைகளில் கிடைக்கும் உப்புநீர்க் கரைசலை தேவையான அளவு வழங்கலாம்.

- திரவ வகையான உணவு வகைகளையும் எளிதில் செரிக்கும் உணவுகளையும் வழங்க வேண்டும்.
- அரிசிக் கஞ்சியுடன் உப்பு சேர்த்து தேவையான அளவு வழங்க வேண்டும்.
- தயிருடன் உப்பு, சர்க்கரை சேர்த்துத் தரலாம்.
- மோர், இளநீர் போன்ற திரவ ஆகாரங்களை அதிகம் தரலாம்.
- ஆப்பிள் பழத்தை வேகவைத்து கொடுக்கலாம்.
- தாய்ப்பால் அருந்தும் குழந்தைகளுக்குத் தொடர்ந்து தாய்ப்பால் வழங்க வேண்டும்.
- குழந்தைகளுக்கு வாந்தி இருப்பினும் தொடர்ந்து தாய்ப்பால், நீர் கொடுக்கவேண்டும்.
- எண்ணெய், மாமிச உணவு வகைகள், நார்ச்சத்து மிகுந்த உணவுகள் போன்றவற்றை நோய் தீரும் வரை தரக்கூடாது.
- தாய் குழந்தைகளை மிகவும் சுகாதாரமாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.
- காய்ச்சி ஆறவைத்த குடிநீரை அருந்தக் கொடுக்க வேண்டும்.
- குழந்தைகளுக்குரிய பால்புட்டி (feeding bottle) ரப்பர் போன்றவற்றைச் சுகாதாரத்துடன் பயன்படுத்த வேண்டும்.
- நோய் குணமடைந்த பின் உடல்வலிமையை அதிகரிக்கும் மருந்துகளைத் தரவேண்டும்.

Reference Books

பாலவாகடம்
பிள்ளைப்பிணி மருத்துவம்
ஓலைச்சுவடி நூல்கள்
சித்தவைத்தியத் திரட்டு
பிள்ளைப்பிணி வாகடம்
குணபாடம் – மூலிகை வகுப்பு

14

கரப்பான்

மரு. S. காந்திமதி

முன்னுரை

இன்று குழந்தைகளிடையே அதிகமாகக் காணப்படும் முக்கிய தோல் நோய்களில் ஒன்று 'கரப்பான்' ஆகும். இது பல்வேறு வகையான ஒவ்வாமையின் காரணமாக (Allergy) உண்டாகிறது. இந்நோய் இளம் குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் போது, அது 'பாலகரப்பான்' என்று குறிப்பிடப்பெறுகிறது. இந்நோயில் தோலின் மேலடுக்கு (Epidermis) அதிகம் பாதிக்கப்படுகிறது. சிலசமயம் நோய் நாள்பட்டுத் தீவிரநிலையடையும் போது தோலின் கீழ் அடுக்கு (Dermis) அருகில் உள்ள உடல் திசுக்களும் பாதிக்கப்படுகின்றன. இந்நோயானது ஒருவரிடமிருந்து மற்றொருவருக்குப் பரவாது. இந்நோயின் தோற்றத்தால் மனம் பாதிக்கப்படுகிறது. கரப்பான் நோய்க் குறிகள் உடலில் பரவியுள்ள இடங்களைப் பொறுத்து இந்நோய் பல்வேறு சித்தமருத்துவ நூல்களில் பலவாறு வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது.

நோய் ஏற்படும் வயது

கரப்பான் நோயின் காலம் குழந்தை பிறந்த மூன்று மாதங்களிலிருந்து ஏழுவயது வரையாகும். பன்னிரண்டு. (3 months to 12 years) வயது வரை ஏற்படலாம். சிலசமயம் குழந்தைப் பருவத்தில் உண்டாகும் இந்நோய் வயதடைந்த பின்னரும் (Adult) தொடர்வது உண்டு. உடல் தன்மை நோயின் தீவிரத்தைப் பொறுத்து கரப்பான் நோய் நாள்பட்டுத் தொடர்ந்து காணப்படும்.

நோய்க்கான காரணங்கள்

"பெருகுஞ் சோள மிறுங்கும் பெருங்கம்பு
வரகு காருடன் வாழையின் காயொடு
உரைகொள் பாகற் கெளிற்றுமீன் உண்டிடில்
விரிவதாங் கரப்பானு மிகுந்ததே"
– பாலவாகடம்

உடலிற்கு ஒவ்வாத சோளம், கம்பு, தினை, வரகு, வாழைக்காய், மீன், இறைச்சி, பாகற்காய், முட்டை, மாம்பழம், தினை அரிசி போன்றவற்றை உண்பதாலான ஒவ்வாமையின் காரணமாகக் கரப்பான் நோய் உண்டாகிறது.

மேற்கண்டவை அனைவருக்கும் ஒவ்வாமையாக அமைவதில்லை. உடல்தன்மை, உட்கொள்ளும் அளவு ஆகியவற்றை பொறுத்து ஒருசிலருக்கு ஒவ்வாமையை ஏற்படுத்துகிறது. மேலும் தோலுக்கு ஒவ்வாத காரணிகளால் தோல் பாதிக்கப்படும் போதும் இந்நோய் எளிதில் உண்டாகிறது. ஒவ்வாத பொருள்களைத் தொடர்ந்து பயன்படுத்தும் போதும் இந்நோய் உண்டாகிறது. கரப்பான் நோயானது பரம்பரையாக தாய், தந்தையின் வழியாகவும், மேகம், தோடம், சத்துள்ள உணவு வகைகளை உண்ணாமை போன்ற காரணங்களாலும், ஏற்கனவே வேறு சில ஒவ்வாமை நோய் (எ.கா. காணாக்கடி, இரைப்பு இருமல்) உடலில் இருப்பதன் காரணமாக அதைத் தொடர்ந்தும் உண்டாகலாம். இவற்றைத் தவிர பின்வரும் காரணங்களாலும் இந்நோய் ஏற்படுகிறது.

- உடலில் நோய் எதிர்ப்புச் சக்திக் குறைபாடு (Immunity)
- அதிக வெப்பம், அதிகக் குளிர் போன்ற பருவகால மாறுபாடுகள்
- மனஉளைச்சல் (Psychological factors)
- தோலுக்கு ஒவ்வாத பொருள்களைப் பயன்படுத்துதல்
  (எ.கா. – ஒப்பனைப் பொருள்கள், சோப்பு, கம்பளித்துணி, இரப்பர், சாயப்பொருள்கள், சில வேதியியல் பொருள்கள்)
- உடைகளை மிக இறுக்கமாக அணிதல்
- சுற்றுப்புறத் துப்புரவின்மை

- சிலவகை மருந்துகளை உட்கொள்ளுதல் (எ.கா.– சல்பைடு சேர்ந்த மருந்துகள்)
- நாளமில்லா சுரப்பிகளின் செயல் மாறுபாடுகள் (Hormonal Imbalance)
- குழந்தைகளின் பருவநிலை மாற்றங்கள் (Puberty Changes)

வைரஸ், பாக்டீரியா, பூஞ்சைகள் வழியாகவும் இந்நோய் பரவும்.

நோயின் வகைப்பாடுகள்

கரப்பான் நோய் சித்த மருத்துவ நூல்களில் பலவாறு வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. இதில் பாடநூலான பாலவாகடத்தில் கரப்பான் 18 வகைகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. அவையாவன:

1. வாதக் கரப்பான், 2. பித்தக் கரப்பான், 3. கபக் கரப்பான், 4. அரி கரப்பான், 5. ஒடு கரப்பான், 6. சூலைக் கரப்பான், 7. வெடிக் கரப்பான், 8. மண்டைக்கரப்பான், 9. சட்டைக் கரப்பான், 10. வெண் கரப்பான், 11. கருங்கரப்பான், 12. செங்கரப்பான், 13. கொள்ளிக்கரப்பான், 14. தோடக் கரப்பான், 15. வாலைக் கரப்பான், 16. பொரி கரப்பான், 17. வரள் கரப்பான், 18. வீங்கு கரப்பான்

மேற்கண்டவை உடலில் பாதிப்புகள் உண்டாவதன் அடிப்படையிலும், (முக்குற்றங்கள் – வாதம், பித்தம், கபம்) நோய் உண்டாகும் இடங்கள், நோய்க் குறிகள் ஆகியவற்றைக் கொண்டும் வகைப்பாடு செய்யப்பட்டு உள்ளது.

இது தவிர "குருநாடி சாத்திரம்" என்ற நூலில் கரப்பான் 85 வகைகளாகவும், அகத்தியர் 2000 நூலில் 66 வகைகளாகவும், அகத்தியர் இரணநூலில் 80 வகைகளாகவும் கரப்பான் நோய் வகைப்பாடு செய்யப்பட்டுள்ளது. "யூகிமுனி" கூற்றுப்படி கரப்பான்,

1. வாதக் கரப்பான்
2. கண்டக் கரப்பான்
3. வறட்சிக் கரப்பான்
4. திமிர்வாதக் கரப்பான்
5. கபாலக் கரப்பான்
6. பித்தக் கரப்பான்
7. சேத்துமக் கரப்பான்

என ஏழு வகைகளாக வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது.

"பால வைத்திய போதினி" என்ற நூலில் கருங்கரப்பான், செங்கரப்பான், வரிகரப்பான், சொறி கரப்பான், ஆனந்த கரப்பான், மண்டைக் கரப்பான், வெடி கரப்பான், ஒடு கரப்பான், சட்டைக் கரப்பான் என ஒன்பதாக வகைப்பாடு செய்யப்பட்டுள்ளது.

"ஒலைச்சுவடி" நூலில் கரப்பான், செங்கரப்பான், அனல் கரப்பான், மண்டைக் கரப்பான், சிரங்கு கரப்பான், அரி கரப்பான், பொரி கரப்பான், எழு கரப்பான், நீர்க் கரப்பான், உதிரக் கரப்பான், கட்டிக் கரப்பான், வீங்கிய கரப்பான், சட்டைக் கரப்பான், தடிக் கரப்பான், வெடிக் கரப்பான், சிங்கமுக எரி கரப்பான், வாதக் கரப்பான், பித்தக் கரப்பான், சிலேத்துமக் கரப்பான் எனப் பதினெட்டாக வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது.

"திரு. டி.வி. சாம்பசிவம்பிள்ளை" அகராதியில் கரப்பான் இருபத்து ஒன்பதாக வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. இவற்றுள் வாதக்கரப்பான், பித்தக் கரப்பான், கப கரப்பான், முன் கரப்பான், பின் கரப்பான் ஆகிய ஐந்தினையும் அடக்குவர்.

பொது நோய்க் குறிகள் (Signs and Symptoms)

தினவு, சொரி, புண், தடிப்பு, வெடிப்பு, நோயுற்ற இடத்தில் நீர் கசிதல் ஆகியன உண்டாகி அதன் பின் நோய் உள்ள இடத்தில் உள்ள தோல் கருமை நிறமாக மாற்றமடைதல் போன்ற குறிகுணங்கள் அமையும். இவற்றில் மிக முக்கியமாக அனைத்து வகைக் கரப்பானிலும் காணப்படும் நோய்க்குறிகள் அரிப்பு (Itching) ஆகும்.

நோய் வகைகளுக்கு ஏற்ப நோய்க்குறிகள் மாறிக் காணப்பட்டாலும், மேற்கண்ட நோய்க்குறிகள் அனைத்து வகைக் கரப்பான்களிலும் பொதுவாகக் காணப்படுகின்றன.

இதனைத் தவிர உடல் இளைத்தல், மூட்டுகளில் வீக்கம், சுரம், நோயுள்ள இடத்தில் வீக்கம், நீர்க் கொப்புளம், குருதிக்கசிவு, சீழ்கட்டுதல், பக்கு கட்டுதல், மலக்கட்டு, வாந்தி, கை கால்களை நீட்டி மடக்க சிரமம், உடல்வலி போன்ற நோய்க்குறிகளும் காணப்படுகின்றன.

நோய்க்கான தனிக் குறிகள்

1. வாதக் கரப்பான்

உடல் முழுதும் வீக்கம், உடலில் நெற்பொறியை இரைத்தது போல் புண் உண்டாதல், நாவறட்சி, மலக்கட்டு, உடல் முழுதும் வலி, கடுத்தல்.

2. அழல் கரப்பான்

உடல் சிவந்து வாந்தி உண்டாதல், சுரம், உடல் எரிதல், நீர் வேட்கை, தலைவலி.

3. ஐயக்கரப்பான்

வாயில் புண் உண்டாதல், மார்பில் நீர் சேர்ந்து அடைத்தல், இருமல், தலைவலி.

4. அரிகரப்பான்

இலிங்கப்புற்று, யோனிப்புற்று, உடலில் ஆறாப்புண், உடல் உருவம் மாறிக் காணல் நோயின் தீவிர நிலையிலும், நாள்பட்ட நிலையிலும் காணப்படும்.

5. ஊது கரப்பான்

உடல் பிணம் போல் செயலற்றுக் காணப்படுதல், உடல் வீக்கம், குளிர்சுரம், உடலில் கட்டிகள் உண்டாதல், மூக்கில் புண் உண்டாதல்.

6. சூலைக் கரப்பான் குறிகுணம்

உடல் முழுதும் குத்தல் வலி, உடலில் பலவிதமான வெடிப்பு, முழங்காலில் வலி, மயக்கம்.

7. வெடிக்கரப்பான்

உடலில் அசைவு உள்ள கீல்கள் அனைத்திலும் வீங்கி முகம் உண்டாகி வெடிக்கும், உடல் முழுதும் வீக்கம்.

8. மண்டைக் கரப்பான்

மண்டையில் பரபரவென நமைச்சல், புண், அதில் சீழ்வடிதல். அதிகசுரம் காய்தல், உடல் இளைத்தல், தலைவலி ஆகிய குறிகுணங்கள் காணப்படும்.

9. பொரி கரப்பான் குறிகுணம்

உடல் பெரிதாக வீங்கி அதில் தடிப்பு மற்றும் பொரிபொரியாகக் காய்தல், அதன்பின் உடல் வெடித்தல், அதில் தீ போன்று சுடுதல், சுய அறிவு மாறுபடுதல்.

10. சட்டைக் கரப்பான்

கள்ளிப் பூவைப்போல் உடல் முழுதும் உள்ள கீல்களில் வலி, வீக்கம், அதில் நீர்க்கசிவு, மலக்கட்டு, உணவில் விருப்பமின்மை.

11. ஓடுகரப்பான் குறிகுணம்

உடல் மூட்டுகளில் வலி உண்டாகி ஒரு மூட்டில் இருந்து மற்றொரு மூட்டிற்குப் பரவுதல், உடலில் நரம்பு மண்டலம் முழுதும் பாதிக்கப்படுதல், உடலில் தடிப்பு கண்டு அரித்து பிறகு வீக்கம் காணுதல்.

12. கருங்கரப்பான்

அதிக சுரம் காய்ந்து குழந்தை விடாமல் அழுதல், உடல் பல நிறமாக மாற்றமடைந்து பின் கருமை நிறமாதல், உடலில் உள்ள நரம்புகள் புடைத்து பச்சை நிறமாகக் காணுதல், குழந்தை கையில் தங்காது துள்ளி விழுதல்.

13. செங்கரப்பான்

உடல் கடுப்பு, உடல் முழுதும் வீக்கம், உடல் முழுதும் சிவந்தும், முகம் கறுத்தும், உடல் கன கன என்றும் இருத்தல், உடல் முழுதும் அரிப்பு.

14. கொள்ளிக் கரப்பான்

வயிறு வீக்கம், மலக்கட்டு, உடல் இளைத்தல், குரல்கம்மல், விக்கல். இது தீராத ஒருவகை கரப்பான் ஆகும்.

15. தோடக்கரப்பான்

வாயில் கள் மணம் உண்டாதல், உடல் காய்ந்து உலருதல், உடல் பூதம் போல் வீங்குதல், விடாத அழுகை.

16. வாலைக் கரப்பான் அல்லது பால கரப்பான்

கீல்கள் வெடித்து புண்ணாதல், உடல் இளைத்தல், உடல் சக்தி இழந்து நடுக்கம் உண்டாதல், உடல் முழுதும் புண் உண்டாகி அதில் பன்னீர் போல் நீர்வடிதல்.

17. வரள் கரப்பான் குறிகுணம்

உடல் முழுதும் வறண்டு காணல், உச்சி முதல் உள்ளங்கால் வரை நீர் சேர்த்து சிரங்குகள் உண்டாகி, அவை வெடித்து நீர்கசிதல்.

18. வீங்கு கரப்பான் குறிகுணம்

உடல் கண்டு கண்டாக வீங்குதல், உடல் முழுதும் நெருப்புப் பட்டது போல் எரிதல், அதன்பின் உடலில் புண்கள் ஏற்பட்டு அதில் இருந்து நீர்வடிதல்.

19. பெருங்கரப்பான் குறிகுணம்

உடலில் ஆங்காங்கு வெடிப்பு உண்டாகி அதில் குருதி ஒழுகல், கண்வீக்கம், குளிர்சுரம், மூச்சு வாங்குதல், மயக்கம்.

20. புண்கரப்பான் குறிகுணம்

காதின் அடிப்புறம், கழுத்து, நெற்றி, இடுப்புச் சந்து, தலையில் புண் ஏற்பட்டு, சீழ்கோத்து சுரம் காய்தல்.

21. விடக்கரப்பான் குறிகுணம்

உடல்சிவந்து, சிரங்கு ஏற்பட்டு, அதில் நீர் வடிதல், உடல் ஊதல், தலைவலி, வாயில் புண் உண்டாதல்.

தீரும், தீராதநிலை

'கொள்ளிக்கரப்பான்' தவிர மற்ற அனைத்து வகைக் கரப்பானும் தீரும். வயிறுவீக்கம், மூச்சுவிடச் சிரமம், மலக்கட்டு, விக்கல் ஆகிய நோய்க் குறிகளைக் கொண்ட கொள்ளிக்கரப்பான் உண்டாயின் தீருவது கடினம்.

வேறு ஏதேனும் நோய் ஏற்பட்டு அதனால் நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி குறைந்து அதன் காரணமாகக் கரப்பான் ஏற்பட்டால் தீருவது அரிது.

நோய்க்கணிப்பு

சித்த மருத்துவ நோய்க்கணிப்பு, மற்ற நோய்க் கணிப்பு முறைகளில் இருந்து முற்றிலும் மாறுபட்டது. சித்த மருத்துவத்தில் நோய்க்கணிப்பு எண்வகைத் தேர்வின் மூலம் கணிக்கப்படுகிறது என்பதை

"நாடிப்பரிசம் நாநிறம் மொழிவிழி
மலம் மூத்திரமிவை மருத்துவராயுதம்" (தேரையர்)

என்ற பாடலின் மூலம் அறியலாம். இந்த எண்வகைத் தேர்வானது,

பொறியால்தேர்தல்
புலனாலறிதல்
வினாதல்
நெய்க்குறி
நீர்க்குறி

என்ற விதிகளின்படி மேற்கொள்ளப்படுகிறது. இம்முறையில் மருத்துவன் தம் ஐம்பொறி, புலன்களைக் கொண்டும், நோயாளியின் குடும்ப வரலாறு, வயது, உடல்தன்மை, மனஉறுதி, பழக்க வழக்கங்கள், உணவு, தொழில், வாழ்விடம், அவ்விடத்தின் இயல்பு, நோயின் வயது, சுற்றுப்புறச் சூழல் போன்றவற்றைக் கேட்டறிந்தும், 'நீர்க்குறி', 'நெய்க்குறி' முறையினாலும் நோய்கணிக்கப்படுகிறது.

ஏனெனில் சித்த மருத்துவத்தின்படி உலகம், அதில் வாழும் உயிர்கள் அனைத்தும் பஞ்சபூத மயமானது. இவை தவிர நம் உடலில் நடைபெறும் செயல்கள் அனைத்தும் முக்குற்ற அடிப்படையில் (வாதம், பித்தம், கபம்) அமைந்துள்ளது. நம் உடலில் உள்ள உயிர்த்தாதுக்கள் என்று அழைக்கப்படும் இந்த வாதம், பித்தம், கபம் என்ற முக்குற்றங்கள் தம் அளவில் இருந்து மாறுபடும் போது நோய் உண்டாகிறது.

'கரப்பான்' நோயில் கபக்குற்றம் அதிகரித்து வாதம், பித்தம் இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்று கபக்குற்றத்துடன் இணைந்து நோய் உண்டாகிறது.

இதில் வாத குற்றத்தின் பிரிவுகளான அபானன் பாதிக்கப்படுவதால் மலக்கட்டு, பிரானன் பாதிக்கப்படுவதால் மூச்சுவிடச் சிரமம், வியானன் பாதிக்கப்படுவதால் கை, கால்களை நீட்டி மடக்கச் சிரமம், சமானன் பாதிக்கப்படுவதால் மற்ற அனைத்து வாதப் பிரிவுகளும் (கால்கள்) பாதிக்கப்படுகின்றன.

பித்தக் குற்றத்தில் இரஞ்சகப்பித்தம் பாதிக்கப்படுவதால் குருதியின் வன்மை குறைவடைகின்றது. பிராசகப்பித்தம் பாதிப்படைவதால் உடலில் தோல் நிறமாற்றம் அடைகிறது.

கபக் குற்றத்தில் அதன் உட்பிரிவுகளான அவலம்பகம் பாதிக்கப்படுவதால் மூச்சுவிடச் சிரமம் உண்டாகிறது. கிலேதகம் பாதிக்கப்படுவதால் பசியின்மை, சந்திகம் பாதிக்கப்படுவதால் மூட்டுகள் தோறும் விக்கம் உண்டாகி நடப்பதில் சிரமம் ஏற்படுகிறது.

ஏழு உடற்கட்டுகளில் சாரம் (Body Fluids), செந்நீர் (Blood) ஆகியன பாதிக்கப்படுவதால் உடல் இளைத்தலும், ஊன் (Muscles), கொழுப்பு (Fat tissues) பாதிக்கப்படுவதால் உடலில் வலியும், செயல்படுத்தச் சிரமமும் ஏற்படுகின்றன. பஞ்சபூதங்களில் மண் பூதமும், நீர்ப் பூதமும் பாதிப்படைகின்றன.

நாடிநடை

கரப்பான் நோயில் கபநாடி, கபவாதநாடி காணப்படுகின்றன என்பதைக் கீழ்வரும் பாடலின் மூலம் அறியலாம்.

"தானமுள்ள சேத்துமந்தா னிளகில் வெப்பு
சயமிரும லீளைமந் தாரகாசம்
– – – – – – – –
இருத்தி ரோகங் கரப்பான் விரண தோடம்
– – – – – – – –
– கபநாடி

மருத்துவ அறிவுரை (Medical Advice)

1. கபக்குற்றம் அதிகரித்து கரப்பான் நோய் உண்டாவதால் அதைச் சமப்படுத்த கைப்பு, கார்ப்பு, துவர்ப்பு ஆகிய சுவை உடைய மருந்துகளை வழங்க வேண்டும்.
2. உடலுக்கு ஒவ்வாத உணவு வகைகளைத் தவிர்க்க வேண்டும்.
3. பருவகால மாற்றங்களின் போது அதைச் சமப்படுத்தும் உணவு, பழக்க வழக்கங்களை மேற்கொள்ள வேண்டும்.
4. உடலை அழுத்தும் படியான இறுக்கமான உடைகளை அணியக் கூடாது.

5. நல்ல சுற்றுப்புறச் சுகாதாரத்தைக் கடைபிடிக்க வேண்டும்.
6. உடலுக்கு ஒவ்வாத ஒப்பனைப் பொருள்கள், மருந்துப் பொருள்கள், வேதியியல் பொருள்கள் (Chemical Substances) ஆகியவற்றைப் பயன்படுத்துவதைத் தவிர்க்க வேண்டும்.
7. உடலுக்கு நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியை வழங்கும் மருந்துகளை உட்கொள்ள வேண்டும்.
8. மனக்கவலை, மன உளைச்சலைத் தரும் காரணங்களைத் தவிர்க்க வேண்டும் .

மருத்துவம் (Medicines)

சித்த மருத்துவக் கோட்பாட்டின்படி நோயின் தீவிரம், உடல் தன்மை ஆகிய இரண்டையும் அடிப்படையாகக் கொண்டு முதலில் மலமிளக்கி (Laxative) மருந்துகளைக் கொடுத்து நோயின் தீவிரத்தைக் குறைத்து அதன் பின் நோய்க் குறிகளுக்குத் தக்கவாறு உள், புற மருந்துகளை வழங்கலாம்.

உள்மருந்துகளுடன், கொப்புளம், நீர்க்கசிவு இருக்கும் போது கழுவ கழுவுநீர்களைப் பயன்படுத்தலாம். தாபிதம் உள்ளபோது நொய்ப்புத் தன்மையுள்ள பொருள்களைப் பயன்படுத்தலாம். புண்கள் இருக்கும் போது களிம்பு, பசை இவற்றைப் பயன்படுத்த வேண்டும். கரப்பானில் பக்குகட்டி உள்ளபோது நொய்ப்புத் தன்மையுள்ள மருந்துகளைப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

குழந்தையின் வயது, உடல் எடை, தன்மை, நோய் தீவிரத்திற்கு ஏற்றாற்போல் கீழ்க்காணும் மலமிளக்கி மருந்துகளைக் கொடுக்கலாம். அதன்பின் அடுத்த நாளில் இருந்து கரப்பான் நோய்க்கான நேர்மருந்துகளைத் தரலாம்.

1. திராட்சாதிக் குடிநீர்

உலர்ந்த திராட்சையை நசுக்கி நீருடன் சேர்த்து கொதிக்க வைத்து வடிகட்டி 30 மி.லி. முதல் 60 மி.லி. வரை காலையில் வெறும் வயிற்றில் தரலாம். இது மிதமான மலமிளக்கியாக அமையும்.

2. நிலவாகைச் சூரணம்

நிலாவரைச் சமூலம்	–	10 பஙகு
சுக்கு	–	1 பங்கு
மிளகு	–	1 பங்கு
வாய்விளங்கம்	–	1 பங்கு

ஆகிய சரக்குகளைச் சுத்தித்து வெயிலில் உலர்த்தி சூரணம் செய்து கொள்ள வேண்டும். இதை ஒன்று முதல் இரண்டு கிராம் வரை வெந்நீரில் இரவு படுக்கும் முன் வழங்க வேண்டும். இதனால் வயிற்றில் உள்ள கிருமிகள் அழிந்து குருதி சுத்தமாகும். மேலும் இது மலமிளக்கியாகவும் அமையும்.

3. வெள்ளை எண்ணெய்

குழந்தையின் உடல் தன்மைக்கு ஏற்ப வெள்ளை எண்ணெய்யை 10 மி.லி. முதல் 20 மி.லி. வரை அதிகாலை வெறும் வயிற்றில் வெந்நீரில் தர மலம் கழியும். ஐந்து, ஆறு முறை கழிந்தபின் அன்று மதியம் தயிர்ச் சோறு கொடுக்கலாம்.

உள் மருந்துகள் (Internal Medicines)

பறங்கிப்பட்டை சூரணம்

சுத்தித்த பறங்கிச் சக்கை	–	1 பங்கு
கருந்துளசி இலைச் சாறு	–	1 பங்கு

பறங்கிச் சக்கையை கருந்துளசி இலைச்சாறில் ஊறவைத்து சூரிய ஒளியில் உலர வைத்து, இடித்து, பொடித்து, சலித்து எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதை ஒன்று முதல் இரண்டு கிராம் வரை சர்க்கரை அல்லது தேனில் காலை, மாலை இருவேளை கொடுக்கலாம். (தேரையர் தரு)

திரிபலா சூரணம்

சுத்தித்த கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய் ஆகியவற்றைச் சம அளவு எடுத்து இடித்து பொடி செய்து, சூரணம் செய்து கொள்ள வேண்டும். இதை 500 மி.கி. முதல் ஒரு கிராம் வரை காலை, மாலை இருவேளை

தேனில் கலந்தும்,மற்ற மருந்துகளுக்கு அனுபானமாகவும் வழங்கலாம். மேலும் திரிபலா சூரணத்தை வெந்நீரில் கலந்து கரப்பானில் காணும் புண்களுக்குக் கழுவுநீராகப் பயன்படுத்தலாம். (சித்த வைத்திய திரட்டு)

அமுக்கராச் சூரணம்

கிராம்பு	–	1 பங்கு
சிறுநாகப்பூ	–	2 பங்கு
ஏலம்	–	4 பங்கு
மிளகு	–	8 பங்கு
திப்பிலி	–	16 பங்கு
சுக்கு	–	32 பங்கு
அமுக்கரா	–	64 பங்கு
சர்க்கரை	–	12 பங்கு

மேற்கண்ட சரக்குகளைச் சுத்தித்து தனித்தனியாக இடித்து பொடித்து நன்கு கலந்து கொள்ள வேண்டும். பின் அத்துடன் சர்க்கரையைக் கலந்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அளவு : 500 மி.கி. முதல் 1 கிராம் வரை (வயதிற்கு தக்கவாறு தரலாம்)

4. முட்சங்கன் சூரணம்

முட்சங்கன் சமூலத்தை நன்கு உலர்த்தி, சுத்தித்து சூரணம் செய்து அதை 100 மி.கி. முதல் ஒரு கிராம் வரை தேன் அல்லது பனைவெல்லத்தில் தரலாம்.

5. மாவிலிங்க சூரணம்

6. கொட்டை கரந்தை சூரணம்

7. சங்கன்குப்பி சூரணம்

போன்றவற்றில் ஒன்றை உடல் தன்மைக்கு ஏற்ப தக்க அளவில் தேனில் தரலாம்.

8. கந்தக இரசாயனம்

1 கிராம் முதல் 3 கிராம் வரை தினமும் இருவேளை தரலாம். இதனால் அனைத்து வகையான தோல் நோய்களும் தீரும். மருந்து சாப்பிடும் போது அதிகக் காரம், புளிப்பு, உப்பு நீக்கவும்.

9. இரசகந்தி மெழுகு

250 மி.கி. அளவு காலை, மாலை இருவேளை பனைவெல்லத்துடன் தரலாம். நாள்பட்ட கரப்பான் நோய்க்கு ஒரு மண்டலம் (48 நாள்கள்) தர வேண்டும். மருந்து உண்ணும் காலத்தில் அதிகப் புளிப்பு, காரம், உப்பு ஆகியவற்றைத் தவிர்க்க வேண்டும். உண்ணும் உணவில் தயிர் சோற்றைச் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். குழந்தைகளுக்கு மருந்துகளைக் கவனமாக வழங்கவேண்டும்.

10. பலகரைப் பற்பம்

சுத்தித்த பலகரையைத் தேவையான அளவு எலுமிச்சை பழச்சாறு விட்டரைத்து மூசையில் இட்டு சீலை மண் செய்து மூடி எரித்து பற்பம் செய்து எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதனை 100 மி.கி. முதல் 200 மி.கி. வரை நெய், வெண்ணெய், பால் ஆகிய ஏதேனுமொன்றில் தினம் இரு வேளைகள் தரலாம்.

11. கந்தகப் பற்பம்

சுத்தம் செய்த கந்தகத்துடன் வெள்ளை வெங்காயச்சாறு, இஞ்சிச்சாறு விட்டரைத்து தேவையான அளவு மருதம் பட்டைச் சாம்பல் சேர்த்து பற்பம் செய்து கொள்ள வேண்டும். இதனை 30 மி.கி. முதல் 60 மி.கி. வரை தேன் அல்லது வெண்ணெயில் தினமும் இருவேளைகள் தரலாம். (சித்த வைத்தியத் திரட்டு)

12. சிவனார் அமிதம்

இதனை 30 மி.கி முதல் 60 மி.கிராம் வரை பறங்கிப்பட்டை சூரணம் அல்லது தேனுடன் சேர்த்து தினம் இருவேளைகள் வழங்கலாம்.

13. கந்தக மாத்திரை

கந்தக சூரணம், வேலம்பிசின், கருடன் கிழங்கு ஆகியவற்றைச் சுத்தம் செய்து, பங்கன்பாளை குடிநீர் விட்டரைத்து 100 மி.கி. அளவுள்ள மாத்திரைகள் செய்து வெயிலில் உலர்த்திக் கொள்ளவும்.

அளவு

ஒரு மாத்திரை முதல் 2 மாத்திரை வரை அல்லது குழந்தையின் வயதுக்கு ஏற்பத் தரலாம்.

அனுபானம்

தேன் அல்லது வெந்நீர்

14. நிலவேம்புக் குடிநீர்

15. தசமூலக் குடிநீர்

16. சாரணைக் குடிநீர்

போன்ற குடிநீர் வகைகளில் ஏதேனும் ஒன்றை உடல் தன்மைக்கு ஏற்ப 30 மி.லி. முதல் 50 மி.லி. வரை இருவேளை வழங்கலாம்.

17. வேளை எண்ணெய்

3 துளி முதல் 5 துளி வரை சர்க்கரையுடன் சேர்த்து உள்ளுக்குள் கொடுத்து, பின் 3 துளி காதில் விட, கரப்பான் தீரும். (பாலவாகடம்)

18. பிரமதண்டு எண்ணெய்

பிரமதண்டு சமூலச்சாறு, வெள்ளறுகுச்சாறு, புங்கம்பால், வல்லாரையிலைச்சாறு ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 325 கிராம் எடுத்து 1.3லி. சிற்றாமணக்கெண்ணெய் சேர்த்து மெழுகுபதத்திற்குச் சிறுகக் காய்ச்சி கொள்ள வேண்டும். இதை காலை 10 மி.லி. முதல் 15 மி.லி. வரை கொடுத்துவர நான்கைந்து முறை கழிச்சலாகும். இவ்வாறு மூன்று முதல் ஐந்து நாள்கள் தரலாம். (வைத்திய சிந்தாமணி – 188)

19. பாலசஞ்சீவி மணி எண்ணெய்

சுத்தித்த 4 கிராம் இரசசெந்தூரத்தைக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து 4 கிராம் சுத்தித்த இரசகற்பூரம் சேர்த்து ஒரு மணி நேரம் அரைத்து பின் சிற்றாமணக்கு நெய் விட்டு அரைத்து எடுக்கவும். இதனைக் குழந்தையின் உடல் வன்மைக்கு ஏற்ப 3 முதல் 5 துளி தாய்ப்பாலுடன் கலந்து தரலாம். இத்தைலத்தை மேல் பூச்சாகவும் பயன்படுத்தலாம். நோய்க்குத் தக்கவாறு இதனை 3–5 நாள்களுக்குப் பயன்படுத்தலாம். (பால வைத்திய போதினி – 145, 146)

கரப்பான் நோய்க்கான வெளி மருந்துகள்

(எல்லா வகையான கரப்பான்களுக்கும்)

1. புங்கம்பூ எண்ணெய்

புங்கம்பூ, புளிநறளை, வசம்பு, பூண்டு, கருஞ்சீரகம், பாலைப்பட்டை, நன்னாரிவேர் ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 9 கிராம் எடுத்துப் பால் விட்டு அரைத்து, ஒரு சேர் பசும்பால், ஒரு சேர் ஆமணக்கு நெய்சேர்த்து, இதனுடன் மேற்கண்ட கற்கத்தைச் சேர்த்து எரித்து, பதத்தில் வடித்து காலையில் மட்டும் குழந்தைகளுக்கு ஓர் உச்சிக் கரண்டி வீதம் மூன்று நாள்களுக்குத்தர கரப்பான் யாவும் நீங்கும்.

2. பூதக்கரப்பான் பட்டைஎண்ணெய்

பூதக்கரப்பான் பட்டை, பூவரசன்பட்டை, நுணாப்பட்டை, கரப்பான்பட்டை, இலுப்பைக்கட்டி ஆகியவற்றைச் சம எடை எடுத்து நல்லெண்ணெயில் சேர்த்துக் காய்ச்சி மேலே பூச அனைத்து வகையான கரப்பான் நோய்களும் தீரும்.

3. பூவரசு எண்ணெய்

பூவரசம் பூச்சாறு, பூவரசங்காய்ச்சாறு, செம்மணத்தக்காளிச்சாறு ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 335 மி.லி. எடுத்து அதில் கற்றாழைச்சாறு 165 மி.லி., சிற்றாமணக்கு எண்ணெய் ஒரு லிட்டர் ஆகியவற்றைச் சேர்த்து,

இலவங்கப்பட்டை	–	4 கிராம்
ஏலப்பொடி	–	4 கிராம்
கரப்பான்பட்டை	–	4 கிராம்

ஆகியவற்றைப் பொடித்து எரித்து கடுகு திரளும் பதத்தில் கலக்கி எரித்து எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இதில் கடுகை முதலில் மேலே பூச வேண்டும். பின் எண்ணெயை ஒரு கிராம் முதல் இரண்டு கிராம் வரை உள்ளுக்குத் தர எல்லா வகையான கரப்பான்களும் தீரும்.

பத்தியம்

மருந்து உபயோகிக்கும் போது தாய் மாமிச உணவு, பூசணிக்காய், எருமைப்பால், எருமை நெய் ஆகியனவற்றை நீக்க வேண்டும்.

1. வாதக் கரப்பானுக்கு மாவிலிங்க எண்ணெய்

மாவிலிங்கப்பட்டை, இலைக்கள்ளி, வாதகரப்பான் பட்டை, கும்மட்டிக்காய், குப்பைமேனியிலை, திருகுக்கள்ளி, அவுரியிலை ஆகியவற்றின் சாற்றை ஒவ்வொன்றுக்கும் 325 மி.லி. எடுத்து இதற்குச் சமஎடை ஆமணக்கு நெய் சேர்த்து எரித்து எண்ணெய் செய்யவும். இதனை 2 முதல் 5 கிராம் வரை சர்க்கரையுடன் சேர்த்து காலையில் மட்டும் புகட்டிவர வாதக் கரப்பான் தீரும்.

2. அழல் கரப்பானுக்குக் குன்றி எண்ணெய்

குன்றியிலை, கருநொச்சியிலை, கழற்சியிலை, கிரந்திநாயகம் இலை ஆகியவற்றைச் சுரசம் செய்து 325 மி.லி. எடுத்து இதனுடன் 70 கிராம் வெள்ளாட்டுப் புழுக்கையைப் பொடி செய்து கலந்து, ஒரு சேர் ஆமணக்கு நெய் சேர்த்து தீயில் எரித்து பக்குவ பதத்தில் வடித்து வேளைக்கு ஒரு காசெடை வீதம் காலை, மாலை இருவேளை தர அழல் கரப்பான் தீரும்.

3. ஐயக்கரப்பானுக்கு நன்னாரி எண்ணெய்

நன்னாரி வேர்பட்டை
வேம்பாடம்பட்டை

ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 35 கிராம் எடுத்து அதனுடன், புங்கம்பூ, நிலக்கடம்பு இலைச் சாறு சேர்த்து கம்புப்பிசின், கஸ்தூரி மஞ்சள் பொடி ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 17.5 கிராமும் ஆமணக்கு நெய் ஒரு சேரும் சேர்த்து ஒன்றாகக் கலந்து எரித்து எண்ணெய் செய்து வடித்து அதனை காலை, மாலை 2 முதல் 5 கிராம் வரை தர ஐயக்கரப்பான் தீரும்.

4. அரிகரப்பானுக்கு வசைப்பத்திர எண்ணெய்

தாமரைச் சாறு, கழுதை லத்திச்சாறு, கருநொச்சிச் சாறு, சங்கங்குப்பிச் சாறு ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் கால்சேர் வீதம் எடுத்து அதனுடன் 35 கிராம் கருஞ்சீரகம், ஆமணக்கு நெய் 1 லிட்டர் சேர்த்து எரித்து, வடித்து 2 முதல் 5 துளி வரை தர அரிகரப்பான் தீரும்.

5. வெடிக்கரப்பானுக்கு சங்கன்குப்பி எண்ணெய்

சங்கன்குப்பி இலை, சின்னியிலை, குப்பைமேனியிலை, நீர்ச்சுண்டிவேர், கழற்சியிலை, புங்கம்வேர், நுணாயிலை ஆகியவற்றின் சாற்றை ஒவ்வொன்றுக்கும் 165 மி.லி. எடுத்து அதனுடன் ஒரு சேர் ஆமணக்கெண்ணெயைச் சேர்த்துக் காய்ச்சி, பக்குவ பதத்தில் வடித்து உள்ளுக்குத் தர வெடிக் கரப்பான் நீங்கும்.

6. மண்டைக்கரப்பானுக்கு வேளை எண்ணெய்

வேளைச் சமூலம், கருநொச்சியிலை, பூவரசம்பட்டை, வேப்பம்பட்டை, நுணா இலை ஆகியவற்றைச் சுரசம் செய்து 165 மி.லி. எடுத்து அதனுடன் ஒரு சேர் முத்தெண்ணெய் சேர்த்து எரித்து பக்குவத்தில் எடுத்து காசெடை அளவு உள்ளுக்குக் கொடுத்து, காதிலும் இரண்டு, மூன்று துளிகள் விட்டுவர மண்டைக் கரப்பான் தீரும்.

7. சட்டைக்கரப்பானுக்குக் சங்கன்குப்பி எண்ணெய்

சங்கன்குப்பி இலைச் சாறு	–	325 மி.லி.
ஊழலாற்றிப்பட்டை	–	35 கிராம்
பூவரசம்பட்டை	–	35 கிராம்
நிலக்கடம்பு	–	35 கிராம்
குவளையிலைச் சாறு	–	325 மி.லி.
வேப்பம்பட்டை	–	35 கிராம்

ஆகியவற்றை எடுத்து அதனுடன் 35 கிராம் ஆட்டுப்புழுக்கையைச் சேர்த்து, பின் ஆமணக்கு நெய் ஒரு படி சேர்த்துக் கலந்து எண்ணெய் தயாரித்து அதை 2 முதல் 4 கிராம் வீதம் காலை, மாலை இரு வேளை உள்ளே தர சட்டைக் கரப்பான் தீரும்.

8. தோடக்கரப்பானுக்கு திருகுக் கள்ளி எண்ணெய்

திருகுக்கள்ளிச் சாறு, பூதகரப்பான்பட்டைச் சாறு, வேப்பம்பட்டைச் சாறு, சங்கன்குப்பிச்சாறு, நிலக்கடம்புச்சாறு, கருநொச்சிச்சாறு, பெருங்குறிஞ்சானிலைச் சாறு, சிற்றாமணக்கு எண்ணெய் ஆகியவற்றைச் சேர்த்துக் கலந்து சிறுதீயில் எரித்து எண்ணெய்ப் பதத்தில் வடித்துக் கொள்ள வேண்டும். இதனை காலை, மாலை இருவேளை 4 முதல் 8 துளிகள் வரை

உள்ளுக்குக் கொடுத்து வெளியேயும் பூசவும். மருந்து உண்ணும் காலத்தில் புளிப்பு, இறைச்சி உணவுகளைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

9. வாலைக் கரப்பானுக்கு நீர்முள்ளி நெய்

நீர்முள்ளி, கிரந்திநாயகம், தூதுவளை, இண்டு, கோழியவரை, கர்ப்பூரவள்ளி ஆகியவற்றின் 165 மி.லி. சாறுடன் கழுதை லத்திப்பால் 165 மி.லி. சேர்த்து, இதனுடன் ஆமணக்கு நெய் ஒரு சேர் சேர்த்துக் கலந்து எரித்து எண்ணெய் செய்து 2 முதல் 4 கிராம் வரை இருவேளை சர்க்கரையுடன் சேர்த்து உள்ளுக்குத் தர வாலைக்கரப்பான் தீரும்.

10. விடக்கரப்பான் நெய்

நெல்லை பழைய காடி சேர்த்து எடுத்துக் கொண்டு அதனுடன் கருஞ்சீரகத்தை அரைத்துச் சேர்த்துக் காய்ச்சி எண்ணெய் தயாரித்து மேலே பூச விடக்கரப்பான் தீரும். (ஏடு: 601: 79)

11. புண் கரப்பானுக்கு மருந்து

வெள்ளாட்டுச் சாணம், கழுதைச் சாணம், தேள் கொடுக்கிலைச்சாறு, பசுவின் சாணப்பால், ஆமணக்கு எண்ணெய் ஆகியவற்றைச் சேர்த்து, எண்ணெய் செய்து அதை மேலே பூசப் புண் கரப்பான் தீரும். மருந்து உண்ணும் காலத்தில் அதிகப்புளிப்பு, உப்பு, இறைச்சி, மசாலாப் பொருள்களை நீக்க வேண்டும்.

எல்லா வகையான கரப்பானும் தீர

கரப்பான் தைலம்

இரசக்கற்பூரம், ஏலரிசி, மயில்துத்தம், பால்துத்தம், கற்பூரம், இரசம், கார்போகரிசி, மிருதாரசிங்கி, கத்தூரி மஞ்சள், நீரடிமுத்துப் பருப்பு, காட்டுச்சீரகம், கந்தகம் ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 2 கிராம் எடுத்துப் பொடித்து ஒரு பாத்திரத்தில் இட்டு, அதில் தேங்காய்ப்பால் 1.4 லிட்டர் சேர்த்துக் கலக்கி சிறுதீயில் எரித்து வடிகட்டவும். இதனைக் கோழி இறகினால் கரப்பான் உள்ள இடங்களில் தடவி ஊற வைத்து இளவெந்நீரில் குளிக்க கரப்பான் அனைத்தும் தீரும். (சித்த வைத்தியத் திரட்டு)

கரப்பான் நோய்க்கு ஆகாத உணவுப் பொருள்கள்

பாலூட்டும் தாய் மற்றும் இளம் குழந்தைகள் மருந்து உட்கொள்ளும் காலத்தில் இறைச்சி, மீன், கருவாடு, மசாலாப்பொருள்கள், அதிக காரம், புளிப்பு உணவுகள், பூசணிக்காய், கத்தரிக்காய், எள், நெய், எருமைப்பால் போன்றவற்றை உணவில் நீக்க வேண்டும். குழந்தைகளுக்கு திரவ உணவு நன்று. குளிப்பதற்கு நவீன சோப்புகளைப் பயன்படுத்துவதைத் தவிர்த்து, நலங்கு மாவு, பாசிப்பருப்பு மாவு, கடலை மாவு போன்வற்றைப் பயன்படுத்தலாம். ஷாம்புகள், தலைச்சாயம், உதட்டுச்சாயம் பூசுவதைக் கண்டிப்பாகத் தவிர்க்க வேண்டும்.

ஆதார நூல்கள் (Book Evidence)

பாலவாகடம்
பிள்ளைப்பிணி மருத்துவம்
நோய் நாடல் நோய் முதல் நாடல் – முதல் பாகம்
யூகி வைத்திய சிந்தாமணி
ஓலைச்சுவடி நூல்
சித்த வைத்தியத் திரட்டு
தேரையர் தரு
அகத்தியர் வைத்திய இரத்தினச் சுருக்கம்.

15

வலிப்பு நோய்

மரு. T. K. கல்யாணசுந்தரம்

வேறு பெயர்கள்

இசிவு, இழுப்பு, இசிப்பு, காக்கை வலிப்பு

நோயின் தன்மை

வலிப்பு என்பது வலித்தல் என்னும் பொருள்படும். வலித்தல் என்பது காலையையும், கையையும் முறுக்கி இழுத்தல் என அமையும். மூளையில் ஏற்படும் மின்சார மாறுபாடுகளால் தொடர்ந்து ஏற்படும் உடல் மாற்றங்களே வலிப்பு என்பதாகும். பதினெட்டு ஆண்டுகள் வரை இந்நோய் பெரும்பாலும் தொடருவதுண்டு.

நோய் ஏற்படும் முறை

ஐயமானது உடலில் எங்கு சேர்வதாயினும் குறிப்பாக மார்பிலும், மூச்சுக் குழலிலும் அடைத்து, அதனால் சுவை, ஒளி, ஊறு, ஓசை, நாற்றம் எனும் ஐம்புலன்களும் கெட்டு, தன்னை மறத்தலும், வலி நின்ற பின் தன்னை உணர்வதுமாகும்.

சத்தமோடு பரிசமும் ரூபரசகந்தம்
கெந்த மறுஞ்சு வகை யசதி காட்டும்

மேலும் மேக நோய்க்குத் தொடர்பாக வரும். உடல் நிலை, மனநிலை (Hysteria) கெடுதலாலும் வரும். பெண்ணிச்சையில் பெரிதும் ஈடுபடல், இயமம், நியமம் முறைகளைப் பின்பற்றுவதில் தவறுதல் காரணமாகவும் ஏற்படும்.

பிறவியிலேயே மூளை பாதிப்பு, வளர்ச்சிக் குறைவு ஆகிய காரணங்களினால் வலிப்பு ஏற்படும். மகப்பேறு காலத்தில் தாய்க்குக் கொடுக்கப்படும் மருந்துகளினாலும் வலிப்பு ஏற்படும். தாய்க்கு அமையக்கூடிய. கால்சியம், வைட்டமின் குறைபாடுகளினாலும் வலிப்பு நோய் ஏற்படும். டெட்டானஸ் (Tetanus) என்னும் கொடிய வலிப்பு நோய் பாக்டீரியாக்களால் ஏற்படுகின்றது. காரீயம் (Lead) கலந்த வண்ணச் சேர்க்கைகள் குழந்தைகள் வயிற்றுக்குள் செல்வதால் வலிப்பு ஏற்படலாம்.

மேலும், சுரவேகம் (Hyper pyerexic), காரணமாகவும் வலிப்பு ஏற்படும். மஞ்சள் காமாலை செப்டிசீமியா, மெனிஞ்சைடிஸ், என்செஃபலைடிஸ் இதய நோய், நரம்பு சம்மந்தப்பட்ட நோய், சளி ஆகிய காரணங்களினாலும் வலிப்பு நோய் ஏற்படும். உடலில் சர்க்கரை இயல்பு நிலை குறைதல், மூளையில் ஏற்படும் கட்டிகள் (Tubercloma) நச்சுத்தன்மையால் பாதித்தல், உயர் இரத்த அழுத்தம், வைட்டமின் B6 (Pyridoxine) பற்றாக்குறை ஆகியன காரணமாகவும் ஏற்படும். மேலும் வேறு சில நோய்களின் காரணமாக வலிப்பு காணப்படும்.

நோய் வகைப்பாடு

இந்நோய் பொதுவாக பதினெட்டு வகைப்படும் என்றாலும், குழந்தைகளுக்கு ஐந்து வகையாகக் காணப்படுகிறது. அவையாவன:

1. மாந்த வலிப்பு
2. காக்கை வலிப்பு
3. அள்ளு வலிப்பு
4. புற இசிவு
5. சுர வலிப்பு

1. மாந்த வலிப்பு

பல நிறமாகவும், பல வகையாகவும் வயிறு கழியும். மார்பில் கோழை சேர்வதால் ஒரு வகையாக வலி எடுக்கும். வாய் திறக்க முடியாதபடி பல் கிட்டிக் கொள்ளும். ஒலி உண்டாகும்படி பல்லைக் கடித்தல், கை, கால்கள் முறுக்கி வலித்தல், பல் திறக்க இயலாமை, சோறும், தண்ணீரும் இறங்காத

நிலை. பொதுவாக மாந்த நோயால் உடல், மனம் இரண்டும் பாதிக்கப்படும். மேலும் மலச்சிக்கல், செரியாமை, பசியின்மை போன்ற காரணங்களிலும் உணவுப் பொருள்கள் நச்சுத் தன்மை ஏற்பட்டு, உடலும் பாதிக்கப்பட்டு குழந்தை போட்டது போட்டபடிக் கிடக்கும். சுரம் இருக்கும். குழந்தை நினைவு இழந்தும் காணப்படும். இச்சமயம் குழந்தைகளுக்கு வலிப்பு ஏற்படவும் வாய்ப்பு உண்டு.

மாந்த வலிப்புக்கு குதிரைக் குளம்புப் புகை

தேவையான சரக்குகள்

குதிரைக் குளம்புச் சீவல், மயிலிறகு, மிளகு, வசம்பு, சுக்கு, கடுகு, பேயத்தி வேர்ப்பட்டை, அழிஞ்சில் பட்டை, வேப்பெண்ணெய், கறுப்புக் கம்பளம், செம்மறியாட்டுக் கொம்புச் சீவல்.

செய்முறை

மேலே குறிப்பிடப்பட்டவற்றில் வேப்பெண்ணெய் நீங்கலாக ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு பலம் (40 கிராம்) வீதம் எடுத்து தூளாக இடித்து, பத்து பலம் (400 கிராம்) வேப்பெண்ணெய் கலந்து வைத்துக் கொண்டு, அதில் கொஞ்சம் எடுத்து நெருப்பில் இடுவதனால் வெளிப்படும் புகையைக் குழந்தைக்குப் படும்படியாகக் காட்டினால் மாந்தவலி தீர்ந்து விடும்.

கொடிவேலி நீர்

தேவையான பொருள்கள்

கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை, சங்கம் வேர்ப்பட்டை, எருக்கன் வேர்ப்பட்டை, குங்குமப்பூ.

செய்முறை

கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை, சங்கன் வேர்ப்பட்டை, எருக்கன் வேர்ப்பட்டை ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு வராகனெடை (4 கிராம்) வீதம் எடுத்துப் பொடியாக்கி வெந்நீர் விட்டரைத்து கலக்கித் தெளிய வைத்து அந்த நீரை வடித்து அதில் ஒரு வராகனெடை (4 கிராம்) குங்குமப்பூவை அரைத்துச் சேர்த்துக் கொடுக்க மாந்த வலிப்பு, காக்கை வலிப்பு இரண்டும் தீரும்.

2. காக்கை வலிப்பு

காக்கை வலிப்பானது வாயினின்றும், நுரை நுரையாகக் கோழை தள்ளி, கண்பார்வை நன்றாகத் தெரியாமல் கைகளும், கால்களும் முன்னும் பின்னுமாக வலித்துக் கொண்டு, யார் பிடித்தாலும் வலியால் தரையில் தள்ளி வலித்துக் கொண்டு பார்வையற்ற நிலையடைந்து செய்த பிறகு பேடி போல் அடங்கி விடுவதாகும்.

பொதுவான வகைகள்– சிறு வலிப்பு நோய்

4 வயது முதல் 8 வயதிற்குள் ஏற்படுகிறது. 18 வயதிற்கு மேல் சிகிச்சையின்றிக் குணமாகி விடும். இந்நோயில் வலிப்பு இருக்காது. குழந்தை எச் செயலைச் செய்தாலும் திடீரென்று அதை நிறுத்திவிடும். கண்கள் சலனமின்றியும், தன் உணர்வு மங்கி, சுற்றுப்புறத்தில் என்ன நடக்கிறது என்று தெரியாமலும் அப்படியே இருக்கும். இவை 5 முதல் 30 வினாடிகளுக்குள் நடந்து விடும். இந்நோய் வந்த குழந்தைகள் பெரும்பாலும் மன உணர்ச்சியாலும் சமூகத்திலும் மாறுபட்ட கருத்துகளை உடையவர்கள்.

கை கால் தொடர்புடன் கூடிய பெரும் வலிப்பு

வலிப்பு நோய்களில் மிகவும் கடுமையான பாதிப்பு ஏற்படுத்தும் நோயாகும் இது. சிலருக்கு வலிப்பு வருவதற்குச் சில நிமிடங்களுக்கு முன்பு சில உணர்வுகள் ஏற்பட வாய்ப்பு உண்டு. இதை எச்சரிக்கை உணர்வு (AURA) என்று குறிப்பிடுவர். இச்சமயம், சில குழந்தைகள் உடனே தாயிடம் சென்று பாதுகாப்பை நாடுவார்கள். இதைத் தொடர்ந்து தசைகள் விறைப்புத் தன்மைக்காட்பட்டு, தன் உணர்வு இழந்து கீழே விழுந்து விடுவதால் உடலில் காயங்கள் ஏற்படும். இந்நிலை அரை நிமிடம் நீடிக்கும். முகம் வெளுத்து, சுவாசம் தடைப்பட்டு, பல் கிட்டிக் கொள்வதோடு வாயில் மாற்றம் ஏற்பட்டு நுரை ஏற்பட்டு கை, கால், முகம் ஆகிய இடங்களில் வலிப்பு ஏற்படும். ஒரு நிமிடம் வலிப்பு இருக்கும். பாதிக்கப்பட்ட குழந்தைகள் சிறுநீர், மலம் கழிக்கக்கூடும். பின்பு ஆழ்ந்த உறக்கம் ஏற்படுகிறது. ஒன்று முதல் இரண்டு மணி நேரம் தூக்கம் ஏற்படும்.

காக்கை வலிப்பிற்கு பிச்சு எண்ணெய்

வேண்டிய பொருள்கள்: காக்கைப் பிச்சு, காக்கைக் கொழுப்பு, காக்கை முட்டைக்கரு, வசம்பு, திப்பிலிக் கட்டை, கொளிஞ்சி, தடு தாழை, நிலவேம்பு, மிளகரணை, விளக்கெண்ணெய், வறுத்த ஓமம், வெங்காரம், வெள்ளுள்ளி.

காக்கைப்பிச்சு, காக்கைக் கொழுப்பு, காக்கை முட்டைக் கரு, வசம்பு, திப்பிலிக்கட்டை, கொளிஞ்சி, தடுதாழை, நிலவேம்பு, மிளகரணை ஆகிய வேர்ப் பட்டைகளின் பொடியை ஒவ்வொன்றுக்கும் ஒரு வராகனெடை (4 கிராம்) எடுத்து பத்துப்பலம் (400 கிராம்) விளக்கெண்ணெய் ஊற்றிக் கொதிக்க வைக்க வேண்டும். அது கொதிக்கும் பொழுது வறுத்த ஓமம் ஒரு வராகனெடை (4 கிராம்), வெங்காரம் 1 வராகனெடை (4 கிராம்), வெள்ளுள்ளி ஒரு வராகனெடை (4 கிராம்) ஆகியன எடுத்து அதில் போட்டு காய்ச்சி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இந்த எண்ணெயை காக்கை வலிப்பு வந்த போது ஒரு கரண்டி வீதம் கொடுக்க வேண்டும். இப்படி ஆறு தடவைகள் கொடுக்க காக்கை வலி தீரும்.

கொடி வேலி நீர்

மாந்த வலிப்பில் சொல்லப்பட்ட கொடிவேலி நீர் காக்கை வலிப்புக்கும் கொடுத்தல் நலம்.

3. அள்ளு வலிப்பு

அள்ளு வலிப்பானது உடலின் இரண்டு பக்க விலாக்களிலும் கோழை சேர்ந்து அதனால் அடிக்கடி அள்ளெடுத்துப் போட்டு பக்க விலாக்கள் உயரெழும்பி (மூச்சு வாங்கி) துன்பத்தையும் வலியையும் உண்டாக்கும். அள்ளெடுத்த உடனே வலியும் வந்து வலித்து வருந்துவதனால், சுவாச மண்டலம் பாதிக்கப்பட்டு இந்நோய் உண்டாகிறது.

சாதிக்காய் மாத்திரை

சாதிக்காய், கிராம்பு, ஓமம், கருஞ்சீரகம், சுக்கு, திப்பிலி, கத்தூரி மஞ்சள், வசம்பு, காயம், வெள்ளைக் காக்கணம் வேர்ப்பட்டை.

செய்முறை

மேற் சொல்லப்பட்ட சாதிக்காய் முதல் காயம் வரையுள்ள ஒன்பது பொருள்களையும் ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு வராகனெடை (4 கிராம்) வீதமெடுத்து

அதனுடன் ஒன்பது வராகனெடை (36 கிராம்) வெள்ளைக் காக்கணம் வேர்ப்பட்டையைச் சேர்த்து வெந்நீர் விட்டு அரைத்து மெழுகுப் பதமானவுடன் சுண்டைக்காய் போன்ற மாத்திரையாக உருட்டி வைத்துக் கொண்டு காலையில் ஒரு மாத்திரையை உரைத்துக் கொடுக்க வேண்டும். இவ்விதம் ஏழு நாள்களுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். இதனால் சளி, இருமல், கழிச்சல், காய்ச்சல், அள்ளு, முக்குற்ற தோடம், பொல்லாதவலி, நச்சுச் சுரங்கள், மாந்தம், வயிற்றுநோய், பொருமல், இரைச்சல் நீங்கும், கழிச்சல் அதிகமானால் வசம்பைச் சுட்டு வெண்மையாக்கித் தேனில் குழைத்து கொடுக்க நீங்கும். தாய்க்கு உப்பு ஆகாது. வெந்நீரும் சோறும் கொள்ள வேண்டும்.

4. புற இசிவு

புற இசிவானது பல காரணங்களால் தலையில் ஐயம் சேர்ந்து தலையையும், முகத்தையும் பின்பக்கமாக இழுத்துத் திடீர் என்று கழுத்தை வலித்துப் பலக் குறைவையும் உண்டாக்கும். இதனால் கழுத்து, முகம், தலையில் அதிக வியர்வை உண்டாகும்.

மூளையானது கிருமிகளால் தாக்கப்படும் போது (வைரஸ், பாக்டீரியா) ஏற்படும் ஒருவகை இசிவு நோய் எனக் கருதலாம்.

புற இசிவுக்குத் தும்பை சுரசம்

தேவையான சரக்குகள்

தும்பையிலை, துளசியிலை, இஞ்சியிலை, பூண்டு, சிற்றாமணக்கு இலை.

செய்முறை

தும்பையிலை, துளசியிலை, இஞ்சியிலை ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு எடை வீதமெடுத்து ஆறு எடை பூண்டுடன் நன்றாக அரைத்து சிற்றாமணக்கு இலையில் வைத்துச் சுருட்டி, நெருப்பில் வெதுப்பிச் சாறு பிழிந்து அதைக் காசெடை (160 மி.கிராம்) வீதம் கொடுக்கப் புற இசிவு நோய் நீங்கும்.

சுரவேகத்தினால் ஏற்படும் வலிப்பு

குழந்தைகளின் உடலில் வெப்ப நிலையை ஒழுங்குபடுத்தும் நரம்பு மண்டலத்தின் ஒரு பகுதியான மெடுல்லா ஒப்ளாங்காட்டா சரியானபடி முதிர்ச்சியடையாது. இதனால் குழந்தைகளுக்கு பல காரணங்களினாலும் உடல் வெப்பம் அதிகரிக்கும் இயல்பாகும். குழந்தைகளுக்கு, வயது, உடல் வாகு போன்றவற்றால் சுரத்தின் தன்மையைப் பொறுத்து வலிப்பு ஏற்படும். சில குழந்தைகளுக்குச் சிறிய அளவில் சுரம் இருக்கும் பொழுது வலிப்பு ஏற்படும். பல குழந்தைகளுக்கு சுரவேகம் மிக அதிகரிக்கும் பொழுது வலிப்பு ஏற்படும்.

ஐந்து வயதிற்கு உட்பட்ட 2 முதல் 44 % குழந்தைகள் சுர வலிப்பு நோயால் பாதிக்கப்படுகின்றன. இந்நிலைக்கு குடும்ப வரலாறும் ஒரு காரணமாக அமைகிறது.

பொதுவாக 38–38.5°C சுரநிலையில் வலிப்பு ஏற்பட வாய்ப்பு உண்டு. வலிப்பு ஏற்பட்ட பிறகே குழந்தைக்குச் சுரம் ஏற்பட்டுள்ள விவரம் தெரியவரும். இந்த வலிப்பு ஆண் குழந்தைகளை அதிகம் தாக்கும், 40% குழந்தைகளுக்கு குடும்ப வரலாறு அடிப்படையாக அமைந்துள்ளது கண்டறியப்பட்டுள்ளது.

நுரையீரல் தொடர்புடைய கிருமி நோய்கள், காது நோய்கள், சிறுநீரகப் பாதைத் தொற்று நோய்கள், வயிற்றுப் போக்கு, தடுப்பூசி போட்ட பின்பு ஏற்படும் சுரம் போன்றவற்றால் சுரவலிப்பு ஏற்படும்; வலிப்பு 10–15 நிமிடங்கள் நீடிக்கும்.

காய்ச்சலைக் குறைக்க தீவிர நடவடிக்கை எடுக்க வேண்டும். ஒரு முறை வலிப்பு கண்ட குழந்தைக்குக் காய்ச்சல் காணும்போது தொடக்கத்திலேயே மருத்துவரிடம் காண்பித்து எச்சரிக்கையாக மருந்துகளைக் கொடுத்து வலிப்பு வராமல் தடுப்பது நன்மை பயக்கும்.

சுரவேகத்தால் ஏற்படும் வலிப்பு நோய் பிற்காலத்தில் காக்கை வலிப்பு வழிகோலும் வாய்ப்பு உண்டு. 5 வயதிற்கு மேல் ஏற்படும் வலிப்பு நோய்களை மிகவும் தீவிரமாகக் கண்காணிக்க வேண்டும்.

மருத்துவம்

சுரவேகத்தைக் ஏற்படுத்தும் காரணங்களைக் கண்டறிய வேண்டும்.

சுரத்தைக் குறைக்க

பால சஞ்சீவி மாத்திரை, பிரம்மானந்த பைரவ மாத்திரை, அண்ட பைரவ மாத்திரை, லிங்கச் செந்தூரம், நிலவேம்புக் குடிநீர் போன்ற மருந்துகளைத் தக்க அளவில் அளிக்க வேண்டும். உடலை ஈரத்துணியால் ஒற்றடம் கொடுக்க வேண்டும். உடலில் நீர் வற்றிவிடுதலால் சுரம் அதிகரிக்கும். அதனால் திரவ உணவுகளை அதிகம் கொடுக்க வேண்டும்.

நோய்க்காரண வேறுபாடுகள்

உண்ணும் உணவின் மாறுபாடுகள், ஒவ்வாமை போன்ற காரணங்களால் வளிக்குற்றம் அதிகரித்துத் தனக்குத் துணையாக அழல், ஐயக் குற்றங்களைக் கெடுத்து அபான வாயு கேடடைந்து வலிப்பு நோய் உண்டாகிறது.

பொது மருத்துவம்

தன்னிலை பிறழ்ந்து அதிகரித்த வளிக்குற்றத்தையும் கேடடைந்த வாயுக்களையும் தன்னிலைப்படுத்த முதலில் கழிச்சல் மருந்துகளைத் தரவேண்டும். பின் மற்ற குற்றங்களைச் சமப்படுத்தும் மருந்துகளை வழங்கலாம். இதற்கு,

1. நசியம், **2.** ஆக்கிராணம், **3.** கலிக்கம், **4.** உள்மருந்துகள், **5.** உடலில் பூசும் தைலம், **6.** புகை போன்ற மருந்துகளைப் பயன்படுத்தலாம்.

கழிச்சல் மருந்துகள்

- கழற்சி எண்ணெய், மெருகன் கிழங்கு நெய், சித்தாதி எண்ணெய், அகத்தியர் குழம்பு, கும்மட்டி மெழுகு போன்ற வளியடக்கி மருந்துகளில் ஏதேனும் ஒன்றை, கழிச்சல் உண்டாகும் பொருட்டு நோயாளியின் வலிமை, நோயின் தன்மைக்கு ஏற்ப தரலாம்.

  சவுக்காரபீச்சு, பால், தேன், இந்துப்பு சேர்ந்த பீச்சு மருந்துகளைக் கொடுத்து மலத்தைக் கழிக்கச் செய்யலாம்.

புகை

- வலிப்பு உள்ள போது கரித்துணியால் சிறிது சீரகம் வைத்து கொளுத்தி புகையை மூக்கில் காட்டலாம்.

- அகத்தியர் குழம்பு மூன்று முதல் ஐந்து நெல் அளவில் சீலையில் தடவி கொளுத்தி புகையைக் காட்டலாம்.
- நசியம், ஆக்கிராணம், கலிக்கம் செய்வதுடன், மெழுகுத் தைலம், முட்டைத் தைலம், சடாமாஞ்சில் தைலம், விடமுட்டித் தைலம், அர்க்க ஹராதிதைலம், ஐங்கூட்டுத் தைலம், ஆகியவற்றை வலியுள்ள போது மேல்பூச்சாகப் பூசலாம்.

வலிப்பு, மயக்கம், மூர்ச்சை இவற்றால் உடல் குளிர்ந்தால் கற்பூராதி நெய்யை உடலில் தடவித் தேய்க்க சூடு உண்டாகும்.

உள்மருந்துகள்

கந்தகசுடர்தைலம், வேப்பம் நெய், பச்சோந்தி நெய் நந்திமை, வான் மெழுகு, சண்ட ரசபற்பம், வெள்ளி பற்பம், இரச செந்தூரம், துருசு செந்தூரம், வங்க செந்தூரம், அயவீர செந்தூரம் ஆகிய மருந்துகளை தக்க அனுபானத்துடன் கலந்து நோயாளியின் வலிமைக்கு ஏற்பக் கொடுக்கலாம்.

அனைத்து வலிப்புகட்கும் சோதிரிஷித் தைலம்

வேர்வகை

1 அவுரி வேர்
2 அழிஞ்சில் வேர்
3 சிவனார் வேம்பின்வேர்
4 சங்கம் வேர்
5 வாகை வேர்
6 நொச்சி வேர்
7 முன்னை வேர்
8 சாரணை வேர்
9 சிறுபுள்ளடி வேர்
10 செங்கத்தாரி வேர்
11 புங்கன் வேர்
12 பூவரச வேர்

13 குட்டிகளாவேர்
14 குட்டிக்குமிழ் வேர்
15 குட்டிவிளாவேர்
16 பெருந்தும்பை வேர்
17 முருங்கை வேர்
18 மிளகரணை வேர்
19 முட்கா வேளை வேர்
20 பாவட்டை வேர்
21 ஆதொண்டை வேர்
22 வெட்பாலை வேர்
23 வெள்ளெருக்கம் வேர்
24 கண்டங்கத்தரி வேர்
25 கொடிவேலி வேர்
26 தூதுவளை வேர்
27 கூத்தன் குதம்பை வேர்
28 ஓரிதழ்த் தாமரைவேர்
29 உத்தாமணி வேர்
30 விஷ்ணு கிரந்தி வேர்
31 சக்திச் சாரணை வேர்
32 நன்னாரி வேர்
33 எலியாலின் வேர்

ஆகியவற்றில் ஒன்றுக்குப் பத்து வராகனெடை (40 கி.)

சாறுவகை

நல்ல பாகல், நாய்ப்பாகல், ஆடாதோடை, சின்னி, எருக்கு, புங்கு, எலுமிச்சை பழம், முடக்கறுத்தான், காட்டுக்குறிஞ்சான், மாவிலங்கு, ஆகிய சாறுகளில் ஒவ்வொன்றிலும் – 1/4 படி (325 மி.லி.)

உயிர்வகை

வௌவால், காக்கை, பெருஓணான், முயல், சிறு ஓணான், உடும்பு, பாம்பின் கண்டம், பச்சை மயிலறகு/

கொழுந்தின் வகை

ஆலின் கொழுந்து – 5 வராகனெடை (20 கி)

நீர்வகை

1. பசுவின் நீர்
2. எருமை நீர்
3. வெள்ளாட்டு நீர்
4. சிறுநீர்

ஆகியவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் 1/4 படி (325 மி.லி.)

கடைப் பொருள்கள்

கருஞ்சீரகம் , கத்தூரி மஞ்சள், பூதக்கரப்பான் பட்டை, மஞ்சள், மரமஞ்சள், வாய்விடங்கம், கடுக்காய்த்தோல், இரும்புச் சிட்டம், சதகுப்பி, சிற்றரத்தை, பேரரத்தை, சண்பகப்பூ, திப்பிலி, பெருங்காயம், சாதிக்காய், செவ்வியம், மைசாட்சி, கண்டுபாரங்கி, இரும்புப்பொடி மேற்கண்ட 19 பொருள்கள் ஒவ்வொன்றிலும் வகைக்கு – 6 வராகனெடை (24 கி.)

வசம்பு – 10 வராகனெடை (40 கி.)

வெள்ளுள்ளி – 10 வராகனெடை (40 கி.)

வலம்புரிக்காய் – 16 வராகனெடை (64 கி.)

செய்முறை

இவற்றில் வேர்வகை 33–யும் நன்றாக இடித்து ஒரு மண் பாண்டத்திலிட்டு அதில் 8 படி (10.4லி.) நீர் விட்டு 1 படியாகக் (1.3லி) காய்ச்சி வைத்துக் கொண்டு, குறிப்பிடப்பெற்ற 22 கடைப் பொருள்களையும் கொடுக்கப்பட்ட அளவுப்படி எடுத்துத் தூளாக இடித்துக் கல்லிட்டு மேற்படி குடிநீர் விட்டு அரைத்து பின் மேற்படி பச்சிலைச் சாறுகளை விட்டு அரைத்து பின்னர் நீர்களை விட்டு அரைத்து மேற்படி அரைத்த கடைப் பொருள்கள்

சாணிப்பதமானால் அம்மருந்தை ஒரு மண் சட்டியிலிட்டு அதில் ஒரு படி (1.3லி.) வேப்பெண்ணையும், 1 படி (1.3 லி.) சிற்றாமணக் கெண்ணெயும் சேர்த்து அடுப்பில் ஏற்றி எரிக்கும் போது மேற்சொல்லப்பட்ட உயிர்வகைகளையெல்லாம் அறுத்துக் குருதியை மேற்படி மருந்தில் சேர்த்து அவற்றையும் தலை, குடல், தோல், மயிர் ஆகியவற்றைப் போக்கி அத்துடன் சேர்த்து 2 சாமம் (6 மணி நேரம்) எரித்து இறக்கி வைத்து மறுநாள் அடுப்பில் ஏற்றி மெழுகுப் பதமாய் எரித்து இறைச்சிகளையெல்லாம் எடுத்தெறிந்து விட்டு வடிகட்டி உள்ளுக்கு நாள்தோறும் காலை, மாலை ஆகிய 2 வேளைகளிலும் காசெடை (160 மி.லி.) வீதம் கொடுத்து வர வேண்டும்.

அத்துடன் தலையிலும், உடம்பிலும், தேய்த்து வர வேண்டும். இதன் மூலம் கோணவலிப்பு, குமர கண்ட வலிப்பு, புற வலிப்பு, முகசந்தி, இமையிடிப்பு, குதிரை வலிப்பு, நடுக்கு வலிப்பு, முசல் வலிப்பு, பதறு வலிப்பு, பாரிச வாதம், சந்துவாதம், முடக்கு வாதம், உள்ளங்கால் வாதம், உச்சி வாதம், கணுவாதம் ஆகிய முக்குற்றப் பிணிகளும் தீரும்.

பத்தியம்

புகை, புளி, கருவாடு, மீன், ஊன், கரப்பான் ஆகியவற்றை நீக்க வேண்டும். இது கைக் குழந்தை முதல் சிறு பிள்ளைப் பருவம் வரை உதவும்.

மருத்துவ அறிவுரை

- வலிப்பு நோயால் பாதிக்கப்பட்ட குழந்தைகளைப் பெற்றோர்களும் குடும்ப உறுப்பினர்களும் தனிக் கவனத்துடன் பராமரிக்க வேண்டும்.
- குழந்தைகளை எங்கும் தனியே விடக்கூடாது.
- நீர்நிலை, நெருப்பின் அருகில் விளையாடவிடக் கூடாது.
- அடிக்கடி வலிப்பு நோய் உண்டாகும் குழந்தைகளுக்கு கற்பதில் சிரமம் (Learning disability), மனப்பதற்றம், நடத்தை வேறுபாடுகள் (Behavioral Disorders), கவனக் குறைவு (Lack of Concentration) போன்றவை உண்டாகலாம். சமயத்தில் போதுமான பயிற்சிகளை அளிக்க வேண்டும்.
- பள்ளியில் நடைபெறும் விளையாட்டு, கலைநிகழ்ச்சி போன்றவற்றில் குழந்தைகள் பங்குகொள்வதை ஊக்குவிக்க வேண்டும். தடை செய்தல் கூடாது.

- நீர்நிலைகளில் விளையாடுவதைத் தவிர்க்க வேண்டும். நீச்சல் செய்யும்போது பாதுகாவலர் உடன் இருக்க வேண்டும்.
- மிகுந்த பனிக்காற்றில் வெளியே செல்வதும், குளிர்ந்த நீரில் விளையாடலும் கூடாது.
- கடுமையான உடற்பயிற்சிகளைத் தவிர்க்க வேண்டும்.
- மிதமான உடற்பயிற்சிகள், யோகா ஆகியவற்றை மேற்கொள்ளலாம்.
- குழந்தைகளுக்கு தூக்கமின்மை நிலையைத் தவிர்க்க வேண்டும்.
- அதிக ஒளி உமிழும் விளக்குகளைத் தவிர்க்க வேண்டும்.
- அதிக மருந்துப் பொருள்களை உட்கொள்ளல் போதைப் பொருள்களைப் பயன்படுத்துதலைத் தவிர்க்க வேண்டும்.
- சைக்கிள், மோட்டார் வாகனங்களை தனியே ஓட்டுவதைத் தவிர்க்க வேண்டும்.
- மனத்தை அச்சுறுத்தும் சினிமா, தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சிகளைப் பார்ப்பதைத் தவிர்க்க வேண்டும்.
- பாதிக்கப்பட்ட குழந்தையிடம் வலிப்பு நோய்க்கான அடையாள அட்டை (Identity Card) இருக்க வேண்டும்.

ஆதாரங்கள்

1. பாலவாகடம்
2. குழந்தை வாகடம்
3. சிறப்பு மருத்துவம்
4. பொது மருத்துவ நூல்
5. பிள்ளைப்பிணி மருத்துவம்
6. நவீன மருத்துவம் – O.P.GHAI
7. ஓலைச்சுவடி நூல்கள்

16

அம்மை நோய் (பால வாகடம்)

மரு. M. மீனாட்சி சுந்தரம்

வேறுபெயர்கள்

குரு நோய்
மாரி
குபாடகம்
மசூரி
வைசூரி

இயல்பு

இந்நோய் சுரம் காய்ந்து உடல் முழுவதும் அல்லது உடலின் சில பாகங்களில் சிறிதும் பெரிதுமான கொப்புளங்கள் உண்டாக்கும் இயல்புடையதாகும்.

நோய் வரும் வழி

- "அண்டத்திலுள்ளதே பிண்டத்திலும்" என்னும் மொழிக்கேற்ப நம்முடல் தட்பவெப்பத்திற்கீடாக மாறுதலை அடையும்.
- கோடைக்காலத்துச் சூரியன் கொடுமையால் நிலம் சூடடைந்துள்ளபோது, சிறிது மழை பெய்யின், சூடேற்றி இரும்பில் நீர் தெளிக்கில் தட்ப வெப்பத்தோடு கூடியெழுமாவியே போல், கோடைக்காலத்தில் (சித்திரை, வைகாசி, ஆனி) சூரியன் கொடுமையால், நம்முடலும் சூடடைந்து, அழல் குற்றத்தை மிகுதிப்படுத்தலும் அவ்வமயம் பொழியும் மழையின் அளவாய் எழும்

ஐயக்குற்றமும் அத்துடன் சேர்ந்து அழல்ஐயக் குற்றமாக வெழுந்து, இந்நோயைப் பிறப்பிக்கும்.

- இதைப் போன்றே ஐப்பசி, கார்த்திகை, மார்கழி முதலிய மாதங்களில், திடீரெனச் சூரியனது கொடியதோர் வெப்பு எழின், உடலின் இயற்கையாக மிகுதியும் குளிர்ந்து ஐயக்குற்றத்துடன் இருக்கும் நிலையில், சூரியன் கொடுமையாலெழுந்த அழல்குற்றமும் கூடி ஐயஅழல் குற்றமாகி, அம்மை நோயை உண்டாக்குமெனினும், பெரும்பாலும் இந்நோய் மிகுதியும் கொள்ளை நோயாய் வருவது வேனிற் காலம். இதனைப் பண்டைய நூலாகிய சிலப்பதிகாரத்தில் காண்க.
- "அன்று தொட்டுப் பாண்டிய நாடு மழைவறங் கூர்ந்து வறுமையெய்தி வெப்பு நோயுங் குருவுந் தொடரக் கொற்கையிலிருந்தே வெற்றிவேற் செழியன் நங்கைக்குப் பொற்கொல்லாராயிரவரைக் கொன்று களவேள்வியால் விழாவொரு சாந்தி செய்ய நாடு மலிய மழை பெய்து நோயுங் துன்பமும் நீங்கியது" எனச் சிலப்பதிகாரத்திற்கு உரை வரைந்த அடியார்க்கு நல்லார் உரைபெறு கட்டுரையில் கூறியதில், மதுரையில் கோவலன் கொலையுண்ட அன்று தொடங்கிப் பாண்டிய நாட்டில் மழையின்மையின் உண்டான வெப்ப எழுச்சியால் மக்கள் வறுமையற்று, வெப்புநோயும், குரு நோயும் (அம்மையும்) இடைவிடாது நலித்தலிற் கொற்கைக்கு இருந்த இளஞ்செழியன் நங்கைக்கு (கண்ணகிக்கு) ஆயிரம் பொற்கொல்லரைப் பலியிட்டுக் களவேள்வியாற் சாந்தி செய்து, விழா வெடுத்தானே அவன் நாட்டினில் மிகவும் மழை பெய்து முற்கூறிய வறுமையும் நோய்களும் நீங்கிற்று எனப் பொருள்படும்.
- அன்றியும் பெருமழைவரின் நிலம் குளிர்ந்து, இந்நோய் ஊரை விட்டொழியும் எனவுங் குறிக்கும்.

பாலவாகடத்தில் அடங்கும் அம்மை நோய்கள்

- ❖ சிறியம்மை
- ❖ தட்டமை
- ❖ பூட்டுத்தாள் அம்மை

மேலும் சில

- ❖ பனைமுகரி அம்மை
- ❖ மிளகு அம்மை

1. சிறியம்மை

- ஒரு தொற்று நோயாகும். பெரும்பாலும் சிறு வயதில் வரும்.
- பெரும் சுரம் இல்லாமலே பிள்ளை விளையாடித்திரிந்து கொண்டிருக்கும் போதே தோன்றுதல் உண்டு.
- ஆதலால், இந்நோய்க்கு விளையாட்டு அம்மை என்னும் வேறொரு பெயருமுண்டு. ஆனாலும் சில வேளைகளில் தலைநோய், சுரமுள்ளது போன்ற உணர்ச்சி, சோம்பல், முதுகு நோய் ஆகிய குறிகள் தோன்றி, சிறு சுரமாகக் காய்ந்து மூன்றாம் நாள் பருக்கள் கிளம்பும். இப்பருக்கள் முதல் முதல் கழுத்தின் முன்பாகத்திலும் மார்பிலும் தோன்றி பின், உடல் முழுமையும் பரவும்.
- முதலில் பருக்கள் சிறு சிறு கொப்புளங்களாய் மினுமினுத்து அதனுள்ளிருக்கும் நீர் தெரியுமாறு தோன்றும். பின்பு அடி சற்றுச் சிவந்து சீழ் கோர்த்தது போலக் காணும். நாளுக்கு நாள் வரளும். வறண்ட நான்கு அல்லது ஐந்து நாள்களுக்குள் நன்றாய் உலர்ந்து தோல் உரிந்து விழும்.
- அம்மை உண்டான இடங்களில் எவ்விதக் குறியுமின்றித் தோல் தன் பழைய நிறத்தை அடையும்.
- சில வேளை அம்மைக் குரு உடல் முழுமையும் சிறு கொப்புளங்களைப் போல் கைகால்கள் தவிர மற்றைய எல்லா இடங்களிலும் வருவதுண்டு.

Chicken pox (Varicella zoster virus)

- இது ஒரு தொற்று நோய். ஆரம்பத்தில் மிதமான சுரம், உடலில் சிறு கொப்புளங்கள் ஆகியவை முதல் நாளில் இருந்தே தொடங்கும்.

பரவும் வகை

- பாதிக்கப்பட்ட நோயாளியை நேரடியாகத் தொடுவதால் பரவும்.
- மேலும் பிறந்த குழந்தை முதல் சிறுவர்கள் வரை நோய் எளிதில் தாக்கும்.
- பெரும்பாலும் 5–9 வயதுடையவருக்கே ஏற்படும்.
- முதலில் சுரம், பசியின்மை, உடல் அசதி ஆகியன ஏற்படும்.
- அதன் பின் உடல் முழுவதும் குருக்கள் உண்டாகும். அவை முதலில் மார்பு, முதுகு, தோள் ஆகியவற்றில் உண்டாகி, பின் முகம், தலை, கை, கால்களுக்குப் பரவும்.
- பெரும்பாலும் இவை 5 முதல் 20 நாள்களில் வறண்டு ஆறிவிடும்.
- சில வேலைகளில் இவை உணவுக்குழல், மூச்சுக்குழல், கண்ணின் வெள்ளைப் பகுதி, குறி இவற்றில் குருக்கள் உண்டாகும். இவை ஏழு நாள்களில் சரியாகிவிடும்.
- நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியற்றவர்களுக்கு இந்நோயின் தாக்கம் அதிகமாகவே இருக்கும்.
- சிறு குருக்களானது முதலில் மார்பு, முதுகு, தோள் ஆகியவற்றில் தொடங்கி பின் முகம், தலை, கை, கால் ஆகியவற்றிற்குப் பரவும்.

2. தட்டம்மை (Measles)

- இந்நோய் முதலில் தும்மல், இருமல், கண் சிவத்தல், கண் எரிதல், மூக்கு நீர்பாய்தல், கண் இரப்பை வீங்கல் என்னும் குறிகளைக்காட்டி, சுரம் எழும்.
- நான்கு நாள்களுக்குச் சுரம் காய்ந்து விட்ட பின் செம்மண் நிறத்தோடும் கூடிய வேர்க்குருவைப் போன்ற சிறு சிறு குருக்கள், காதின் அடியிலும், கழுத்தின் இருபுறங்களிலும், நெற்றியிலும், முகத்திலும் தோன்றி பின்பு உடல் முழுவதும் கீழ் நோக்கிப் பரவும். இப்பருக்கள் மிகுந்து ஒன்றோடொன்று இணைந்து, திட்டுத் திட்டாய் திரண்டு, சற்று உப்பியும் காணும்.

- குருதோன்றிய எட்டு நாள்களுக்குள் குருக்கள் வாடி, மீன் தோல் போல உதிர்ந்து உலரும். ஆயினும் குரு இருந்த இடம் சில நாள்கள் வரை சிறிது கருத்தே இருக்கும்.

- இக்குருக்கள் எட்டு நாள்களுக்குள் உலர்ந்து விடும் எனக் கூறினும், இதன் இடையில் பலப்பல இடையூறுகள் உண்டாகும்.

- மார்பில் கோழை கட்டி வாய் ஓயாத இருமல், சுரம், வாய் சிவந்து புண்போலாதல், உணவு அருந்த முடியாமை, மூக்கில் இடைவிடாது நீர் பாய்தல், கண் சிவந்து கண் நோய் போலக் கண்ணைத் திறக்க வொட்டாமை, நீர் நீராய்ப் பேதியாதல்.

- உடல் மிகவும் இளைத்துப் போதல் ஆகிய குறிகுணங்களைக் காட்டும்.

Measles (morbilli virus of paramyxovirous family)

- இது ஒரு தொற்று நோய்.
- சுரம், இருமல், சளி, கண்ணில் நீர் வடிதல், வாயின் உட்புறத்தே உள்ள சவ்வுப் பகுதியில் சிறு சிறு சிவந்த புள்ளிகள், உடல் முழுவதும் குருக்கள் ஆகியவை தோன்றும்.
- இது பெரும்பாலும் பனிக்காலத்தில் வரும். சிறு பிள்ளைகளையே பாதிக்கும்.
- எட்டு முதல் பன்னிரெண்டு நாள்களில் சரியாகி விடும்.
- குணமாகிய பின்னும் தோலில் சிறு சிறு குருக்கள் தோன்றிய வடு அப்படியே இருக்கும்.
- முதலில் சுரம், மூக்கில் நீர் வடிதல், கண் சிவத்தல், கண்ணில் நீர் வடிதல் ஆகியவை உண்டாகும்.
- அதன் பின் நான்காம் நாள் உடல் முழுவதும் குருக்கள் உண்டாகும்.
- குருவானது முதலில் காது, நெற்றி, முகம், கழுத்து, அதன் பின் முதுகு, கை, கால், உள்ளங்கால், உள்ளங்கை ஆகியவற்றில் ஐந்து நாள்களில் பரவும்.

- அதன் பின் 4–5 நாள்களில் குருவானது ஆறும்.
- மேலும் நோய் எதிர்ப்புச் சத்திக் குறைவுபட்டால் அல்லது மறுமுள் ஏற்பட்டால் சுரம், வலிப்பு, சன்னி, மயக்கம் ஆகியவை உண்டாகும். இளம் காசநோய் எற்படும்
- மேலும் குருதியானது வாய், மூக்கு, ஆசனவாய் மூலம் வெளியேறி உயிரிழக்கச் செய்யும்.

3. பூட்டுத்தாள் அம்மை

- இந்நோய் வருபவருக்குக் குரு அரிசி மாவால் செய்த பிட்டினைப் படைப்பது நம்நாட்டு வழக்கு.
- பிட்டைப் படைப்பதால் இதற்கு புட்டாளம்மை எனப் பெயரமைந்தது போலும். இவ்வம்மை தாடை (தாள்) கீல் (பூட்டு) வீங்கி வரும் நோயாதலால் பூட்டுத்தாள் அம்மை எனக் கூறல் பொருத்தமாகும். இச்சொல் மாறி புட்டாளம்மை எனவாயிற்று.
- இந்நோயும் அம்மைநோய் போலவே, ஒருவரிடமிருந்து மற்றொருவருக்குத் தொத்தும் தன்மையுடையதாலும், இந்நோயிலும் சுரம் வருவதாலும் இதனையும் அம்மை நோயில் சேர்த்துள்ளனர்.
- சுரம் கொஞ்சமாய் மூன்று நான்கு நாள்கள் காய்ந்து சற்றே குறைந்து தாள் பூட்டை அசைக்க ஒட்டாதவாறு வீங்கும்.
- தாளுக்கு மேற்புறத்தில் கழலை போல் வீங்கி சிவந்து காணும்.
- இத்தாள் வீக்கம் ஒரு புறத்தேனும் இருபுறத்தேனும் உண்டாகும். சில சமயங்களில், முகவாய் அடிப்புறத்தில் வீங்கும்.
- சில பொழுது கழுத்தின் பக்கத்தில் கண்ட மாலையில் வீங்குவது போலக் கழுத்தில் கழலைக் கழலையாய் கட்டி வீங்கும்.
- இவ்வாறு எழும் வீக்கத்தால் நோயினன் வாயைத் திறக்க ஒட்டாமல் மிக வருந்துவான்.
- தாங்க முடியாத வலி உண்டாகும். ஆயினும் மற்றைய அம்மைகளைப் போல் இந்நோயில் உண்டாகும் வீக்கம் சீழ் பிடிப்பதில்லை.

- பெரும்பான்மையாய் இந்நோய் சிறு குழந்தைகளுக்கும் முதிர்ந்த வயதினர்க்கும் வருவதில்லை.
- இஃது ஏழு வயது முதல் இருபது இருபத்தைந்து வயது வரை உள்ளவர்க்கே வருகின்றது.
- சிலருக்கு தாள் பூட்டி வீக்கத்தோடு விரையின் மேல் பாகமும் வீங்குவதுண்டு.
- அவ்வாறே, பெண்களுக்குக் கொங்கை வீங்குவதுண்டு. மற்றும் சிலர்க்குக் காது குத்தல், காதில் சீழ் வடிதல் ஆகிய குறிகளைக் காட்டி காதைச் செவிடாக்கி விடுவதும் உண்டு.

Mumps (Paramyxovirous)

- இது ஒரு வைரஸ் கிருமியால் உண்டாவது. பெரும்பாலும் இது உமிழ்நீர் கோளங்களையே பாதிக்கும்.
- பெரும்பாலும் 5 முதல் 15 வயது உடையவர்களையே பாதிக்கும்.
- பிறந்த குழந்தைகளுக்கு இந்நோய் வராது.

பரவும் முறை

பெரும்பாலும் நோயாளியின் உமிழ்நீர் மூலமாக, காற்றின் மூலம் பரவும் நோய்.

- ஏழு முதல் ஒன்பது நாள்களில் குணமாகும்.
- பெரும்பாலும் வாய், மற்றும் மூக்கின் மூலமாகச் சென்று உமிழ்நீர் கோளமாகிய பரோட்டிட் கிலாண்டில் (சலைவரிகிலாண்டில்) அதன் எண்ணிக்கையைப் பெருக்கும்.
- நோய் வரும்போது சுரம், தலைவலி, வாய் குமட்டல், பசியின்மை ஆகியவை தோன்றும்.
- அதன் பின் காதில்வலி, உணவை உட்கொள்ள சிரமம் ஆகியவை 24 மணி நேரத்தில் உண்டாகும்.
- கன்னம் வீங்கிக் காணல் ஆகியவை உண்டாகும்.

4. பனைமுகரி அம்மை

- இந்நோய் உடல் நொந்து நடுக்கத்துடன் சுரம் கண்டு வாய் பிதற்றல், வியர்வை கொட்டல், உடல் வலித்தல், கண் சிவத்தல், எரிதல், கழுத்து வீங்கல், பித்த வாந்தி செய்தல் ஆகியன ஏற்படும்.
- பெண்ணாகின் பெரும்பாட்டைப் போல் குருதி வெளியாதல், சன்னியின் குறிகுணங்கள் காணப்படுதல்.
- உடல் இளைத்துக் காணினும் பாரமாகவே தோன்றல் முதலியன உண்டாகும்.

Dengu fever (Flavi virus)

- முதலில் சுரம், தலைவலி, மூட்டுகளில் வலி, தோலில் குருக்கள், உடல் அசதி ஆகிய குறிகுணங்களைக் காட்டும்.
- குழந்தைகள் முதல் அனைத்து வயதினருக்கும் ஏற்படும் நோய்.
- நான்கு முதல் ஐந்து நாள்களில் சுரம், தலைவலி, வாந்தி, வயிற்று வலி, மார்பில் தொடு வலி ஆகியவை உண்டாகும்.
- குருதியானது மூக்கில், வாயில், மலத்தில் வெளிப்படும்.
- மேலும் பூப்பின் போது வரும் குருதி போல் இவற்றிலும் கருப்பையிலிருந்து குருதி வெளிப்படும்.
- ஒழுங்காக மருத்துவம் மேற்கொண்டால் 2 முதல் 7 நாள்களில் சுரம் குணமாகும்.

5. மிளகு அம்மை (மிளகன்)

- முதலில் சிறு சுரமாகத் தோன்றி, இடுப்பு, முழங்கால் முதலிய சந்து மூட்டுகளில் சிறிது வீக்கம் உண்டாகும்.
- வன்மையுள்ள உடலும் வெப்பங் கொள்ளும் ஏழாம் நாளில் அம்மை குரு தோன்றும்.
- தக்க மருத்துவம் செய்யின் இஃது எளிதில் நீங்கும்.
- இதனை மொழுக்கன் எனவும் கூறுவர்.

Chikungunya

- இது வைரஸ் கிருமியால் உண்டாகும் நோய்.
- மேலும் கொசுவின் மூலம் பரவும்.
- முதலில் சுரம், மூட்டு வலி, தோலில் குருக்கள் இவை தோன்றும்.
- மழைக்காலங்களில் அதிகமாக உண்டாகும்.
- முதலில் சுரம், தலைவலி, வாந்தி, மூட்டு வலி, வீக்கம், உடலில் குருக்கள் தோன்றும்.
- முதல் மூன்று நாள்களில் சுரம் தோன்றி அதன் பின் மணிக்கட்டு, கை விரல் பொருத்துகள், கால்களில் வீக்கம் ஏற்படும்.
- 4–8 நாள்களில் உடலில் குருக்கள் தோன்றும். அவை மார்பு மற்றும் கை கால்களில் பெரும்பாலும் ஏற்படும்.
- தக்க மருத்துவம் மேற்கொண்டால் 12 நாள்களில் குணமாகி விடும்.

மருத்துவம் (உயிர் காக்கும் சித்த மருத்துவம்)
அம்மை நோய் அதிகப்படாதிருக்க மருத்துவம்

1. நஞ்சறப்பறிச்சான் வேரை நரம்பு நீக்கி அரைத்து புன்னைக்காய் அளவு வெந்நீரில் கலக்கிக் கொடுக்க கக்கலும், கழிச்சலும் காணும்; பத்தியத்திற்குச் சுடுகஞ்சி கொடுக்க அம்மை அதிகப்படாது.
2. விளாயிலை, துரா இலை, மூக்கிரட்டை வேர், தவசி முருங்கைச் சமூலம், ஈருள்ளி ஆகியவற்றை நீராகாரத் தண்ணீர் விட்டு இடித்துப் பிழிந்து, சீரகம் ஒரு வராகன் எடை அரைத்துக் கலக்கி கால்படி வீதம் மூன்று நேரம் கொடுத்தால் வைசூரி வேகம் தணியும்.
3. புளியிலை, கோழியவரை இலை, ஈருள்ளி ஆகியவற்றை ஓர் எடையாய் நீராகாரத் தண்ணீர் விட்டு இடித்துப் பிழிந்து, வடிகட்டி, கால்படி வீதம் மூன்று நேரம் கொடுத்தால் வைசூரியின் அளவு மட்டுப்படும்.

4. வெள்ளைக் குங்கிலியத்தை அவுரி இலைச்சாறு விட்டு அரைத்து, சிறு சுண்டைக்காய் அளவு உருண்டை செய்து உலர்த்தி அதில் ஓர் உருண்டையை வைசூரி கண்ட பின்பு கொடுத்தாலும் வைசூரி அதிகப்படாது.

5. ஆள்காட்டிக் குருவி முட்டை பத்தை உடைத்துவிட்டு, அதில் கொஞ்சம் புழுங்கலரிசியை நனையத்தக்க அளவு போட்டு கருக்காமல், பதமாய் பொரித்து சிமிழில் அடைத்துக் கொண்டு காய்ச்சல் கண்டவுடனே அந்த அரிசியை இடது கையில் கொட்டி வலது கையால் திரிகடி ஒரு பொழுது கொடுத்தால் வைசூரி அம்மை நோய்க் கட்டுப்படும்.

6. பழைய தோல் செருப்பைச் சுட்டுச் சாம்பலாக்கி அந்த நீற்றை திரிகடி அளவு வெந்நீரில் மூன்று பொழுது கொடுத்தால் வைசூரி மட்டுப்படும். மேற்கொள்ளாது.

வைசூரியுடன் உள்ள கிரந்தியானால் மருந்து

1. இளநீரை மேற்பட்டை சீவி வெந்நீரில் அவித்து கண்திறந்து அந்த நீரில் தேற்றான் விதை, முத்தக்காசு ஆகியவற்றில் 5 வராகன் எடை அரைத்துக் கலக்கிக் கொடுக்க வைசூரி பூரிக்கும்.

2. சீரகத்தை மட்டும் அரைத்து இளநீரில் கலக்கி மூன்று வேளை கொடுத்தால் அம்மை பூரிக்கும்.

3. மேக்கிடாரிச் சாணிப் பாலில் பூநாகம், நற்சீரகம், ஆகியவற்றில் 5 வராகன் எடை அரைத்து 3 பொழுது கொடுத்தால் அம்மை நோய் பூரிப்படையும்.

4. பளிங்காயிருக்கிற கருபட்சி, கலைமான் கொம்பு, காண்டாமிருகத்தின் கொம்பு ஆகியவற்றில் 5 வராகன் எடை எடுத்து அரைத்து, மான்கொம்பு ஊறின தண்ணீரில் கரைத்து கால் படி வீதம் கொடுத்தால் பூரிப்பு நிலை எய்தும்.

5. பிராய் மரத்தின் இலையைப் (குட்டிப்பலா) புதுச்சட்டியிலிட்டு நீராகாரத் தண்ணீர் விட்டு நன்றாக அலசி அரைக்கால் படி வீதம் 3 வேளை கொடுத்தாலும் வைசூரி பூரிக்கும்.

வைசூரியின் பேரில் பெருங்கழிச்சல் கண்டால் பரிகாரம்

1. பிச்சி இலையைப் புதுச்சட்டியில் இட்டு நீராகாரத் தண்ணீர் விட்டு நன்றாய்க் கழுவி அரைக்கால் படி நீர் வீதம் மூன்று வேளை கொடுத்தால் கழிச்சல் நிற்கும்.
2. சுக்கு, வேப்பீர்க்கு, எலுமிச்சை வேர், கோரைக்கிழங்கு ஆகியவற்றை இள வறுப்பாய் வறுத்து குடிநீர் செய்து அரைக்கால்படி வீதம் கொடுத்தால் கழிச்சல் நிற்கும்.
3. ஆல், அத்தி, இத்தி, அரசு, மாம்பிஞ்சு, உதி, பிச்சி, துத்தி, கசகசா, ஆகியவற்றின் சருகுகளைச் சேர்த்துக் குடிநீர் செய்து கொடுத்தால் கழிச்சல் நிற்கும்.
4. பொன்முசுட்டை, கிராம்பு, வேப்பீர்க்கு ஆகியவற்றை ஓர் எடையாய் எடுத்து குடிநீர் செய்து கொடுத்தாலும் பெருங்கழிச்சல் நிற்கும்.

வைசூரியால் கடுப்பு, சீதம், இரத்தம் கண்டால் மருத்துவம்

1. முற்றின நாவற்பட்டையைப் பசுவின் பால் விட்டு இடித்துப் பிழிந்து வடிகட்டி அரைக்கால்படி வீதம் 3 வேளை கொடுத்தால் கடுப்பு, சீதம், இரத்தம் ஆகியன நிற்கும்.
2. ஈருள்ளியைப் பசும் நெய்யில் வேகவைத்துக் கொடுத்தால் தீரும்.
3. ஆவாரைப் பஞ்சாங்கத்தை ஓர் எடையாய்ச் சட்டியிலிட்டு வறுத்து நீர்விட்டு குடிநீர் செய்து 3 பொழுது கொடுக்க வைசூரியில் தோன்றும் மேற்கண்ட பிணிகள் தீரும். பழைய மாங்கொட்டையைத் தட்டி இளவறுப்பு செய்து அரைத்து நீராகார நீரிலாவது தயிரிலாவது அரைத்துக் கொடுக்க மேற்கண்ட பிணிகள் தீரும்.
4. முற்றின கல்லத்தி வேர்ப்பட்டை, ஈருள்ளி, சீரகம், ஆகியவற்றில் 5 வராகன் எடை எடுத்து, வெள்ளாட்டுப் பாலில் அரைத்துக் கலக்கி, அரைக்கால் படி வீதம் மூன்று பொழுது கொடுக்க, குறிப்பிட்ட பிணிகள் தீரும்.
5. நீர்க்குடங்களிலிருந்தும் அடிமண்டியைத் தேற்றான் விதையாற்றேற்றித் தெளிவாய் இறுத்து அதில் கருவேப்பிலை ஈர்க்கு, கிராம்பு, மிளகு, வகைக்கு, கழஞ்சி சேர்த்து வறுத்தரைத்துக் கொடுத்தால் தீரும்.

6. இரண்டு வில்வப்பழத்தைச் சிதைத்து வறுத்து ஒரு படி நீர் விட்டு எட்டொன்றாய் வற்றவைத்து வடிகட்டி அதில் அதிவிடயம், கிராம்பு ஆகியவற்றில் வகைக்கு ஒரு காசெடை வறுத்துப் பொடித்துப் போட்டு மூன்று நாள்கள் உட்கொண்டால் மேற்படி பிணிகள் அகலும். ஈருள்ளிச் சாறு, பசும் நெய் இரண்டையும் சமமாகக் கலந்து அரைக்கால் படி வீதம் 3 பொழுது உட்கொள்ளக் கடுப்பு, இரத்தம், சீதம் ஆகியன நிற்கும்.

வைசூரியால் தொடர்கழிச்சல் கண்டால் மருந்து

1. சீந்தில், கோரைக்கிழங்கு, மேல் தோல் நீக்கிய சுக்கு ஆகியற்றில் வகைக்கு 5 வராகன் எடை வெதுப்பிக் குடிநீர் செய்து கொடுத்தால் வைசூரி நோயில் தோன்றும் தொடர்கழிச்சல் தீரும்.

2. மான் கொம்பைக் கோவையிலைச் சாற்றில் மூன்று நாள் ஊறவைத்து அதற்கு மேற்படி இலையை அரைத்துக் கவசம் செய்து 21 நாள் எருவில் புடம் போட பற்பமாகும். அந்த பற்பம் 1 வராகன் எடையை, மான்கொம்பு ஊறின நீரில் கலக்கிக் கொடுத்தாலும் தீரும்.

வைசூரியில் கபம் நெஞ்சில் கட்டித் தொண்டை கம்மினால் மருந்து

1. கர்ப்பூரவல்லிச் சாறு அரைக்கால் படியில், கோரோசனை, 1 வராகன் எடையைக் கரைத்து உள்ளுக்குக் கொடுக்க கபம் நீங்கும்.

2. மாதுளம் பூவைக் குடிநீர் செய்து அதில் கொஞ்சம் தேனும், எலுமிச்சை சாறும் கலந்து கொப்பளிக்க, தொண்டைக் கம்மல் உடனே தீரும். இதை உட்கொள்ளலாகாது.

வைசூரியால் சுரம் கண்டால் மருந்து

1. எலுமிச்சை வேர்ப்பட்டை, ஏலம், சீந்தில், விலாமிச்சு, பற்படாகம், சந்தனம், கோரைக்கிழங்கு ஆகியவற்றில் வகைக்கு 5 வராகன் எடை நறுக்கிப் போட்டுக் குடிநீர் செய்து 3 பொழுது கொடுத்தால் வெப்பு நீங்கும்.

2. மகரப்பூ வராகன் எடை குடிநீர் செய்து அதில் கோரோசனை 1 வராகன் எடையை உரைத்து அரைக்கால் படி வீதம் மூன்று பொழுது கொடுக்க, சுரம் நீங்கும்.

வைசூரியினால் மலம், சிறுநீர் கட்டி வயிறு உப்புசங் கண்டால் மருந்து

ஈருள்ளி, கற்கண்டு ஆகியவற்றில் வகைக்கு 5 வராகன் எடை எடுத்து அரைத்து ஆமணக்கெண்ணெய் 1/8 படியில் கலக்கி உட்கொள்ள மலம், சிறுநீர் வெளியாகி உப்புசமுந் தீரும்.

தாகத்திற்குக் கலைக்கொம்புத் தண்ணீர் செய்யும் முறை

கலைமான் கொம்பை ஊறவைத்து நன்றாய்க் கழுவி உராவின தூள் 2 பலம் சுடுநீரில் போட்டு ஊறவைத்துக் கொண்டு அந்தத் தண்ணீரைத் தாகத்துக்கு வைசூரி கண்டிருக்கும்போது கொடுத்துவர உடலுக்கு ஆரோக்கியத்தையும், சுகத்தையும் தரும். சில மருந்து முறைகளில் கலைக்கொம்புகளைச் சேர்த்துக் கொள்ளும்படிச் சொல்லி இருப்பதால் அதற்கு இந்த முறைப்படி செய்து உபயோகப்படுத்தவும்.

வைசூரியினால் கண்ணில் நோவு கண்டால் பரிகாரம்

1. சீரகத்தைத் துணியில் பொட்டலம் கட்டி தாய்ப்பாலில் ஊறவைத்து நீரில் ஒற்றடம் செய்தால் கண்ணில் தோன்றிய வேதனை தீரும்.

2. சுடு சோற்றில் வெண்ணெய் கலந்து சீலையில் பொட்டலம் கட்டி நீராகார நீரில் தோய்த்து கண்ணில் ஒற்றடம் செய்ய கண்விதன நோய் தீரும்.

விழியில் வைசூரி வராதிருக்க மருத்துவம்

வைசூரிக் காய்ச்சலடிக்கும் போது ஈருள்ளியை வறுத்து மனிதன் வாயில் மென்று கண்ணில் ஊத வைசூரி கண்ணில் வராது.

வைசூரியில் வாயால் இரத்தம் கக்குவதற்கும், நீர்த்தாரையில் இரத்தம் காணுவதற்கும் மருந்து

நன்னாரி வேர்த்தோல் கலைக் கொம்பு ஆகியவற்றில் வகைக்கு 2 வராகன் எடை, பூநாகம் ஐந்தெடுத்து நன்றாய்க் கழுவி அவற்றுடன் சேர்த்துச் சாந்துபோல் அரைத்து கொம்பு ஊறின தண்ணீரில் கரைத்து அரைக்கால்படி விகிதம் மூன்று பொழுது உட்கொள்ள வாயில் இரத்தம் கக்குவதும், நீர்த்தாரையில் இரத்தம் கசிவதும், நீர்த்தாரையில் இரத்தம் விழுவதும் நிற்கும். சன்னி தோடம் வைசூரி உள்வாங்குதலும் தீரும்.

வைசூரியினால் நேரிடும் சூலைகளுக்கு மருந்து

பழங்கூரை வைக்கோலும், வேப்பிலையும் சேர்த்து அவித்து 3 நாள் வரை வேதுவிட்டு ஒற்றடம் இட்டுக் கட்ட சூலை நீங்கும்.

ஆறாத வைசூரி புண்ணுக்கு மருந்து

முற்றின தேங்காயைத் திருகி அதில் புளிய விதையின் மேல் தோலைப் பொடித்துப் போட்டு பிசைந்து பிழியத் தைலம் வரும். அதைப் புண்ணில் போட ஆறும். வீக்கத்தில் தடவ வற்றும்.

வைசூரி இறங்கின பின் நடப்பிக்கும் விதிமுறை

பருத்திப்பிஞ்சு, அத்திப்பிஞ்சு, சாதிக்காய், நற்சீரகம் ஆகியவற்றை ஓர் எடையாய் மோரில் அரைத்து உள்ளுக்குக் கொடுக்கலாம். அதன்பின் வேப்பிலையும் மஞ்சளும் அறுகும் ஓர் எடையாய் அரைத்து உச்சி முதல் பாதம் வரை தேய்த்து குளிர்ந்த காலத்தில் ஒன்று விட்டொரு நாளாக மூன்று முறை தலைமுழுக்கு செய்விக்கலாம். வேப்பிலையும், மஞ்சளும் அரைத்து புண்ணில் பூசிய பின் தயிரைத் தேய்த்து குளிர்ந்த நீரில் முன்போல் மூன்று முறை தலைமுழுக்கு செய்வித்து அதன் பிறகு அவரை இலையை மோரில் அரைத்துத் தலையிலும் உடலிலும் தேய்த்து குளிர்ந்த நீரில் மூன்று முறை தலைமுழுக்கு செய்வித்து, அதன்பின் ஆமணக்கெண்ணெயைத் தேய்த்து உசிலிலை அரைப்பிட்டுத் தலைமுழுக்கு செய்வித்து, நீர் மோர் சோறும், ஈருள்ளியும் உண்பிக்கச் செய்தால் உடல் குளிர்ந்து வலுவடையும். மேற்படி நோய் கண்டவர்களுக்கு உடலிலுள்ள உள்ளுறுப்புகள் வலிமை கெட்டிருப்பதால் ஆறுதிங்கள் செல்லும் வரை காரமான மருந்துகள் கொடுக்கலாகாது. கொடுத்தால் நோயை விளைவிக்கும்.

மறுமுள்ளின் இயல்பு

வைசூரி இறங்கு முன் தலைமுழுக்கு செய்வித்தால் சுரம் காய்ந்து மறுமுள் புடைத்து இரணங்காணும்.

சாதிக்காய், நறுக்கு மூலம், கிராம்பு, சீரகம் ஆகியவற்றில் வகைக்கு 5 வராகன் எடை எடுத்து பொடித்துக் குடிநீர் செய்து அதற்கு சமன் நிம்பச் சாறும், ஈருள்ளிச் சாறும் சேர்த்து முறித்து கொஞ்சம் தேன் விட்டு மத்தித்து அரைக்கால் படி வீதம் மூன்று பொழுது கொடுத்து, வட்டத்துத்தி இலையும் சூடனும் சமன் சேர்த்து அரைத்து ஆமணக்கெண்ணெயால் குழைத்து மறுமுள் உள்ள இரணத்தின் மேல் பூச ஆறும்.

வைசூரியினால் கண்ணில் பூ விழுந்தால் மருத்துவம்

1. பனங்குருத்தைத் தட்டி கண்ணில் பிழிந்தால் வைசூரியினால் உண்டான கண்பூ மாறும்.
2. முருங்கைப்பூ, நெருஞ்சிப்பூ, நந்தியாவட்டப்பூ, சீரகம் ஆகியவற்றை ஒன்றாய்ச் சேர்த்துத் தட்டி கண்ணில் பிழிந்தாலும் கண் பூ மாறும்.

பொது மருத்துவம் (சித்த மருத்துவம்–பொது)

I. **அழல் குற்றத்தைத் தன்னிலைப்படுத்த**

பற்பம்	அனுபானம்
பவளப் பற்பம்	பால்
முத்துப் பற்பம்	நெய்
மாணிக்கப் பற்பம்	வெண்ணெய்
பலகறைப் பற்பம்	பால்
சிலாசத்துப் பற்பம்	பால்
சிருங்கிப் பற்பம்	பால்
தங்கப் பற்பம்	பால்

குடிநீர்

பற்படாகக் குடிநீர்
நிலவேம்புக் குடிநீர்

II. **ஐய குற்றத்தைத் தன்னிலைப்படுத்த**

கஸ்தூரி கருப்பு
கோரோசனை கருப்பு
வசந்த குசுமாகரம்

குடிநீர்

ஆடாதோடைக் குடிநீர்
துளசி குடிநீர்

பூட்டுத்தாளம்மை

தங்கப் பற்பம்
தங்க செஞ்தூரம்

அளவு : 100 மிகி
அனுபானம் : தேன்
வெளிப்பிரயோகம் : வேப்பிலை, மஞ்சள் ஆகியன சேர்த்து அரைத்து கன்னம் அல்லது தாளில் பற்றிடவும்.

புலிக் கொழுப்பை 1 குன்றி அளவு பேயன் பழத்தில் பொதிந்து கொடுக்க அம்மை மிகாது.

சிறப்பு மருத்துவம்

சுரத்திற்கு

கோரோசனை மாத்திரை
கஸ்தூரி மாத்திரை
சாந்த சந்திரோதயம்
வசந்த குசுமாகரம்
பிரம்மானந்த பைரவம்
விஷ்ணு சக்கர மாத்திரை

மேற்கண்டவற்றுள் ஏதாவது ஒரு மாத்திரையை மூன்று வேளை தேனில் தரவும்.

வைசூரி நோயில் வாந்தி, கழிச்சல் உண்டாக்க வேண்டியிருந்தால்

- நஞ்சுமுறித்தான் பாலை வேரின் நரம்பை நீக்கி வெந்நீரில் அரைத்து புன்னைக்காயளவு காலையில் புழுங்கலரிசிக் கஞ்சியில் கொடுக்க வாந்தியையும், கழிச்சலையும் உண்டாக்கி தன்னிலை மிகுந்த குற்றம் தன்னிலைப்படும். முதல் நாள் தந்து பின் மறுநாள் காலையில் புளியங் கோந்து, கோழியவரை இலை ஆகிய இரண்டையும் அரைத்து

சமவெடை வெங்காயம் கூட்டி அரைத்து நீராகாரமிட்டு பிசைந்த சாற்றை 3 நாள்கள் தர முதல் நாள் கொடுத்த மருந்தை முறித்து அதன் கெடுதியைப் போக்கும்.

மலக்கட்டிருந்தால் பேதிக்கு

- ஆலின் பட்டை
அத்தி பட்டை
ஒதியம் பட்டை
மருது பட்டை
மாம் பட்டை — வகைக்கு 2 பலம்
சீரகம் – ½ பலம்
சுக்கு – ¼ பலம்

குடிநீரிட்டு வழங்கவும்.

- சீந்தில்
சுக்கு
கோரைக் கிழங்கு சேர்ந்த குடிநீர்.

வைசூரி நோயில் தோன்றும் நீர் வேட்கைக்கு

- மான் கொம்பைச் சீவி நீரில் ஊறவைத்து உலர்த்தி அந்தப் பொடியில் – 2 பலம் எடுத்து வெந்நீரில் ஊறப்போட்டு, அந்நீரைக் குடிக்க நீர்வேட்கை நீங்கும்.

கழிச்சல், ஆசனக்கடுப்பு கண்டால்

1. வெங்காயத்தை பசு நெய்யில் வேகவைத்துக் கொடுக்க கடுப்புடன் கூடிய கழிச்சல் நீங்கும்.
2. பருத்திப் பிஞ்சு
அத்திப் பிஞ்சு
சாதிக்காய்
சீரகம்

ஆகியவற்றைச் சமஎடை எடுத்தரைத்து 5 கி. மோரில் கலந்து கொடுக்கலாம்.

இரத்தக் கடுப்பு கண்டால்

முற்றிய நாவல் மரத்தின் பட்டையை இடித்து, பசும்பால் கலந்து பிசைந்து, பிழிந்து, வடிகட்டி ¼ படி கொடுக்க இரத்தக் கடுப்பு நீங்கும். நீங்காவிடில் கபாட மாத்திரை ஒன்று 3 வேளை கொடுக்கவும். அனுபானம் – தேன்.

நீர்க்கட்டிற்கு

1. நீர்முள்ளி. குடிநீர் – 30 மி.லி. இருவேளை.
2. சிறுகீரை விதை
   சுரைக் கொடி
   சோம்பு
   காசினி விதை
   நீர் முள்ளி விதை
   வெள்ளரி விதை

ஆகியவற்றைச் சமஎடை எடுத்து முறைப்படி குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கவும்.

வாயிலும், சிறுநீரிலும் குருதி இழியுமாயின்

மண் புழு – 5 எடுத்துக் கழுவி, அதில் நன்னாரியின் வேர், தோல், நரம்பு ஆகியவற்றை நீக்கி 2 வராகன் எடையும் மான் கொம்பு இழைத்த சாந்து 2 வராகன் எடையும் எடுத்து, மான் கொம்பு ஊறின நீர் விட்டரைத்து 3 நாள் தரவும்.

தொண்டைக் கம்மலுக்கு

- கோரோசனையைக் 1 குன்றி அளவு
  கர்ப்பூரவல்லி இலைச் சாற்றில் கொடுக்கவும்.

- மாதுளம் பழச் சாறு
  மாதுளம் பூச் சாறு
  தேன்

ஆகியவற்றைச் சேர்த்து தொண்டையில் பூசவும்.

கண்ணிலுண்டாகும் பூவிற்கு

1. பனங்குறுத்தை எடுத்து நசுக்கி, கண்ணில் பிழிய பூ நீங்கும்.
2. நெல்லியிலையைக் குடிநீரிட்டு கண்ணிலிட கண் கொப்புளம் நீங்கும்.

3. சீரகத்தை பொட்டணம் கட்டி, தாய்ப்பாலில் துவைத்து ஒற்றடமிட விழியிலுண்டாகும் வலி போகும்.

4. வெங்காயப் பூவை வாயிலிட்டு மென்று குரு விழுந்த கண்ணில் ஊத குரு வற்றும்.

5. முருங்கைப் பூ

நெருஞ்சில் பூ

நந்தியாவட்டைப் பூ

சீரகம்

ஆகியவற்றைக் கூட்டி, கசக்கி, கண்ணில் விட பூ நீங்கும்.

6. சுடு சோற்றில் வெண்ணெய் கூட்டி நிசி நீரில் துவைத்து, விழிக்கு ஒற்றடமிடக் கண்ணீர் வடிந்து போகும். அம்மைப் புண் வடு மறைய புதிய புளியங்கொட்டைகளை இளம் வறுப்பாக வறுத்து அதன் தோலைப் பொடித்து, தேங்காய்த் துறுவல் கூட்டி பிசைந்தால் வரும் எண்ணெயினைக் கொப்புளங்களுக்குப் பூச மறையும்.

உணவு

- **சுரத்தின் போது**

  கருங்குருவை அரிசி மாவுக் கஞ்சி
  கூவை மாவுக் கஞ்சி
  பார்லி கஞ்சு கொடுக்கலாம்.

- **சுரம் தணிந்த பின்**

  ❖ குளிர்ச்சியான உணவுகளைக் கொடுத்தல் வேண்டும்.

  ❖ கேழ்வரகு மாவும், அரிசி நொய்யும் சேர்த்து, தண்ணீர் விட்டு புளிக்க வைத்து, கூழ் காய்ச்சி அதில் சிறிய வெங்காயம் அரிந்து போட்டு, மோர் கலந்து உணவாகக் கொடுப்பது நல்லது. இக்கூழும், ஈருள்ளியும் வெப்பத்தைத் தணிக்கக் கூடியவை.

அன்றியும் நோயுள்ள போது ஆறிய சோறு, மிளகு நீர் கொடுக்கலாம்.

- அம்மை இறங்கிவிட்டால் நீர் மோரும், சோறும் உண்ணலாம்.
- காரமான உணவு ஆகாது.
- எலுமிச்சை பழச்சாறு, பழம்புளி, நெல்லி, பனங்கற்கண்டு, கறிவேப்பிலை, கெளிற்றுக் கருவாடு, குறவை கருவாடு, பச்சைப் பயறு, காராமணி, வெள்ளாட்டு வற்றல், உடும்பு, ஊர்க்குருவி, வாழைக்கச்சல், வெள்ளெலி, அத்திப்பிஞ்சு, ஆகியவற்றை உணவில் உடல் நிலை அறிந்து சேர்த்துக் கொள்ளவும்.

ஆகாத பதார்த்தங்கள்

காரமான உணவு, தேங்காய், மாங்காய், நல்லெண்ணெய், சோற்றாவி, நெல்லாவி, கறிகள் அவித்த வாடை, பிண்ணாக்கு ஆகியன உண்டால் குருவில் குத்துண்டாகி கடுப்பெடுத்து கரடு கட்டி கைகால் முடக்கும்.

படுக்கை

படுக்கை மென்மையுடையதாயும், கொப்புளத்தில் சீழ் வெளியாகாததாயும், எறும்பும், ஈயும் அணுகாததாயும் இருத்தல் வேண்டும். வேப்பிலையில் படுக்கை தயாரித்து படுக்க வைப்பது சிறந்தது.

குளியல்

அம்மை முற்றிலும் இறங்கிய பிறகு வெயிலில் நீரைக் காயவைத்து அதில் வேப்பிலை, மஞ்சள், ஆவாரம்பூ ஆகியவற்றைச் சேர்த்து அரைத்து உடல் முழுதும் தேய்த்துக் குளிப்பது நல்லது.

ஆதார நூல்கள்

- சித்த மருத்துவம் (பொது)
  – Dr. நா. குப்புசாமி முதலியார்.
- Essential pediatrics
  . O.P. GHAI
- உயிர் காக்கும் சித்த மருத்துவம்
  பதிப்பாசிரியர் – எஸ்.பி.இராமச்சந்திரன்.

17

கபவாதசுரம் (நிமோனியா)

மரு.T.K. கல்யாணசுந்தரம்

சுரம் என்ற தலைப்பில் அறுபத்து நான்கு வகையான சுர நோய்கள் சித்த மருத்துவ நூலில் சொல்லப்பட்டுள்ளன. முக்கியமாக கப வாத சுரம் என்ற பிரிவு நிமோனியா நோய்க் குறிகளைக் கொண்டுள்ளதாகும்.

பெருகிய சேத்துமத்தில் பிணங்கிய வாதம் வந்தால்
கருதிய சந்நி வாத சுரமென்று கூறலாகுந்
திரியவே கையும் காறும் நெஞ்சோடு சேர நோகும்
மருவிய வயிறு தானு வகைபடச் சிதையுமன்றே

(கனக சபாபதிக் கையேடு)

ஐயப்பெருக்கோடு கூடிய வளியில் வரும் சுரத்தில் முப்பிணி தொடரும். மேலும் கை, கால், நெஞ்சு ஆகியன நோகும் என்றும் வயிறு நொந்து கழியும் என்றும் சொல்லப்படுகிறது.

இந்நோய், எதிர்ப்புச் சக்தி குறைந்த நிலையில் எந்த வயதிலும் எளிதில் வரக்கூடிய நோயாகும். குறிப்பாக இளம் குழந்தைகள், இளம் காசநோயாளர், எய்ட்ஸ் நோய் உள்ளோர், வயதில் மூத்தோர் ஆகியோர் பாதிக்கப்படுவர்.

நுரையீரல் முழுவதும் அல்லது ஒரு பகுதி அழற்சியடைந்து இறுக்கம் அடைவது நிமோனியா என்று குறிப்பிடப்பெறும். மூச்சுச் சிற்றறைகளுக்குள் திரவம் தேங்கும்; வீக்கம் அடைந்த செல்கள் காணப்படும். இதனால் நுரையீரலில் வாயு பரிமாற்றமும் காற்று நுண்ணறைகளின் செயற்பாடுகளும் பெரிதும் பாதிக்கப்படுகின்றன. இதைத் தொடர்ந்து உடல், செயல் மாற்றங்கள் நோய்க்குறிகளாக வெளிப்படுகின்றன.

இந்நோய் ஏற்படப் பல காரணங்கள் உள்ளன. பாக்டீரியா, வைரஸ், அமீபா, பூஞ்சைகள் மற்றும் நீர், எண்ணெய், பனிக்குட திரவம், காட்டுமலம், நீரில் மூழ்குதல், வாந்தி, நச்சுப்பொருள், மண்ணெண்ணெய் குடித்தல் போன்ற காரணங்களினால் இந்நோய் ஏற்படும்.

நோய்க் குறிகள்

சோம்பல், சுரம், நடுக்கம், இரவில் வியர்வை, வாந்தி, உணவு மறுத்தல், மூச்சுத்திணறல், இருமல், சளி ஆகியன (இரத்தம் கலந்து துருப்பிடித்து நிறுத்தல்) காணப்படும். வேகமான இதயத்துடிப்பு, அதிக சுவாசம், (துரிதமான மூச்சால் மூக்கில் துவாரங்கள் புடைப்பு) இருமலைத் தொடர்ந்து ஆழ்ந்த சுவாசம் ஆகியன காணப்படும். நுரையீரல் பாதிக்கப்பட்ட பகுதியில் தட்டிப்பார்க்கும் பொழுது (Percussion) பாதிப்புத் தெரியும். தெளிவான குழல் ஒலி (Rales) ஒவ்வொரு ஆழ்ந்த சுவாசத்திலும், இருமலைத் தொடர்ந்து காணப்படும்.

நோய் அறுதியீடு

- முழுமையான இரத்தப் பரிசோதனை (வெள்ளை அணுக்கள் ஆய்வு)
- எக்ஸ்ரே, சிடி ஸ்கேன் (நுரையீரல்)
- சளிச் சோதனை (Culture)
- குருதியில் வாயுக்களின் அளவுகளை மதிப்பிடல் (Maintaining arterial Po2 over 60 mm Hg)

மேலும், மற்ற நோய்களில் இருந்து–சயநோய், நுரையீரல் சீழ்க்கட்டி, மூச்சு கிளைக்குழல் விரிவுநோய் (Branchiatectosis), நுரையீரல் புற்றுநோய், புளுரா நோய்களில் இருந்து–நிமோனியா நோய் பிரித்தறியப்படவேண்டும்.

மருத்துவம்

முதன்மையாய் அமைந்த கோளாறுகளைப் போக்கி, தன்னிலை திரிந்த இக்குற்றங்களைத் தத்தம் வழி மீண்டும் நிகழச் செய்ய வேண்டும். பட்டினி, கழிச்சல், மூக்குப்பொடி, மூக்குத்திரி, கண்மருந்து, வியர்வை, பற்று போன்ற மருத்துவ முறைகளைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டும்.

- வாந்தி அதிகம் இருப்பின் திரவங்கள் அதிகம் கொடுக்க வேண்டும்.
- மூச்சுவிடச் சிரமம் இருப்பின் பிராண வாயு செலுத்த வேண்டும்.
- வசந்த குசுமாசர மாத்திரையை வெள்ளாட்டுப்பாலில் வழங்க வேண்டும்.
- பிரமானந்த பைரவ மாத்திரையை இலைக்கள்ளியை வதக்கிய சாற்றில் வழங்க வேண்டும்.
- எம தண்டக் குளிகையை கற்க வள்ளிச் சாற்றில் வழங்க வேண்டும்.
- கத்தூரி கருப்பை தும்பைச் சாற்றில் வழங்க வேண்டும்.
- மார்பில் கோழை அதிகம் கட்டியிருப்பின் முகமுசுக்கை இலைச்சாற்றைப் பக்குவம் செய்து வழங்கலாம்.
- ஆடாதோடை குடிநீர், அரத்தைக்குடிநீர் ஆகியன வழங்கலாம்.
- கற்பூரத் தைலத்தை முதுகு, நெஞ்சு ஆகிய பகுதிகளில் நன்கு தேய்த்துத் தட்டிக் கொடுக்க கோழை வெளிப்படும்.

- குப்பைமேனிச் சாறு எடுத்து பக்குவம் செய்து தகுந்த அளவு வழங்கலாம்.

வாந்தி

வாத சுரம், பித்த சுரம் ஆகியவற்றிற்கு வாந்தி எடுக்க மருந்து கொடுப்பது நன்றன்று. கப சுரத்தால் கோழை கட்டிக் கொள்வது இயல்பு. எனவே நோயின் தன்மைக்குத் தக்கபடி மருந்து கொடுத்து வாந்தி எடுக்கச் செய்தல் நலம். வாந்தி மருந்து, கழிச்சல் மருந்து இரண்டையும் ஒரே மருந்தாகக் கொடுத்தல் நன்று (எ.கா). சஞ்சீவி மாத்திரையை உத்தாமணிச் சாற்றில் கொடுக்க கழிச்சல் ஏற்படும். உடன் வெந்நீர் பருக வாந்தி ஏற்படும்.

வியர்வை

நொச்சித்தழை ஒரு பிடி, மஞ்சள் 1/4 துண்டு ஆகியவற்றை இடித்து குடிநீர் செய்வது போல செய்து நீர்விட்டு, செங்கல் போட்டு வியர்வை பிடிக்கவும்.

கண் மருந்து

தாய்ப்பாலில் ஒரு இலவங்கத்தை இட்டு ஊறவைத்து துணியில் முடிந்து கண்ணில் பிழியலாம்.

மூக்கு மருந்துகள்

தும்பைச் சாற்றைப் பிழிந்து 1 துளியளவு மூக்கில் விடவும்.

கலிக்கம்

தும்பைவேர், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி ஓர் எடையாக தாய்ப்பாலில் அரைத்து பின் தேனிலும் அரைத்து உருட்டி உலர்ந்தி துளசிச் சாற்றில் இழைத்து கண்ணில் இடவும். மேலும் இலவம் பஞ்சு படுக்கை, பனை விசிறி, வெட்டிவேர் விசிறி ஆகியவற்றைப் பயன்படுத்தவும்.

போர்வை

குளிர்சுரம், கப சுரம் ஆகியவற்றிற்கு போர்வை மிக முக்கியம். மேலும், சுரம், குளிர் போன்ற காரணங்களினால் உடலில் நீர் சேர்ந்து கொள்ளும். இதற்கு கம்பளிப் போர்வை மிகவும் சிறப்பானது.

18

டெங்கு காய்ச்சல்

மரு. T.K. கல்யாணசுந்தரம்

பிளாவி (Flavi) வைரஸ் என்ற கிருமி ஏடிஸ் எஜிப்டி என்ற கொசுக்கள் வழியாக பகல் நேரங்களில் மனிதர்களைக் கடித்து டெங்குசுரத்தைப் பரப்பும் தன்மையுடையது. இந்த வகைக் கொசுக்கள் பழைய நீர்த்தொட்டி, டயர், குடங்களில் தேங்கிய நீர் ஆகியவற்றில் வாழும் தன்மையுடையன. மேலும் இந்நோயால் இரத்தக் கசிவு ஏற்படுத்தும் ஒரு வகையும் (Dengue Hemorrhagic Fever) உள்ளது. முதன்மை டெங்கு காய்ச்சல் ஏற்பட்டதைத் தொடர்ந்து, இரத்தக் கசிவு நிலை ஏற்படும். இந்நோய் வயதுவந்த குழந்தைகள், பெரியவர்கள் ஆகியோரிடம் காணப்படும். கொசுக்கள் கடித்து 5 முதல் 6 நாள்களுக்குள் நோய் காணப்படும். இந்த வகைக் கொசு, சுரத்தால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளவர்களைக் கடிக்கும் பொழுது நச்சுத்தன்மை ஏற்பட்டு, அடுத்து மற்ற மனிதர்களைக் கடிக்கும் பொழுது நோய் பரவுகிறது.

நோய்க் குறிகள்

அதிகம் சுரம் காய்தல், தலைவலி, கண்களைச் சுற்றி வலி, தசைவலி, எலும்பு வலி, மூட்டு வலி, பசியின்மை, சுவையின்மை, சோர்வு, முகம் சிவந்து காணப்படுபவர்களுக்கு தோலில் சிறு தடிப்புகள் ஆகியன காணப்படும். மூக்கு நீர் வடிதல், லசுனதாபிதம் போன்ற குறிகள் காணப்படும். கழுத்துக் கழலைகள், கல்லீரல், மண்ணீரல் வீக்கம் ஆகியன காணப்படும். இரத்தக் கசிவு காணப்படும். இரத்தத் தட்டுகள் குறைவுபடல், சிறு இரத்தக் குழாய் கசிவுகள், நீர், உப்புச்சத்துகள், புரதங்கள் மாறுபட்ட பரிமாற்றம் காரணமாக நீர்த்துவம்

குறைந்து காணப்படல், தொடர்ந்து பசி, தாகம், வாந்தி, இரத்தத்தில் அடர்த்தி குறைதல் ஆகியன காணப்படும். இதைத் தொடர்ந்து இதயப் பளு அதிகரித்தல், திசுக்கள் சோர்வு, தொடர்ந்து குடல் பகுதயில் இரத்தக்கசிவு, மூளையில் இரத்தக் கசிவு ஆகியன ஏற்பட்டு இறப்பு ஏற்படவும் வாய்ப்பு உண்டு.

பரிசோதனை

- குருதிப் பரிசோதனை
- வெள்ளையணுக்கள் மாறுபட்ட நிலை
- பிளாட்டிலெட் குறைவுபடல்
- வைரஸ் சோதனை

மருத்துவம்

சிறப்பான மருத்துவ முறைகள் ஏதும் இல்லை. சுரம் குறைய தொடர்ந்து சுர மருத்துவம் செய்ய வேண்டும். வலிகளைக் குறைக்க தேவையான அளவு உடலில் நீர்த்துவம் ஏற்படச் செய்யவேண்டும். போதுமான அளவு ஊட்டச் சத்துள்ள உணவுகளை வழங்குதல் வேண்டும்.

19

வளிக்கீல் வாயு

மரு. S. காந்திமதி

குழந்தைப் பருவத்தில் மூட்டுகளைப் பாதிக்கும் நோய்களில் ஒன்று வளிக்கீல்வாயு ஆகும். இந்நோயில் கீல்களில் வளிக்குற்றம் அதிகரித்து நோய் உண்டாவதால் இது வளிக்கீல்வாயு எனக் குறிப்பிடப்பெறுகிறது. இது நோய்த் தொற்றின் காரணமாக உடலில் நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி குறைந்து உண்டாகும் நோயாகும். இந்நோய்க் கிருமிகள் உடலினுள் நுழைந்தபின் அதனை எதிர்க்கும் உடல்எதிர் பொருள்கள் (Antibodies) உற்பத்தியாகின்றன. இந்த உடல் எதிர் பொருள்கள் உடலில் உள்ள இணைப்புத் திசுக்கள் (Connective tissues) மற்றும் இதயத்தசைகளைப் (Cardiac muscles) பாதிக்கின்றன. இதன் காரணமாக, கீல்களில் வலி, வீக்கம் கண்டு நீட்டி மடக்க முடியாமல் செய்து படுக்கையில் கிடத்துகிறது. இத்துடன் ஐயக்குற்றமும் சேர்ந்து பல உறுப்புகளைப் பாதிக்கிறது. குழந்தைப் 'பருவத்தில் உண்டாகும் இந்நோய் வயதுவந்த பின்னரும் தொடருகிறது. இந்நோய் இதயத்தைத் தாக்கும்போது கடுமையான பாதிப்புகளை உண்டாக்குகிறது.

நோய்தாக்கும் வயது

5 வயது முதல் 15 வயது வரை உள்ள குழந்தைகளே அதிகம் பாதிக்கப்படுகின்றனர். 5 வயதுக்குக் கீழே அரிதாக ஒருசிலரே பாதிப்புக்கு உள்ளாகின்றனர். வளிக்கீல்வாயு நோய் பெண் குழந்தைகளுக்கு ஏற்பட்டால் அது இதயத்தில் உள்ள ஈரிதழ் வால்வையும் (Mitral Valve), ஆண் குழந்தைகளுக்கு ஏற்பட்டால் அது பிறைச்சந்திர வால்வையும் (Aortic Valve) பாதிக்கிறது.

நோய்க்கான காரணங்கள்

குருதியைச் சிதைக்கும் ஸ்ட்ரெப்டோகாக்கை (Group A - Beta haemolytic streptococci) என்ற கிருமியினால் இந்நோய் உண்டாகிறது. இக்கிருமி பெரும்பாலும் வாய்வழியாகவே உடலுள் நுழைகிறது. வாய்ப்பகுதியில் முதலில் இது தொண்டையைப் பாதித்து அங்கு புண்களை (Sore throat) உண்டாக்குகிறது. பருவகால மாறுபாடுகளின் காரணமாகவும் இந்நோயின் தன்மை அதிகரிக்கிறது.

நோயை அதிகப்படுத்தும் காரணிகள் (Predisposing Factors)

1 ஊட்டச்சத்துக் குறைபாட்டு நிலை மற்றும் நோய்கள்

2 போதுமான சுற்றுப்புறச் சுகாதாரமின்மை

3 மக்கள் நெருக்கம் மிகுந்த பகுதிகளில் வசித்தல்

4 உடலில் நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி குறைந்த நிலை

5 சுகாதாரமற்ற உணவு, குடிநீர் வகைகளைக் கொள்ளல்

6 குளிர்ந்த பொருள்களை உண்ணல்

7 குளிர் காற்றில் இருத்தல்

8 மழையில் நனைதல், பனியில் படுத்தல்

நோய் முற்குறிகள்

- மூக்கடைப்பு
- மூக்குநீர் வடிதல்
- தொண்டைக் கரகரப்பு
- தொண்டையில் வலி, புண் உண்டாதல்
- சிறு சுரம்
- உடல் சோர்வு
- கை, கால் நோதல்
- மூட்டுகளில் வலி
- நாவறட்சி
- பசியின்மை

நோய்க் குறிகள்

இந்நோய் கண்ட 50 சதவீதம் குழந்தைகளுக்கு முதலில் தொண்டையில் புண் மற்றும் சுரம் காணப்படும். இந்நோய்க்கான குறிகளை இரண்டு வகையாகப் பிரிக்கலாம்.

முதன்மைக் குறிகள் (Major Criteria)

துணைக் குறிகள் (Minor Criteria)

முதன்மை நோய்க்குறிகள்

- இதயப் பாதிப்பு (Carditis)
- மூட்டுகள் பாதிப்பு (Arthritis)
- தோலுக்கு அடியில் கட்டிகள் உண்டாதல் (Subcutaneous Nodules)
- கைகளில் நடுக்கம் (Chorea)
- தோலில் சிவந்த சிறிய தடிப்புகள் உண்டாதல் (Erythema Margi natam)

துணைக்குறிகள்

- சுரம்
- மூட்டுகளில் வலி மாறி மாறி உண்டாதல்
- ஆய்வுக்கூடத் தேர்வுகள்
- குருதி வெள்ளை அணுக்கள் அதிகரித்துக் காணல் (Leucocytosis)
- குறுதி சிவப்பணுக்கள் வண்டல் வேகம் அதிகரித்தல் (Raised ESR)
- CRP காணப்படல் (C - reactive protein)
- இதயமின் வரை படத்தில் (ECG) PR – நேரம் நீண்டு காணல் (Prolonged PR Interval)

I. முதன்மைக் நோய்க்குறிகள்

இதயப்பாதிப்பு (Carditis)

இந்நோயில் இதயத் தசைகள் முழுமையாக நோய்த் தொற்றுகளால் பாதிக்கப்படுகின்றன. இதயத்தின் மூன்று படைகளும் (Pancarditis)

(Pancarditis). வளிக்கீல்வாயு நோயில் 50 முதல் 60 சதவீதம் பேர் இதயப்பாதிப்புக்கு உள்ளாகின்றனர். இந்த வகையான இதயப்பாதிப்பு, நோய் ஏற்பட்ட முதல் மூன்று வாரங்களில் உண்டாகிறது. சிலருக்கு இதயத்தின் வெளிஉறை மட்டும் (Pericarditis) பாதிக்கப்படலாம். இதனுடன் பொதுவாக இதய வால்வுகளில் ஈரிதழ்வால்வு (Mitral Valve), மற்றும் கண்டரை வால்வுகள் (Aortic Valve) பாதிக்கப்படுகின்றன. நோய்கண்ட பெரும்பாலோருக்கு இதயவால்வுகள் பாதிக்கப்படுகின்றன.

அரிதாக சிலருக்கு இதயத்தசைகள் (Myocarditis) பாதிக்கப்படுகின்றன. இதனால் இதயம் பெரிதாகி அதன் வேலையைச் சரிவரச் செய்ய இயலாத நிலை (Cardiac failure) உண்டாகிறது. இதன் காரணமாக இதய ஒலியில் (murmur) மாற்றங்கள் உண்டாகின்றன. அநேக குழந்தைகளுக்கு இதயத்தின் உள்படை பாதிக்கப்படுகிறது. இதனுடன் சேர்ந்து பெரும்பாலும் இதய வால்வுகளும் பாதிக்கப்படுகின்றன. இதய வால்வுகள் நோய் கண்ட நிலையில் சுருங்கிக் காணப்படும். (Mitral stenosis, Aortic stenosis). இந்நிலையில் வால்வுகள் சரிவர மூடித்திறக்காத காரணத்தினால் குருதி வெண்டிரிகளில் இருந்து ஏட்ரியத்துக்கு செல்லும் நிலை (Mitral & regurgitation மற்றும் கண்டறையிலிருந்து வெண்டிரிகளுக்குச் செல்லும் நிலை உண்டாகிறது Aortic (regurgitation).

2. மூட்டுகள் பாதிப்பு (Arthritis)

உடலில் உள்ள பெரிய மூட்டுகள் அதிகம் பாதிக்கப்படுகின்றன. இதில் முக்கியமாக முழங்கால், கணுக்கால், முழங்கை மூட்டுகள் அதிகம் பாதிக்கப்படுகின்றன. சிலருக்கு அநேகமாக சிறிய மூட்டுகளும் பாதிக்கப்படலாம். இந்நோயில் சுரம் அதிகரிக்க, அதிகரிக்க மூட்டுகளில் வலி, வீக்கம் அதிகமாகிறது. மூட்டுகளில் வீக்கம் குறையும் போது சுரமும் குறைகின்றது. நோயின் வலிமை குறைந்து கொண்டு வரும் நிலையில் மூட்டுகளில் வலி, வீக்கம், சுரம் ஆகியன குறைந்து பின் புதிதாக வேறு ஒரு மூட்டில் வலி, வீக்கம் படிப்படியாக அதிகரித்துக் கொண்டே வருகிறது. இந்நிலையில் சுரமும் மீண்டும் அதிகரிக்கும்.

இவ்வாறு பெரிய மூட்டுகளில் வலி, வீக்கம் காணும்போது அதற்கேற்றாற்போல் சுரமும் தோன்றித் தோன்றி மறையும் இயல்பு வளிக்கீல்வாயு நோய்க்கே உரிதான முக்கிய நோய்க்குறியாகும். பாதிக்கப்பட்ட மூட்டுகளில் செயல்பாடுகள் குறைகின்றன. வளிக்கீல்வாயு நோய் கண்ட

முதல் வாரத்திலேயே மூட்டுகள் பாதிக்கப்படுகின்றன. நோய் முற்றிய நிலையில் மூட்டுகள் முழுமையாகப் பாதிக்கப்படுகின்றன.

3. தோலுக்கு அடியில் கட்டிகள் தோன்றுதல் (Subcutaneous Nodules)

தோலுக்கு அடியில் சிறிய கட்டிகள் என்புகளின் நீட்சிகளைப் போல் உண்டாகின்றன. இவை சிறிய குண்டுசியின் தலை வடிவில் இருந்து பாதாம் கொட்டை அளவு வரை இருக்கும். இக்கட்டிகளால் வலி உண்டாவதில்லை. இம்மாதிரியான கட்டிகள் நோய்கண்ட ஆறுவார காலத்துக்குப் பின்னரே உண்டாகின்றன. இக்கட்டிகள் எல்லோருக்கும் உண்டாவதில்லை. குறிப்பிட்ட ஒரு சிலருக்கே (3–5%) உண்டாகிறது. இவ்வகையான கட்டிகள் எப்போதும் இதயப்பாதிப்புடன் இணைந்தே காணப்படுவதாகும்.

4. கைகளில் நடுக்கம் (Chorea)

இது நோயின் பின்பகுதியில் உண்டாகும் ஒரு நோய்க் குறியாகும். இதில் கைகளில் ஒரேமாதிரியான நடுக்கம், உடலின் சில இடங்களில் பேசிகள் தனித்துத் துடித்தல், நடப்பதில் சிரமம் ஆகிய நோய்க்குறிகள் இணைந்திருக்கும். வளிக்கீல்வாயு பெண் குழந்தைகளுக்கு உண்டானால் அதிகம் இம்மாதிரியான நோய்க்குறிகள் காணப்படும்.

5. தோலில் சிவந்த சிறுபடைகள் காணப்படுதல் (Erythema Marginatum)

இந்நோய்க்குறிகள் நம் நாட்டினரை விட மேல் நாட்டினரிடையே தெளிவாகக் காணப்படும். வெண்மை நிறத் தோல் கொண்டவர்க்கு இது தெளிவாகத் தெரியும். இது சிவந்த நிறத்தில் தோலின் மட்டத்திலேயே (Not raised above the skin) காணப்படும். இதில் அரிப்பு, நீர்க்கசிவு போன்ற எதுவும் இருக்காது. இது நோய் உண்டான முதல் வாரத்திலேயே உண்டாகும் அறிகுறியாகும். இது பெரும்பாலும் மார்புப் பகுதியில் தான் அதிகம் காணப்படும்.

II. துணை நோய்க்குறிகள் (Minor Criteria)

1. சுரம் (Fever)

உடல் வெப்பநிலை உயர்ந்து (103°F வரை அதிகரித்து) காணப்படும். பெரும்பான்மையான குழந்தைகளுக்கு நோய்த்தொற்று உள் நுழைந்தவுடன் காணப்படும். முதல் அறிகுறி இதுவே ஆகும். மூட்டுகளில் வலி, வீக்கம்

அதிகரிக்கும் போது சுரமும் அதிகரிக்கும். மூட்டுகளில் வலி, வீக்கம் குறையும் போது சுரமும் குறையும்.

2. மூட்டு வலி (Arthralgia)

பெரிய மூட்டுகளில் வலி உண்டாகிறது. இது பெரும்பாலும் முழங்கை, முழங்கால் கணுக்கால் மூட்டுகளில் ஏற்படுகிறது. இவ்வலி ஒரு மூட்டில் இருந்து மற்றொரு மூட்டுக்கு மாறி மாறிக் காணப்படும்.

3. மலக்கட்டு

4. நீர்க்கட்டு, நீர் கழிக்கும் போது எரிச்சல்

5. ஆய்வுக்கூட பரிசோதனைகள் (Laboratory Manifestation)

- குருதியில் வெள்ளை அணுக்கள் அதிகரித்துக் காணப்படுதல் (Leucocysotis)
- குறுதி சிவப்பணு வண்டல் வேகம் அதிகரித்தல் (Raised ESR)
- குருதியில் ('C' reactive) புரதம் அதிகரித்தல்
- இதய மின் வரைபடத்தில் (ECG) PR இடைவெளி அதிகரித்துக் காணப்படுதல்
- குருதியில் ASO அளவு (Antistreptolysin 'O') அதிகரித்தல்
- தொண்டையில் உள்ள திசுக்களில் நோய்த் தொற்றினை அறிதல் (Throat Culture)

குற்ற வேறுபாடுகள்

வளிக்குற்றம் மிகுந்து ஐயத்தைத் தனக்குத் துணையாகக் கொண்டு வாதத்தின் தொழிலைக் கேடடையச்செய்யும். இதில் வியானன், அபானன் ஆகிய இரு வாயுக்கள் கேடடைகின்றன. வியானன் கேடடைவதால் கீல்களில் வலி, வீக்கம், அசைப்பதில் சிரமம் போன்ற நோய்க்குறிகள் உண்டாகின்றன. அபானன் கேடடைவதால் ஒரு மூட்டில் உள்ள வீக்கம் மற்றொரு மூட்டுக்குப் பரவுகிறது. இதனுடன் நீர்க்கட்டு, மலக்கட்டு போன்ற நோய்க்குறிகளும் காணப்படும்.

ஏழு உடற்கட்டுகளில் முதலில் செந்நீர் கேடடையும். எனவே பசியின்மை, உடல் வெளுத்தல், உடல் ஊதல் ஆகிய நோய்க்குறிகள் உண்டாகின்றன. இந்நோய் நாள்பட்ட நிலைப்படும் போது மற்ற உடற்கட்டுகளும் கேடடைந்து உடல்வலிமை குன்றும்.

மருத்துவம்

- தன்னிலையில் அதிகரித்த வாதக் குற்றத்தைக் குறைக்கவும் கேடடைந்த பரவுகால், கீழ்நோங்குங்கால் ஆகியவற்றைக் கட்டுப்படுத்தவும் முதலில் நோயாளியின் வயது தன்மைக்கு ஏற்ப கழிச்சல் மருந்துகளைத் தரவேண்டும்.
- சுரம் இருக்கும் போது அதனைப் போக்க சுரம் நீக்கும் மருந்துகளைத் தரவேண்டும். மேலும் போதுமான ஓய்வு (Bed Rest) கொடுக்க வேண்டும்.
- மூட்டுகளில் வலி உள்ளபோது வலி நிவாரணி (Analgesic) மருந்துகளை உள்ளுக்குக் கொடுத்து வெளியேயும் பூச வேண்டும்.
- நோய் எதிர்பொருள் மருந்துகளைக் கொடுக்கவேணடும். (Antibiotics)
- உடலில் கை நடுக்கம் இருக்கும் போது நரம்புகளை வலிமைப்படுத்தும் மருந்துகளைத் தரலாம்.
- மற்ற குற்றங்களைத் தன்னிலைப்படுத்த மாத்திரை, பற்பம், செந்தூரம், மெழுகு ஆகியவற்றைப் கொடுத்து அதற்குத் துணையாகக் குடிநீர்களைக் கொடுத்து கீல்களில் தங்கிய ஐயத்தைப் போக்க மேல்பூச்சு எண்ணெய், ஒற்றடம், பற்று மருந்துகளை வழங்க வேண்டும்.
- உடலில் நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியை அதிகரிக்கும் மருந்துகளைக் கொடுக்க வேண்டும்.

I கழிச்சல் மருந்துகள்

- கோடாசூரி மாத்திரை – ஒன்று அதிகாலை வெறும் வயிற்றில் வெந்நீருடன் தரலாம்.
- சஞ்சீவிமாத்திரை உத்தாமணிச் சாறுடன் கொடுக்க, வாந்தி எடுக்க வைத்து பேதியை உண்டாக்கும்.

- அட்டபையிரவ மாத்திரையைச் சிற்றரத்தைக் குடிநீருடன் தரலாம்.

மேகநாத குளிகை

வெள்ளை எண்ணெய் – 5மி.லி முதல் 15 மி.லி. அதிகாலை வெந்நீரில் தரலாம்.

மாந்த எண்ணெய் – 10 மி.லி. முதல் 15 மி.லி. அதிகாலை தரலாம்.

மேற்கண்டவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றை நோயாளியின் உடல் வலிமைக்கு ஏற்ப வழங்க வேண்டும்.

II. சுரத்திற்கான மருத்துவம்

- நிலவேம்புக் குடிநீர் – 30 மி.லி. முதல் 60 மி.லி. / இருவேளை
- வசந்தகுசுமாகர மாத்திரை – 1, இருவேளை தேனில் தரலாம்.
- பிரம்மானந்த பைரவ மாத்திரை – இருவேளை
- விஷ்ணுகிரந்திக் குடிநீர் – 30 மி.லி. முதல் 50 மி.லி. வரை
- பற்படாகக் குடிநீர் – 30 மி.லி.
- திரிபலா மாத்திரை – இருவேளை
- இலிங்க செந்தூரம் – 50 மி.லி. முதல் 100 மி.லி. வரை சூரணத்துடன் அனுபானித்து தரலாம்.
- பாலசஞ்சீவி மாத்திரை
- வாதசுரக் குடிநீர்
- விஷசுரக் குடிநீர்
- பச்சைக் கற்பூர மாத்திரை

சுரம் உள்ள நிலையில் மேற்கண்டவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றை நோயின் தன்மைக்கேற்பத் தரலாம்.

III. கீல்களில் காணும் வலி வீக்கத்துக்கு

அ) உள்மருந்துகள்

- அயவீர செந்தூரம்
- வங்க சுண்ணம்
- அமுக்கரா சூரணம்
- முத்துப் பற்பம்
- தங்கப் பற்பம்
- பலகறைப் பற்பம்
- பூரண சந்திரோதய மாத்திரை

இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றை நோயின் தன்மை, நோயாளியின் வலிமைக்கு ஏற்ற அளவில் வழங்கலாம்.

ஆ) மேல் பூச்சு மருந்துகள்

- மெழுகு தைலம்
- சிவப்புக் குக்கில் தைலம்
- உளுந்துத் தைலம்
- மகாமாசத் தைலம்
- சிற்றாமுட்டித் தைலம்
- வாதகேசரித் தைலம்
- நொச்சித்தைலம்
- கற்பூராதித் தைலம்

இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றை மெல்லிய துணியில் நனைத்து வலி, வீக்கம் உள்ள மூட்டுகளில் பட்டிகட்டி வைக்கலாம்.

ஒற்றடம்

சுரம் இருக்கும் போது சிவந்து வீங்கிய முட்டியில் ஒற்றடமிடக் கூடாது. சுரம் இல்லாத நிலையில் வாதகேசரி, வாதநாராயணன், நொச்சி போன்ற இலைகளில் ஏதேனும் ஒன்றை வதக்கி ஒற்றடமிடலாம்.

பற்று

- மூசாம்பரப் பற்று
- அமுக்கரா பற்று
- கழற்சி பற்று

ஆகியவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றை மேலே பற்றிடலாம்.

இ) தமரகம் பாதிக்கப்பட்டு இருப்பின்

- தமரகக் குடிநீர் – 30 மி.லி. முதல் 50 மி.லி. வரை ஒரு வேளை. ஒன்று முதல் இரண்டு ஆண்டுகள் வரை வழங்கலாம்.
- செம்பருத்தைக் குடிநீர் – 30 மி.லி. தினமும்
- வெண்தாமரைச் சூரணம் – 50 மி.லி. முதல் 100 மி.லி. வரை இருவேளை பாலுடன் சேர்த்துத் தரலாம்.
- மருதம்பட்டைக் குடிநீர் – 30 மி.லி. – ஒருவேளை
- சிருங்கி பற்பம்

மேற்காணும் மருந்துகளை நோயின் தன்மைக்கு ஏற்ப வழங்கலாம். நோய் முற்றிய நிலையில் தமரகம் பாதிக்கப்பட்டு இருப்பின் தக்க அறுவைச் சிகிச்சை மேற்கொள்ளவேண்டும்.

ஈ) கைகளில் நடுக்கம் (Chorea) இருப்பின்,

- பூனைக்காலி விதை சூரணம் – 30 மி.லி. முதல் 60 மி.லி. வரை இருவேளை
- பிரமி நெய் – 5 மி.லி. முதல் 10 மி.லி. வரை இருவேளை தரலாம்.

உ) நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியை அதிகப்படுத்த

- நெல்லிக்காய் லேகியம்
- தேற்றான் லேகியம்
- கேசரி லேகியம்
- அயசம்பீரக் கற்பம்
- இஞ்சித் தேனூறல்

ஆகியவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றை வழங்கலாம்.

மருத்துவ அறிவுரை (Medical Advice)

- அடிக்கடி உண்டாகும் சளி, இருமல், தொண்டை வலி, தொண்டையில் புண் ஆகியவற்றைத் தவிர்க்க வேண்டும்.
- மிகக் குளிர்ந்த நீரைப் பருகக் கூடாது.
- மாசுற்ற குடிநீரைப் பயன்படுத்தக் கூடாது.
- சுற்றுப்புறச் சுகாதாரத்தைக் கடைபிடிக்க வேண்டும்.
- உணவுவகைகளைச் சுகாதாரத்துடன் சமைத்து உண்ண வேண்டும்.
- நோய் தாக்கிய நிலையில் நோய் எதிர்பொருள்களை (Antibiotics) ஒரு குறிப்பிட்ட காலம் வரை எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்.
- சுரம் உள்ளபோது நீர்த்துவமான கஞ்சி வகை உணவுகளை உட்கொள்ள வேண்டும்.
- சுரம் உள்ளபோது அதற்கான பத்தியத்தைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டும்.
- சுரம் உள்ளபோது மூட்டுகளில் வலி கண்டால் எண்ணெய் மருந்துகள், ஒற்றடம் ஆகியவற்றைப் பயன்படுத்தக் கூடாது.
- இந்நோயில் இதயம் பாதிக்கப்பட்டு இருப்பின் உணவில் உப்பைக் குறைவாகச் சேர்க்க வேண்டும்.

ஆதார நூல்கள்

குழந்தை மருத்துவம்

பொது மருத்துவம்

நவீன மருத்துவம் – O.P.Ghai

சித்த வைத்தியத் திரட்டு

குணபாடம் – மூலிகை வகுப்பு

20

குடற்கிருமிகள்

மரு. T.K. கல்யாணசுந்தரம்

மரு. S. காந்திமதி

உலகின் அனைத்துப் பகுதிகளிலும் பரவலாகக் காணப்படும் நோய்களில் ஒன்று குடற்கிருமிகள் நோய் ஆகும். இந் நோய் தாக்காத குழந்தைகளே இல்லை எனலாம். இது பெரும்பாலும் மழைக்காலத்தில் அதிகமாகப் பரவக்கூடிய நோய் ஆகும். இது எளிதில் பரவக்கூடிய மற்றும் எளிதில் குணப்படுத்தக்கூடிய நோய்களில் ஒன்றாகும். சுற்றுப்புற நலமேம்பாட்டினைச் சரிவரக் கடைபிடிக்காத நிலையில் இந்நோய் அதிகமாகப் பரவுகிறது. குழந்தைப் பருவத்தில் அதன் வளர்ச்சியைப் பாதிக்கும் மிக முக்கிய நோய்களில் ஒன்றாகும் இது. இது குழந்தைகள் முதல் முதியவர்கள் வரை அனைத்து வயதினரையும் தாக்கும் நோயாகும்.

5 முதல் 15 வயது வரையிலான குழந்தைகள் இந்நோயால் அதிகம் பாதிக்கப்படுகின்றனர். குடற்கிருமிகள் மனித உடலில் நுழைந்தபின் விரைவில் பெருக்கமடைந்து, அதன் எண்ணிக்கை அதிகரிக்கிறது. இந்நோய் கிருமிகள் மற்றும் அதன் முட்டைகள் (Worms Ova, and Cyst) மூலம் உடலுக்குள் நுழைகிறது. மனிதக் குடலில் இவை ஒட்டுண்ணிகளாகப் (Parasites) பல நாள்கள் முதல் பல ஆண்டுகள் வரை தங்கி வாழ்கின்றன. இந்நிலையில் மனிதனின் குடலில் இருந்து தனக்குத் தேவையான உணவை இந்தக் கிருமிகள் உறிஞ்சிக் கொள்கின்றன. எனவே குழந்தைகளுக்குத் தேவையான ஊட்டச்சத்து கிடைக்காமல் ஊட்டச்சத்துக் குறைபாட்டு நோய்கள் உண்டாகின்றன. நாள்பட்ட நிலையில் குடற்கிருமிகள் பல வேறுபட்ட உறுப்புகளைத் தாக்கி அதில் நோய்களைத் தோற்றுவிக்கிறது. பெரும்பான்மையான இக்கிருமிகள் குடலில் தங்கி வாழ்வதால் இந்நோய்

'குடற்கிருமிகள்' என்று அழைக்கப்படுகிறது. இக் குடற்கிருமி நோயில் கண்ணுக்குத் தெரிந்ததும் தெரியாததுமாகப் (Micro and Macro) பலவகைகள் உள்ளன.

நோய் பரவும் விதம் (Transmission)

நோய்த் தொற்று நாம் வாழும் எல்லாச் சுற்றுப்புறச் சூழ்நிலைகளிலும் உள்ளது. நாம் சுவாசிக்கும் காற்று, பருகும் நீர், உண்ணும் உணவு, வாழும் இடங்களில் உள்ள மண் பரப்பு போன்ற எல்லா இடங்களிலும் உள்ளன. இப்புழுக்கள் இடும் முட்டைகள் மூலமே நோயானது ஒருவரிடமிருந்து மற்றொருவருக்குப் பரவுகிறது.

நோய் பரவும் விதம் (Mode of Infection)

1. போதுமான சுற்றுப்புறச் சுகாதாரமின்மை (Unhygenic Condition)
2. சரியாக வேக வைக்காத இறைச்சி (Unboiled meat) வகை உணவுகளை உண்ணல்.
3. மாசுற்ற நீரினைப் (Contaminated drinking water) பருகுதல்
4. ஈ, எறும்பு மொய்த்த உணவு வகைக்களை (Food - contamination) உண்ணல்.
5. காலில் செருப்பில்லாமல் நடத்தல் – இதனால் மண்ணில் உள்ள நுண்கிருமிகள் காலின் தோல் பரப்பு மூலம் உடலில் நுழைந்து குடலுக்குள் செல்கிறது.
6. மிகக் குளிர்ந்த நீரைப் பருகுதல்.
7. மலம் கழித்த பின் கைகளைச் சரிவர சுத்தம் செய்யாமல் உணவு உண்ணல்.
8. மலம் கழிக்க சுகாதாரமான கழிப்பறைகளைப் பயன்படுத்தாமை.
9. அதிக அளவில் வெளியிடங்களில் உணவு உண்ணல் (Hotel food)
10. மண் மற்றும் நீர் தேங்கிய குட்டைகளில் விளையாடல்.

குடற்கிருமிகள் நேரடியாகவோ, முட்டைகள் இட்டோ அல்லது வளர் புழுவாகவோ (Larvae), மற்றும் கூடுறை உயிரியாகவோ (cyst) பரவுகிறது.

இவை பெரும்பாலும் குழந்தைகளின் உணவு, பருகும் நீர் மூலமாகவும் நேரடியாக தோல் மூலமும் உடலுக்குள் நுழைகிறது. உடலுக்குள் நுழைந்தபின் முதலில் சிறுகுடலை அடைந்து அதில் உள்ள குடல் உறிஞ்சிகளைப் (Intestinal Villi) பற்றிக் கொள்கிறது. நாம் உண்ணும் உணவு செரித்ததனையடுத்துக் குடலுறிஞ்சிகளில் உறிஞ்சப்படும் நிலையில், இக் கிருமிகள் அதனை நேரடியாக உறிஞ்சிக் கொண்டு அந்த இடத்திலேயே இனப்பெருக்கம் செய்கிறது. இதன் மூலம் கிருமிகளின் எண்ணிக்கை அதிகரிக்கிறது.

அதிகஅளவில் பெருக்கமடைந்த பின் இக்கிருமிகள் குருதிச் சுற்றோட்டத்தில் கலந்து அதன் மூலம் உடலின் பல உறுப்புகளை அடைந்து அவற்றைத் தாக்கி, பல வகையான நோய்களை உண்டாக்குகின்றன. பெரும்பாலும் கல்லீரல், நுரையீரல், பெருங்குடல், பித்த குழல், மூளை போன்ற உறுப்புகள் இவ்வாறு பாதிக்கப்படுகின்றன. இதன் காரணமாகக் குழந்தைகளுக்கு, வளரும் பருவத்தில் போதுமான ஊட்டச்சத்து கிடைக்காமல், ஊட்டச்சத்துக் குறைபாட்டு நோய்கள் ஏற்படுகின்றன. அதனையடுத்துப் பல்வேறு தொற்றுநோய்கள் உண்டாகின்றன.

வகைகள்

1. உருண்டைப்புழு அல்லது நாக்குப்பூச்சி (Ascariasis)
2. தட்டைப்புழு (Tape Worm)
3. கொக்கிப்புழு (Hook Worm)
4. கீரைப்பூச்சி (Pin Worm (or) Thread Worm)
5. மசரைப் புழு

1. உருண்டைப் புழு அல்லது நாக்குப்பூச்சி

இப்புழுக்களின் வாழ்நாள் ஓராண்டாகும். இது உருண்டைப் புழு (Ascariasis Lumbriscaidus) என அழைக்கப்படுகிறது. நம் நாட்டு மக்கள் தொகையில் கால் பகுதியினர் இந்நோயினால் பாதிக்கப்பட்டுவருகின்றனர். ஒன்று முதல் மூன்று வயது வரையிலான குழந்தைகள் இந்நோயினால் அதிகம் பாதிக்கப்படுகின்றனர். இப்புழுக்கள் நீண்ட உருளை வடிவில் 15 செ.மீ. முதல் 35 செ.மீ. நீளமும், 2 மி.மீ. முதல் 4.மி.மீ. தடிமனும் கொண்டதாக இருக்கும்.

இவை சிறு குடலின் சுவரைப் பற்றிக்கொண்டு வாழ்கிறது. இளம் புழுவின் காரணமாக இருமல், இரைப்பு, வாந்தி, நிமோனியா போன்ற நோய்கள் ஏற்படும். ஊட்டக்குறைவு நோய்கள் அதிகம் காணப்படும். மேலும் வயிற்றுப்போக்கு ஏற்படும். குடலில் அடைப்பு ஏற்பட்டு, அறுவை சிகிச்சை மேற்கொள்வதற்கான நிலையும் ஏற்படும்.

நோய்க் குறிகள்

- வயிறு உப்புசம்.
- ஒக்காளித்து வாந்தி உண்டாதல்.
- மேல் வயிற்றில் கொப்பூழைச் சுற்றி வலி.
- தூக்கத்தில் பற்களைக்கடித்தல்.
- படுக்கையில் சிறுநீர் கழித்தல்,
- மலத்தில் புழுக்கள் காணப்படுதல்.

சிலசமயம் இப்புழுக்கள் சிறுகுடலில் இருந்து நுரையீரல் வரை சென்று பின்வரும் நோய்க் குறிகளைத் தோற்றுவிக்கும்.

- சுரம்
- இருமல்
- மூச்சுவாங்குதல்

இப்புழுக்களின் எண்ணிக்கை அதிகரிக்கும் நிலையில் சிறுகுடலில் அடைப்பை (Small Intestinal Obstruction) ஏற்படுத்தும்.

மருத்துவம்

(i) நாக்குப்பூச்சிக் குடிநீர்

சுத்தித்த பலாசு விதை	–	140 கிராம்
சுத்தித்த கருஞ்சீரகம்	–	140 கிராம்
சுத்தித்த வாய்விளங்கம்	–	140 கிராம்
சுத்தித்த ஓமம்	–	140 கிராம்
சுத்தித்த சிவதை வேர்	–	140 கிராம்
சுத்தித்த நிலாவாரை	–	140 கிராம்
சுத்தித்த சோம்பு	–	140 கிராம்
சுத்தித்த கடுகுரோகணி	–	70 கிராம்

இவற்றை ஒன்று இரண்டாக இடித்து, முறைப்படி குடிநீர் தயாரித்து, 20 முதல் 30 மி.லி. வரை காலை, வெறும் வயிற்றில் கொடுக்கப் பேதியாகும். இதனை வாரம் ஒருமுறை தொடர்ந்து மூன்று வாரங்கள் கொடுக்கக் குடலில் உள்ள நாக்குப்பூச்சி, கொக்கிப்புழு போன்ற குடற்கிருமிகள் வெளியேறும்.

(ii) பாகல் எண்ணெய்

பாகல் சாறு	–	335 மி.லி (ஓர் உழக்கு)
கழற்சி சாறு	–	335 மி.லி.
ஆமணக்குநெய்	–	335 மி.லி.

இவை மூன்றையும் மேற்படி அளவில் எடுத்து ஒரு மண் சட்டியில் இட்டு அத்துடன்

சுக்கு	–	4 கிராம்
கரந்தை	–	4 கிராம்
ஒரு தலைப் பூண்டு	–	4 கிராம்
வசம்பு	–	4 கிராம்

ஆகியவற்றை மேற்படி சாறுவிட்டு அரைத்து அதனுடன் சேர்த்து எரித்து அதில் 4 கிராம் பூரம் சேர்த்து இதனை ஒரு சங்கு வீதம் கொடுத்துவர நாக்குப்பூச்சி அழியும்.

(iii) புரசம்விதை குடிநீர்

ஓமம்	–	18 கிராம்
முருங்கை விதை	–	18 கிராம்
பேய்பீர்க்கு	–	18 கிராம்
பிரண்டை	–	18 கிராம்

இவற்றைப் பொடித்து ஒரு மண் சட்டியில் இட்டு 500 மி.லி. நீர் விட்டு நாலில் ஒன்றாகக் காய்ச்சி, இறுத்து நாள் ஒன்றுக்கு இருவேளை வீதம் மூன்று நாள் கொடுக்க கழிச்சலால் நாக்குப் பூச்சி வெளிப்படும்.

சாரணையிலையையும் வேளை இலையையும் ஒவ்வோர் பிடி நறுக்கி 1 ஆழாக்குகள்ளிப் பால்விட்டு, 1 நாழி ஆமணக்கெண்ணெய் கூட்டிக் கொதித்து வரும் போது, மஞ்சள் 1 காசெடை, மிளகு 1 காசெடை, பொடி

செய்து போட்டு நன்றாகக் கொதிகண்டு இறக்கி, ஓர் ஆழாக்குச் சாப்பிட வயிறு கழியும். நாக்குப்பூச்சி, கீரைப்பூச்சி, திமிர் புழு யாவும் தீரும். இது கை கண்ட மருந்தாகும்.

2. கீரைப்பூச்சியின் நோய்க்குறிகள்

இப்புழுவானது வெள்ளை நிறத்தில் சிறிய நூலினைப் போன்று 1/2 செ.மீ. முதல் 1 செ.மீ. நீளம் வரை பெருங்குடலில் வாழும் குடற்கிருமி ஆகும். இரண்டு மாதங்கள் வரை வாழக்கூடியவை. இதில் பெண்புழுக்கள் இரவில் ஆசனவாயைச் சுற்றியுள்ள பகுதியில் ஆயிரக்கணக்கான முட்டைகள் இடும். இந்த முட்டைகள் 6 மணி நேரத்தில் நோய்த் தொற்றுகளை ஏற்படுத்த முற்படும். ஆசனவாயின் அருகில் இருக்கும் போது இப்புழுக்கள் ஆசனவாயைச் சுற்றி அரிப்பை உண்டாக்கும். குழந்தைகள் கைகளால் ஆசன வாய்ப் பகுதியைத் தொட்டு பின் கைகளைக் கழுவாமல் சாப்பிடும் போது நகங்களில் இருந்து மீண்டும் இந்த நோய் வாய் மூலம் குடலை அடைகிறது. மேலும் கால்சட்டை, ஜட்டி, பாவாடை மூலமாகவும் முட்டைகள் கைகளில் ஒட்டி நோய் பரப்பும்.

ஆசனவாயைச் சுற்றி அதிக அரிப்பு இருப்பதால் தூக்கம் கெடும். மேலும்

- பசியின்மை
- உடல் எடை குறைவு
- படுக்கையில் சிறுநீர் கழித்தல்
- பால் போல் கழிதல்
- மார்பில் கோழை கட்டல்
- வயிற்று வலி, பொருமல், வயிற்றுப்போக்கு

போன்ற நோய்க்குறிகள் கீரைப்பூச்சி நோயில் காணப்படும்.

மருத்துவம்

இளநீர் நெய்

பசு நெய்	–	335 மி.லி
இளநீர்	–	335 மி.லி.

ஆகிய இரண்டையும் ஒன்றாகக் கலந்து அதில்

கிராம்பு, சாதிக்காய், அதிமதுரம், ஓமம், சுக்கு, ஏலம், கோட்டம், ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் வகைக்கு 4 கிராம் எடுத்து நீர்விட்டு அரைத்துச் சேர்த்து, காய்ச்சி வடித்து எடுத்துக்கொண்டு இதனை 10 மி.லி. முதல் 15 மி.லி வீதம் நோயின் தன்மைக்கு ஏற்பக் கொடுக்க கீரைப்பூச்சி நீங்கும்.

முருங்கைக் குடிநீர் எண்ணெய்

350 கிராம் முருங்கைக் கீரையை அவித்து 5.2 லிட்டர் நீர் விட்டு நாலில் ஒரு பங்காகக் காய்ச்சி அதில் 40–50 மி.லி. குடிநீரை காலையில் கொடுத்து வர கீரைப்பூச்சி அழிந்து மலத்துடன் வெளிப்படும்.

எலிசெவிக் குடிநீர்

எலிக்காதுக் கீரை	–	9 கிராம்
முருங்கைப்பட்டை	–	9 கிராம்
கடுக்காய்த் தோல்	–	9 கிராம்
தான்றிக்காய்த் தோல்	–	9 கிராம்
நெல்லிவற்றல்	–	9 கிராம்
வாய்விளங்கம்	–	4 கிராம்

இதில் வாய்விளங்கம் தவிர மற்றதில் ஒவ்வொன்றுக்கும் 9 கிராம் எடுத்து ஒரு மண்பாண்டத்தில் இட்டு 675 மி.லி. நீர்விட்டு எட்டில் ஒன்றாகச் சுருக்கிக் காய்ச்சி வடித்து அதில் 4 கிராம் வாய்விளங்கத்தை பொடித்துச் சேர்த்து காலை மாலை இருவேளை 5 மி.லி. வரை கொடுத்து வர மலத்துடன் பூச்சிகள் வெளிப்படும்.

இலுப்பையிலையை நறுக்கி, வெள்ளைப்பூண்டும், வசம்பும் கூடச்சேர்த்து இடித்துச் சாறுபிழிந்து, உள்ளுக்குக்கொடுத்து தலையிலும் பிழிய கீரைப்பூச்சியினாலுண்டான நோய் தீரும்.

குப்பைமேனி இலையையும், உத்தாமணி இலையையும் தண்ணீர் விட்டுப் பிசைந்து குழந்தை தலையிலும், தாயார் தலையிலும் பூசிக் குளிக்க நோய் போகும். குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் கீரை நோயும் தீரும்.

3. கொக்கிப் புழுவின் நோய்க்குறிகள்

இது முன் சிறுகுடலில் வாழும் ஒரு குடற்புழு ஆகும். இப்புழுக்கள் 6 மி.மீ. நீளம் உடையவை. இதன் இளம் புழு காலில் செருப்பின்றி நடக்கும் போது பாதத்தின் தோலினை ஊடுருவி இரத்த ஓட்டத்தைச் சென்றடையும். இது சிறுகுடலில் உள்ள குடல் உறிஞ்சிகளில் ஒட்டிக் கொண்டு அங்கிருந்து தனக்குத் தேவையான இரத்தத்தை உறிஞ்சிக் கொள்வதால் பாண்டுநோய் உண்டாகிறது. இப்புழுவின் இளம்புழு நுரையீரல் வழியாகச் செல்லும் பொழுது இருமல், காய்ச்சல், இரைப்பு போன்ற நோய்கள் ஏற்படும்.

இப்புழு பின்வரும் நோய்க்குறிகளையும் தோற்றுவிக்கும்.

பசியின்மை
வயிற்றுப்போக்கு
கால்களில் அரிப்பு
உடல் வளர்ச்சிக் குறைவு
வயிறுப் பொருமல்
சுவையின்மை

மருத்துவம்

1. சிறுபீளை நெய்

எருமைநெய், மஞ்சள், வெங்காயம், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, வசம்பு, ஏலம், சிறுபீளைவேர், மசரை மீன்தலை ஆகியவற்றைச் சுத்தித்து, ஒவ்வொன்றிலும் 4 கிராம் வீதம் எடுத்து சிறுபீளையிலை சாறுவிட்டரைத்து மேற்படி நெய்யில் காய்ச்சி கலந்து அடுப்பில் இட்டு பதமாய் எடுத்துக் கொண்டு 4 கிராம் வீதம் 5 நாள்கள் கொடுத்துவர கொக்கிப் புழு தீரும்.

2. நாயுருவி நெய்

பசுநெய், நாயுருவியிலை, குப்பைமேனியிலை, தூதுவளையிலை, வசம்பு, சுக்கு, மஞ்சள், ஆகியவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் 3 கிராம் எடுத்து நீர்விட்டு அரைத்து 335 மி.லி. பசுநெய் சேர்த்து மெழுகுப் பதத்தில் வடித்துக் கொண்டு வயதுக்கு தக்க அளவில் தர வேண்டும்.

4. தட்டைப்புழு

பரவும் விதமும் நோய்க்குறிகளும்

சரியாகச் சமைக்காத பன்றி, மாடு இவற்றின் இறைச்சி வகைகளை உண்பதால் இப்புழுக்கள் மற்றும் இதன் முட்டைகள் மனித உடலில் நுழைகின்றன. மனித உடலில் சென்றபின் குருதிச் சுற்றோட்டம் வழியாக இப்புழுக்கள் உடலில் பல பாகங்களைச் சென்றடைகின்றன. இதில் முக்கியமாக இப்புழுக்கள் மூளை (Neurocysticercosis) மற்றும் கல்லீரலைத் தாக்கி அதில் நோய்களை உண்டாக்குகின்றன. இதன் காரணமாக பார்வைக் குறைபாடுகள் (Occulo Neurocysticercosis), வலிப்பு, மஞ்சள் காமாலை நோய், இதயநோய் (Carditis) முதலியன உண்டாகின்றன.

நோய் பரிசோதனை (Investigation)

குடற்கிருமி நோயானது எந்தப் புழுவினால் ஏற்பட்டது என்பதை மலப்பரிசோதனை மூலம் அறியலாம். வேறு எந்த உறுப்புகள் பாதிக்கப்பட்டுள்ளன என்பதை ஸ்கேன் (X-ray CT, MRI Scan) இரத்தப் பரிசோதனைகள் மூலம் அறியலாம்.

பிறமருந்துகள்

- பூண்டுச் சாறு 15 மி.லி. வீதம் தினமும் காலையில் 5 நாள்களுக்குக் கொடுக்க குடலில்உள்ள கிருமிகள் அழியும்.
- கருஞ்சீரகம், ஓமம், பலாசுவிதை ஆகிய மூன்றையும் பொடித்து சூரணம் செய்து இதனை இரவில் படுக்கும் முன் 2 கிராம் முதல் 4 கிராம் வரை கொடுத்து மறுநாள் காலை ஆமணக்கு நெய் 10மி.லி. முதல் வரை 15 மி.லி. கொடுக்க கிருமிகள் வெளிப்படும்.
- பூரமாத்திரையை நோயாளியின் தன்மைக்கு ஏற்ப தேன் அல்லது தாய்ப்பாலில் தரலாம்.
- சஞ்சீவி மாத்திரையைத் தேனில் அனுபானித்து தரலாம்.
- சுரத்துடன் கூடிய கிருமிகளுக்கு இலவங்காதி மாத்திரை தரலாம்.
- வாய்விளங்க சூரணத்தை 5 கிராம் முதல் 10 கிராம் வரை இரவு வெந்நீரில் 5 நாள்களுக்குத் தர குடற்கிருமிகள் வெளிப்படும்.

- வேப்பிலையை அரைத்து தேனுடன் கலந்து காலையில் வெறும் வயிற்றில் மூன்று நாள்களுக்குத் தரலாம்.
- அகத்திக் கீரையை வேகவைத்து அந்த நீருடன் பனங்கற்கண்டு சேர்த்து மாதம் ஒருமுறை அதிகாலையில் வெறும் வயிற்றில் கொடுக்க குடற்புழுக்கள் வெளிப்படும்.
- சிவதை வேர் சூரணத்தை வயதுக்கு ஏற்ற அளவு கொடுக்க வயிற்றுப் புழுக்கள் நீங்கும்.
- காட்டுச் சீரகத்தின் விதையைப் பொடித்து 3 கிராம் எடுத்து தேன் கலந்து மூன்று நாள்களுக்கு நாள்தோறும் இரண்டு வேளை கொடுத்தால் கழிச்சலால் வயிற்றுப்புழுக்கள் நீங்கும்.
- அக்ரோட்டு எண்ணெயை உடல் தன்மைக்கு ஏற்ப உள்ளுக்குக் கொடுக்க நாக்குப்பூச்சி வெளிப்படும்.
- பாகல் பழத்தை உண்ண வயிற்றுப்புழு வெளிப்படும்.
- குப்பைமேனி இலைச்சாற்றை 4 மி.லி. முதல் 20 மி.லி. வரை கொடுக்க வயிற்றுக் கழிச்சலுடன் புழுக்களும் வெளிப்படும்.
- சரக்கொன்றை இலைச் சாறு 100 மி.லி. வரை உள்ளுக்குக் கொடுக்க கிருமிகள், திமிர்பூச்சிகள் வெளிப்படும்.
- நொச்சி வேரால் குடிநீர் தயாரித்து உடல் தன்மைக்கு ஏற்பக் கொடுக்க குடற்கிருமிகள் அழியும்.
- முருக்கன் விதை மாத்திரையை வயதிற்கு ஏற்ப அதிகாலையில் கொடுக்கலாம். (அனுபானம்: சர்க்கரை, வாழைப்பழம்)
- மேக நாத மாத்திரையை காலையில் வயதுக்கு ஏற்ப கொடுக்கலாம்.
- வெள்ளை எண்ணெயைத் தேவையான அளவு காலையில் வெந்நீருடன் கொடுக்கலாம்.

நோய்த் தடுப்பு முறைகள்

1. உணவு உண்பதற்கு முன் கைகளை சோப்புப் போட்டுக் கழுவ வேண்டும்.

2. நீரைக் கொதிக்க வைத்து அருந்த வேண்டும்.

3. உணவு மற்றும் நீரினை ஈக்கள், கொசுக்களில் இருந்து பாதுகாக்க வேண்டும்.

4. உணவு, மாமிசங்களை நன்கு சமைத்து உண்ண வேண்டும்.

5. குழந்தைகளை வெளியிடங்களில் மலம் கழிக்க அனுமதிக்கக் கூடாது. சுகாதாரமான கழிப்பிடங்களைப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

6 குடும்பத்தில் உள்ள அனைவருக்கும் ஒரே சமயத்தில் நோய்த் தடுப்பு மருந்துகளைக் கொடுக்க வேண்டும்.

7 ஆறு மாதத்திற்கு ஒருமுறை பேதி மருந்து கொடுக்க வேண்டும்.

ஆதாரங்கள்

1. பாலவாகடம்
2. குழந்தை மருத்துவம்
3. குணபாடம் – மூலிகை வகுப்பு
4. அகத்தியர் பாலவாகடம்
5. நவீன மருத்துவம் – (O.P. GHAI)

21

கண்நோய்கள்

மரு. **M.** மீனாட்சி சுந்தரம்

I. **கண்குழியில் ஏற்படும் நோய்**

- கண்விழி முன் பிதுங்குதல் (Proptosis)
- ஆர்பிட் என்ற எலும்புப் பெட்டியினுள் கண்கள் பாதுகாப்பாக அமைந்துள்ளது. இவ்வெலும்புப் பெட்டியில் ஏற்படும் நோயினால் கண்விழி பிதுங்கி முன்னே வந்துவிடும்.
- இரத்தம், சீழ் அல்லது கட்டி ஆகியன மிகுதியாகச் சேர்வதனால் அவை கண்களை முன்னுக்குத் தள்ளி இந்நோயை உண்டாக்கும். இதில் பெரும்பாலும் ஒரு கண் வெளியே பிதுங்கி வரும்.
- சில சமயம் இரு கண்களும் பாதிக்கப்படலாம். இந்நிலை மிக முக்கியமாக தைராய்டு நோயில் (Hyper Thyroidism) காணப்படும்.
- பிறந்த குழந்தைக்கு இது போன்று கண்கள் பிதுங்கி இருப்பின் அது மகப்பேற்றின் போதோ குழந்தையைக் கருவியிட்டு எடுக்கும் போதோ (Prolonged Labour or Forceps Delivery) எலும்புப் பெட்டியினுள் (Orbit) இரத்தம் கசிந்து கண்ணை முன்னுக்குத் தள்ளும்.

மருத்துவம்

- பிறந்த குழந்தைக்கு விழி பிதுங்கி இருந்தால் உடனே குளிர்ந்த நீரில் ஒரு துணியை நனைத்து கண்ணின் மேல் போட வேண்டும். இதனால்

இரத்தம் கசிவது நான்கு அல்லது ஐந்து நாள்களில் நின்று கண் இயல்பு நிலையை அடையும்.

- கண்களின் பின்புறம் கட்டிகள் (Secondary Deposits of CA) இருப்பின் அவற்றை அறுவை மருத்துவம் மூலம் நீக்கவேண்டும்.
- கண்ணீர்ப்பையில் பாதிப்பு இருப்பின் அதனை சரிசெய்ய வேண்டும்.

II. இமையில் தோன்றும் நோய்கள்

1. மயிர்ப் புழு வெட்டு (Blepharits)

கண் விளிம்பில் புண்கள் ஏற்பட்டு மயிர்கள் உதிரும் நோயாகும் இது.

நோய்க்காரணம்

- இமை மயிர்களில் பேன்கள் இருத்தல்
- தலையில் வரும் பொடுகு நோய் (Seborrhoeic Dermatitis)
- மயிர்க்கால்களில் கிருமிகள் (Staphylococcal) புகுந்து சீழ் ஏற்படுவதாலும் இந்நோய் உண்டாகும்.

நோய்க் குறிகள்

- ஆரம்பத்தில், இமை விளிம்பு அரித்தல், சிவத்தல், பக்குகட்டுதல் (Crusting) காணப்படும்.
- மருத்துவம் செய்யாவிடில், மயிர்கள் உதிர்ந்து இமை ஓரம் உட்பக்கம் திரும்பி எஞ்சியுள்ள மயிர்கள் கருவிழியை உறுத்த கருவிழியில் புண் உண்டாகும்.

சித்த மருத்துவத்தில் இந்நோய்

"போதவே யிமைகனத்துப் பொங்கிய தினவுண்டாகும்
மூதவே யெரிப்புண்டாகு முதிர்ந்திடு மயிர்க்கால் எல்லாம்
காதவே தலை, கால் மெய்கள் கரகர வென்று தோன்றுங்
கோதவே யிமைகள் தாளும் கொடும் புழுவெட்டதாமே"

என்று குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

மருத்துவம்

நானாங்கள்ளியின் வடக்கு நோக்கி ஓடும் வேரைப் பறித்து உலர்த்தி சீலைகளில் சுருட்டி சிற்றாமணக்கெண்ணெயில் எரித்து மையாக்கி வெண்கலப் பாத்திரத்தில் இட்டு கண்ணிற்கு மையாக இடவும்.

2. முடமயிர் (Trichiasis)

இமை மயிர்கள் உட்புறம் திரும்பி கருவிழியை உறுத்தும் நோய்.

நோய்க் காரணம்

இமையின் உட்புறம் உள்ள கண்வெண்விழிப் படலத்தில் சிறு கட்டிகள் (Trachoma) தோன்றும். இக்கட்டிகள் உடைந்து அவை தழும்பாக மாறும்போது இமையின் ஓரம் உட்புறம் திரும்பி விடும்.

குறி நோய்கள்

ஆரம்பநிலையில் இமை மயிர்கள் கருவிழியை உறுத்தி அதனால் கண்ணில் வலி, உறுத்தல், கண்ணில் நீர் வடிதல் காணப்படும். இது நீடித்த நிலையில் கருவிழியில் புண்ணுண்டாகி பின் கண் பார்வையையே இழக்க நேரிடும்.

சித்த மருத்துவத்தில் இந்நோயைப் பற்றி,

கனத்திமை தடித்துக் கண்ணும் கவிழ்ந்திடும் பார்வையாகும்
சினத்துடன் மயிருங் குத்தி தினவும் நீர்பீளையும் சேரும்
இனத்துடன் பூவுங் காணும் இமையினில் மயிரும் நான்று
முளைத்திடும் மாசம் தோன்றும் முடமயிர் எனலாமே!

எனக் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

மருத்துவம்

- மயிர்களை வேரோடு களைதல்
- முடமயிர்களிம்பு
  பச்சைக் கற்பூரம் – 3 கழஞ்சு, துருசு– 1 கழஞ்சு ஆகியவற்றைப் பொரித்து வெண்ணெய் சேர்த்து அரைத்து இமையோரத்தில் பூச வேண்டும்.

3. இமைக்கட்டி (Stye)

இமை ஓரம் ரோமத்தைச் சுற்றி ஏற்படும் கண்கட்டி.

நோய்க்கான காரணம்

மயிர்க்கால்களில் கிருமி (Staphylococcus) சேர்ந்து சீழ் உண்டாவதால் இந்நோய் ஏற்படுகிறது.

நோய்க் குறிகள்

கண் இமை வீங்குதல், கண்வலித்தல். சில சமயம் கண்கள் திறக்க முடியாத அளவுக்கு இமைதடித்தல். (Symptoms are intense only during the inflammatory stage)

இந் நோய்க்குறிகள் 2,3 நாள்களில் குறைய ஆரம்பிக்கும். பின் கட்டி பழுத்து உடைந்து சீழ் வெளிப்பட்டு அதனையடுத்து ஆறுவதாகும்.

மருத்துவம்

குழந்தைகளுக்குத் தூரப்பார்வை பாதிப்புக்கு முன் அறிகுறியாக அடிக்கடி இமைக்கட்டிகள் ஏற்படுவதுண்டு.

நாமக்கட்டியை நீரில் குழைத்து மேலே பூச வலி குறையும்; வீக்கம் வற்றும்.

4. இமையின் உட்புறம் தோன்றும் கட்டி (Chalazion)

மருத்துவம்

இக்கட்டி சிறிதாக இருக்கும் நிலையில் மருத்துவம் தேவை இல்லை. பெரிதாக இருப்பின் அறுவை மருத்துவம் மேற்கொள்ள வேண்டும்.

இமை இறக்கம் (Ptosis)

நோய்க்காரணம்

- இமை உயர்த்தும் தசை நார்களின் நரம்பு பழுதடைவதாலோ, தசை நார் வளர்ச்சி அடையாமையினாலோ ஏற்படுகிறது.
- மூளையில் இரத்தம் கசிதல், கட்டி, புற்று ஆகியவற்றினால் அங்கிருந்து கிளம்பும் நரம்பு பாதிக்கப்படுவதனால் ஏற்படலாம்.

- நீரிழிவு, இரத்தக் கொதிப்பு நோயாளிகளுக்கு நரம்பு பாதிக்கப் படுவதாலும் இந்நோய் ஏற்படலாம்.

மருத்துவம்

- கண்களுக்கான யோகப் பயிற்சி மேற்கொள்ளல்.
- அமுக்கரா சூரணம், கண்காச மாத்திரை, சண்ட மாருத செந்தூரம், கறுப்பு விஷ்ணு சக்கர மாத்திரை போன்ற மருந்துகளை நோயின் தன்மைக்கு ஏற்ப வழங்க வேண்டும்.

இமை மூட இயலாமை (Lagophthalamos)

நோய்க்காரணம்

- வாய்க்கோணல் நோய் அல்லது முக வாதம் (Facial Palsy)
- தொழு நோயிலும் இந்நிலை காணப்படும்.

குறி நோய்கள்

i. கண்ணிமை மூட முடியாத நிலை
ii. கண்ணில் நீர் வடிதல்.
iii. கண்ணில் வலி ஏற்படல்.

மருத்துவம்

இரு இமை ஓரங்களையும் ஒன்றாகச் சேர்த்துத் தைத்தல்.

III. வெண்விழியில் (Conjunctiva) தோன்றும் நோய்கள்

சிவந்த கண் (Conjunctivitis)

இது கண்ணில் தோன்றும் நோய்களில் அதிக அளவு ஏற்படும் நோய் ஆகும்.

நோய்க் காரணம்

- கண்ணில் தூசு, மண் போன்றவை விழுதல் (Foreign bodies)

- கிருமிகள் தொற்று (Infection). முக்கியமாக அம்மை வைரஸ் மற்றும் கிளாமைடியா வகை பாக்டீரியாக்கள்
- ஒவ்வாமையால் ஏற்படுதல் (தலைக்குப் பயன்படுத்தும் நறுமண எண்ணெய் சோப்பு – Exogenous Factors)
- இளைப்பு நோயினால் (T.B), - Phlyctenular Conjunctivitis - Endogenous Factors- னால் ஏற்படுதல்.

நோய்க்குறிகள்

- கண்கள் சிவத்தல், பீளை சேர்தல்.

ஆரம்பநிலை – கண்களில் நீரும் பின் சீழ்கலந்த நீரும் வரும். கண்ணில் சிறிது வலியும், பின் வெளிச்சத்தை பார்க்க முடியாத (Photophobia) நிலையும் ஏற்படல். கண் உறுத்தல் ஏற்படல்
சிலசமயம் தூங்கி எழுந்ததும் பீளை அதிகம் சேர்த்து கண் இமைகள் கட்டி கொண்டு கண்ணைத் திறப்பது கடினமாக இருக்கும்.

சித்த மருத்துவத்தில் இந்நோய்

"உட்டிணத் தன்னினாலு முறுவெயிற் காற்றினாலும்
கட்டமாஞ் சுமையினாலும் கருகிய நடையினாலுங்
மட்டவிழ் குழலினாலே வந்திடும் விழிக்கு நோவா
யிட்டமாய றிந்து கொண்டு இதற்கு இடும் மருந்து கேளே!"

என்றும்,

"ஆவின் பாலு மிரண்டு படி அதனிற் புளியிலை இரண்டு படி
காவா யெழுதுங் கண்மடவீர் கடுக்காய் திரளக் காய்ச்சிப் பின்
சீலைதனிலே யிட்டுத் திரள பொட்டணந்தான் கட்டியொத்தக்
கூவி வலிக்குங் கண் வலிதான் குணமாம் குணமாமே!"

என்றும் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

மருத்துவம்

கண்ணில் விழும் தூசியைத் தூய பஞ்சினால் எடுக்கவும் அல்லது ஒரு சிலதுளி விளக்கெண்ணெயைக் கண்ணில் விடவும்.

கண்ணிமைகள் ஒட்டிக் கொண்டால் வெந்நீரில் சிறிது சோடா உப்பு போட்டு ஒரு கைக்குட்டையில் நனைத்துத் துடைக்கவும்.

வெள்விழி நோய்கள்

நிறத்தின் அடிப்படையில்

நிறம்	நோய்
மஞ்சள்	மஞ்சள் காமாலை
கருமை	அல்காப் டனூரியா (Alkaptonuria)
நீலம்	மார்ஃபன் சின்ரோம் (Morphan syndrome)

தாபிதத்தின் அடிப்படையில்

ஸ்கிளிரைட்டிஸ் (scleritis)
எபிஸ்கிளிரைடிஸ் (episcleritis) என்று வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது.

எபிஸ்கிளிரைடிஸ் (துர்மாமிச வளர்ச்சி)

இந்நோய் இளைப்பு நோய், ஸ்டெப்ரோகாக்கஸ் பாக்டீரியா ஆகியவற்றால் ஏற்படுவதாகும்.

சித்த மருத்துவத்தில் இந்நோய்

“வீங்கு விதனம் சதைபோல வெளுத்த விழிய தனிற் காணும்
வாங்கும் வளரும் சில காலம் வாதை மிகவாம் நீர்பீளை
தேங்கும் நடக்கொணாது சினத்து முகமும் கடுகுதென்று
தூங்கும் விழிக்கும் கிடைக்கொள்ளா துர்மாமிச மெனலாமே!”(அ–கு)

எனக் குறிப்பிட்டுள்ளது.

- வெண்விழியில் புண்ணுண்டாகி சதைபோல வளரும். அச்சதை தோன்றி சிறிது காலத்தில் மறையும். மிக்க துயரம் உண்டாக்கும். நீர்வடியும், பீளை கட்டும்.

மேக சூலையால் (T.B) பாதிக்கப்படுபவர்களுக்கு உண்டாகும்.

மருத்துவம்

மச்ச இரத்தனாதி மாத்திரை அல்லது சந்திரோதய மாத்திரை அல்லது நாரி கோளஞ்சன மை அல்லது பழக்கிராம்பு பக்குவ வெண்ணெயைப் பழச் சாற்றில் உரைத்து கண்களில் இடலாம். இவற்றில் ஒன்றை நோயின் தன்மைக்கு ஏற்பப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

கருவிழி நோய்கள்

1. கெரட்டோமலேசியா (Keratomalacia)
2. சிரோசிஸ் (Xerosis)
3. நாகபடலம் (Pterygium)

1. கெரட்டோமலேசியா

சத்துள்ள உணவு உட்கொள்ளாததால் (Vitamin - A Deficiency) குழந்தைகளுக்குக் கருவிழியில் புண் ஏற்படும். பின் அது ஏற்படுத்தும் தழும்பினால் பார்வை இழப்பு ஏற்படும்.

மருத்துவம்

விட்டமின் – ஏ சத்துள்ள உணவுப் பொருள்களான சாத்துக்குடி, முருங்கைக் கீரை, மாம்பழம், ஆரஞ்சு, கேரட், பப்பாளி, மீன் எண்ணெய் முதலியன தரவும். முற்றிய நிலை எனில் Vitamin– A ஊசி போடவேண்டும். தற்போது அரசு மருத்துவமனைகளிலும் தடுப்பு முறையாக (Vit-A) வைட்டமின் ஏ சொட்டு மருந்து வழங்கப்படுகிறது.

2. சிரோசிஸ் (Xerosis)

இந்நோயில் கருவிழியிலிருந்து சிறிது தள்ளி வெள்விழியில் முக்கோண வடிவில் "மீன் செதில்" அல்லது "கடல் நுரை" போல சொர சொரப்பான பரப்பு தோன்றும்.

இந்நிலையில் கருவிழியை இது தாக்காது. ஆனால் இதைக் கவனியாமல் விட்டுவிட்டால் அது கருவிழியைத்தாக்கி பார்வை இழப்பை ஏற்படுத்தும்.

மருத்துவம்

வைட்டமின் "ஏ" சத்துள்ள உணவுப் பொருள்.
வைட்டமின் "ஏ" சொட்டுமருந்து

3. நாகபடலம் (Pterygium)

கருவிழியின் மேல் வெள்ளை விழியில் இருந்து ஒருவித சதை படரும். இது முக்கோண வடிவில் இருக்கும். இதுவெண்விழியினின்று நீண்டு சிறிது சிறிதாகக் கருவிழியின் மேல் படரும். அப்பொழுது பாப்பா (Lens) மறைக்கப்படுவதால் பார்வை மங்கிவிடும்.

நோய்க்காரணம்

இது சிறுவர் முதல் பெரியவர் வரை யாருக்கு வேண்டுமானாலும் ஏற்படும்.

குழந்தைகளுக்கு ஏற்படக் காரணம்

- கருவுற்றிருக்கும் போது தாய்க்கு ஏற்படும் சில நோய்கள். (German measles, syphilis)
- சத்துணவுக் குறைபாடு
- சில சமயம் கண்ணில் அடிபடுவதாலும் புரை ஏற்படும்.

மருத்துவம்

சித்த மருத்துவ முறை

கண்காச மாத்திரை, பழக்கிராம்பு பக்குவ வெண்ணெய், மச்ச இரத்தனாதி மாத்திரை, நாரிகேளாஞ்சன மை.

சித்த மருத்துவத்தில் இந்நோய்,

"கடைக்கண் ணிரு புறத்தில் காணவே சிவப்பு தோன்றில்
துடைச் சதை போல வந்து சோதியை தின்று நாளில்
அடைந்திடும் விழிகள் தம்மில் அதிக நீர்தினவு முண்டாம்
நடைப்படி குணங்களெல்லாம் நாகமாம் படலமாமே!"

எனக் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

பொருள்

கடைக்கண்ணில் சிவந்து அழுத்தமான சதை வளர்ந்து வெள்ளை விழி முழுவதையையும் கடந்து கருவிழியின் மத்தியிலிருக்கிற பாவையையும் மறைத்து, கண்ணில் நீர் வடிந்து, அரிப்பு உண்டாகி, கண்பார்வையைக் குறைக்கும்.

IV. கருவிழியில் ஏற்படும் புண் (Corneal Ulcers of Keratitis)

கருவிழியில் புண் ஏற்படப் பலகாரணம் உண்டு. கருவிழியில் அடிபடுதலாலும் (Trauma) அம்மை (Measles), தொழுநோய் (Leprosy), இளைப்பு (TB), சிபிலிஸ் (Syphilis) முதலிய நோய்கள் தாக்குவதாலும் கண்ணின் கருவிழியில் புண்ணுண்டாகி கண்ணீர் கெட்டுவிடுவதனையடுத்து கண்ணுக்குள் விழித்திரைக்கும், கருவிழிக்கும் இடையில் சீழ் பிடிக்கும். இதற்கும் கருவிழி புண் நோய்க்குரிய மருத்துவத்தையே மேற்கொள்ள வேண்டும். பாதிக்கப்பட்ட கண்ணீர்ப் பையை அறுவை சிகிச்சை மூலம் அகற்ற வேண்டும்.

அமரம் (Opthalmic Neonatorum)

சில குழந்தைகளுக்கு பிறக்கும் போது கருவிழியில் வெள்ளையாய் பூ படரத் தொடங்கும்.

நோய்க் காரணம்

மகப்பேற்றின் போது பிறப்புப் பாதை கொனரியா நோயினால் பாதிக்கப்பட்டு இருப்பின், அதனால் பிறக்கும் குழந்தையின் கண்கள் பாதிக்கப்பட்டு நோய் உண்டாகிறது.

நோய்க் குறிகள்

கருவிழியின் ஓரம் அல்லது நடுவில் பூ விழத் தொடங்கி, சில வாரங்களில் கருவிழி முழுமையும் படரும்.

கண்ணீர் வடியும்
கண் கூசும் (Photophobia)
பார்வை குன்றும்

சித்த மருத்துவத்தில்,

"கதிக்கு இமையிற் சதை வளர்ந்து கண்ணும் மூடி திறவாது
பதிக்கு விழியில் பரந்து குத்துப் பலவாய் நீரும் பீளையிடும்

நுண்கிருமிகள் சுவாசப் பாதையினுள் நுழைந்து நுரையீரலைப் பாதித்து நிமோனியா (Aspiration Pneumonia) என்ற நோயை உண்டாக்குகிறது.

இதற்கு பிரம்மதண்டு இலையை எரித்துச் சாம்பல் செய்து அதைக் கொண்டு பல் துலக்க வேண்டும். மேலும் நோய்த் தொற்றினை நீக்க, பிரம்மானந்த பைரவம், இரசகந்தி மெழுகு, கந்தக இரசாயனம் போன்ற மருந்துகளை நோயின் தன்மை, நோயாளியின் வலிமைக்கு ஏற்ப வழங்கலாம்.

7. மாறுபட்ட பல் இணைப்பு (Mal occlusion)

பற்களின் வகைகளில் சில உரிய இடத்தில் அமையப் பெறாமல் வேறு இடத்தில் இருப்பின் அது மாறுபட்ட பல் இணைப்பு என்று அழைக்கப்படுகிறது. இதனால்,

உள் தள்ளப்பட்ட தாடை (Receding Chin- Retrognathia)

வெளித்தள்ளப்பட்ட தாடை (Protrunding Chin - Prognathia)

என மாறுபட்ட வாய், தாடை அமைப்புகள் உண்டாகின்றன. மேலும், நகம் அல்லது விரல்களைத் தொடர்ந்து வாயில் வைத்தல், நாக்கு வெளித்தள்ளல் போன்ற சிறு குழந்தைகளின் பழக்கவழக்கங்களும் மாறுபட்ட தாடை அமைப்பை உண்டாக்கும். இதனை அறுவை சிகிச்சை செய்து தாடையின் அமைப்பை மாற்றியமைக்க இயலும்.

8. பல்லடி நிறமாற்றம் (Teeth Discoloration)

- குழந்தைப் பருவத்தில் இருந்தே உட்கொள்ளும் நீரில் புளோரின் (Fluorine) அளவு அதிகமாக இருப்பின் அது நாளடைவில் பற்களில் நிறமாற்றத்தை உண்டாக்குகிறது. இதனால் பற்கள் மஞ்சள் நிறமடைகின்றன.
- குழந்தைப் பருவத்தில் வழங்கப்படும் சில எதிர் உயிரி மருந்துகள் (anti biotics) போன்றவற்றால் பற்கள் செம்பழுப்பு நிறமடைகின்றன.
- காமாலை நோயினைச் சரிவரக் குணப்படுத்தாவிடில் பல்லடிப்பகுதி மஞ்சள் கலந்த பசுமை நிறத்தை (Olive Green Discoloration) அடைகிறது.
- ஃபோர்பைரியா (Porphyria) என்ற நோயால் பல்லடிப்பகுதி வெளுத்து (Opaque) காணப்படும்.

கண்பாவை (Pupil) நோய்கள்

1. கண் பாவை விரிந்த நிலை : கபால உள் அழுத்தம் அதிகரித்த நிலை (after mydriatic drops, Increased Intra Occular Pressure)
2. கண் பாவை ஒரு பக்கமாக விரிந்த நிலை : ரைலிடே சின்ரோம் Riley day Syndrome
3. சிறிய கண் பாவை : பான்ஸ் பகுதியில் ஏற்படும் இரத்தக்கசிவு, அபினி நஞ்சு
4. வெண்ணிற பாவை (White pupil) : ரெட்டினோ பிளாஸ்டோமா, கேட்ராக்ட், அக்கி

ரெட்டினோபிளாஸ்டோமா

சிறு குழந்தைகளுக்கு ஒளித்திரையில் இருந்து உருவாகும் ஒருவகை புற்றுநோய். இது பரம்பரை நோயாகும் (Autosomal Dominant).

நோய்க் குறிகள்

- பாப்பாவில் மஞ்சள் கலந்த வெண்ணிறம் தெரியும். (White Speck in Pupil). அது பூனையின் கண்ணை இரவு நேரத்தில் காண்பது போலிருக்கும்.
- இது ஒரு கண்ணில் இருந்து மற்றொரு கண்ணிற்கு (Optic Chiasma) நரம்பு மூலம் பரவும்.
- கண் அழுத்தம் அதிகமாதல்
- வலி, கண்சிவத்தல்

மருத்துவம்

இதற்கு ஒரே மருத்துவம் பாதிக்கப்பட்ட கண்ணை எடுத்து விடுவது தான். இல்லையெனில் அது மற்றொரு கண்ணிற்கும் நரம்பு மூலம் பரவி மூளையைத் தாக்கி குழந்தை இறக்க நேரிடும்.

கண் ஆடி (LENS)

தொலைப்பார்வை (Long Sight) – HYPERMETROPIA

இதில் தொலைப்பார்வை தெளிவாக இருக்கும். ஆனால் அண்மைப் பார்வை தெளிவாக இருக்காது.

நோய்க் காரணம்

1. இயல்பான கண்பார்வைக்கு – ஒளிக்கதிர்கள் மேகுலா (Macula) என்ற இடத்தில் குவிய வேண்டும். ஆனால் ஹைப்பர்மெட்ரோபியாவில் ஒளிக்கதிர்கள் ஒளித்திரைக்கு பின்னால் குவியும்.
2. ஹைபர் மெட்ரோபியாவில் சிலியரி தசைநார்கள் எப்போதும் சுருங்கி இருக்கும். இதனால் தொலைப்பார்வை தெளிவாக இருக்கும். ஆனால் அண்மைப் பார்வை அல்லது எழுதும் போது சிலியரி தசை நார்கள் மேலும் சுருங்கும். இவ்வாறு அந்தத் தசை நார்கள் ஓய்வின்றி வேலை செய்து கொண்டே இருக்கும். ஆகையால் இந்தத் தசை நார்கள் அண்மைப் பார்வையின் போது சிறிது நேரத்திற்கு ஒரு தரம் ஓய்வு எடுத்துக் கொள்கிறது. அதனால் படித்துக் கொண்டிருக்கும் போதே திடீரென்று எழுத்துகள் மறையும். சிறிது நேரம் கழித்து சிலியரி சுருங்கும் போது மீண்டும் தெளிவாகத் தெரியும்.
3. கண் எரிச்சல், தலைவலி, கண்சிமிட்டல் அதிகமாகும்.

மருத்துவம்

தொலைப்பார்வை உள்ளவர்கள் – குவியாடி அணிய வேண்டும்.

கிட்டப்பார்வை (Short Sight) - MYOPIA

இதில் கிட்டப்பார்வை தெளிவாக இருக்கும். ஆனால் தொலைப்பார்வை தெளிவாக இருக்காது.

காரணம்

- ஒளிக்கதிர்கள் மேகுலாவிற்கு முன்பாகவே (Macula) குவிகின்றது.
- இது பரம்பரையாகவும் வரும் நோய்.
- இதில் கண்ணின் முன் பின் அளவு இயல்பாக இல்லாமல் சிறிது மிகுதியாவதால் (increased diameter) ஏற்படுகிறது. இது மீண்டும் இயல்பு நிலை அடைவது இல்லை.

மருத்துவம்

- குழியாடிகளை அணிய வேண்டும்.

மயோப்பியா வகைகள்

1. Curvature Myopia
   கண்ணின் வளைவு அதிகமாவதால் ஏற்படும்.
2. Index Myopia
   கண்ணின் ஒளிவிலகல் எண் மாறுவதனால் ஏற்படும்.
3. Progressive : (Myopia increased in adult life)
   குழந்தைகள் வளர வளர அவர்களின் கண்பார்வை குறையும்.
4. Pernicious Myopia
   ப்ராக்ரெஸ்ஸிவ் மையோபியாவுடன் கோராய்டு நோய் நிலையும் சேர்ந்து "Pernicious Myopia" நிலை ஏற்படும். இதில் ஒளித்திரை பிரிதல் (Retinal Detachment) ஏற்படும்.

தடுப்பு மருத்துவம்

கிட்டப்பார்வை, தூரப்பார்வை இரண்டிற்கும்

- பச்சைக் காய்கறி, கீரை, மீன் உணவில் சேர்க்க வேண்டும்.
- தான்றிக்காய் தோலை அரைத்துக் கண்ணைச் சுற்றிப் பற்றிட வேண்டும். மேலும் ஒரு கிராம் தான்றி சூரணத்தைத் தினமும் தேனில் உட்கொள்ள வேண்டும்.
- கண் பயிற்சி யோகா – திராட்டகா (Throttaka)
- கண்களைத் தூய நீரினால் கழுவி கைகளில் பலகணி அமைத்துச் சந்திரனைச் சில மணித்துளிகள் நோக்க வேண்டும்.

கண்புரை (CATARACT)

கண்ஆடியின் ஒளி புகா தன்மை

நோய்க் காரணம்

கரு உற்பத்தி நிலையில் (Embryopathic)

1. பிறவி சிஃபிலிஸ் (Congenital Syphilis)
2. ஜெர்மன் தட்டம்மை (Rubella)
3. வளர்சிதை மாற்ற நோய்கள் : நீரிழிவு வில்சன் நோய், கிரிட்டினிசம் காலக்டோசீமியா
4. குரோமோசோம் மாறுபாடுகள்: ட்ரைசோமி 18, ட்ரைசோமி 21 டர்னர் சின்ரோம்

விழித்திரை நோய் : ரெட்டினைடிஸ் பிக்மென்டோசா
ரெட்டினா பிரிதல் (Retinal Detachment)

இது தவிர கண்ணில் அடிபடுதலாலும், நீடித்த ஸ்டீராய்டு மருத்துவத்தாலும் ஏற்படும்.

நோய்க் குறிகள்

தலைவலி, பார்வை மங்கல், கண்ணில் நீர் வடிதல்

மருத்துவம்

1. அறுவை மருத்துவம் (Conservative Treatment)
2. சித்த மருத்துவத்தில்,
   - கண் காச மாத்திரை – தாய்ப்பாலில் உரைத்து கண்ணிலிடவும்.
   - நாரி கேளாஞ்சன மை

V. வைட்டமின் குறைபாட்டினால் ஏற்படும் கண்நோய்கள்

வைட்டமின் –ஏ குறைவு

1. சிரோசிஸ்
2. கருவிழி புண்ணாதல்
3. கொரட்டோமலேசியா
4. பைடாட் புள்ளிகள் (Bitot's Spots)
5. மாலைக்கண் (Night Blindness)

மாலைக்கண்

சில குழந்தைகளுக்கு பகலில் நன்றாகக் கண் தெரியும். ஆனால் மாலை அல்லது மங்கிய வெளிச்சத்தில் கண் தெரியாது. இது மாலைக்கண் எனப்படும்.

கண்ணின் விழிதிரையில் (Retina) கூம்புகள் (Cones) செல்கள் மற்றும் குச்சி செல்கள் (Rods) உள்ளன. இதில் கூம்பு செல்கள் நிறங்களைப் பகுத்தறியும், குச்சிசெல்கள் வெண்ணிற ஒளியை அறியும். இந்தச் செல்களின் உற்பத்தித்திறன் வைட்டமின் 'ஏ'யைச் சார்ந்துள்ளது. எனவே வைட்டமின் 'ஏ' குறைந்தால் இந்த செல்களின் திறன் குறையும். எனவே மங்கிய அல்லது குறைந்த வெளிச்சத்தில் பொருள்களைக் காண இயலாது.

மருத்துவம்

- வைட்டமின் – ஏ சத்து நிறைந்த உணவு வகைகள்.
- வைட்டமின் – ஏ ஊசி மூலம் செலுத்தல்

சித்த மருத்துவம்

மின்மினிப்பூச்சியை வாழைப்பழத்தினுள் பொதித்து உண்ண மாலைக்கண் நோய் தீரும்.

நிறக்குருடு (COLOUR BLINDNESS)

மாலைக்கண் போலவே, நிறக்குருடு பார்வைக் குறைபாடு நோய் உள்ளது. ஆனால் இது பரம்பரையாக ஏற்படும் நோயாகும்.

இது X–ஐ சார்ந்த குரோமோசோமில் இருப்பதால் ஆண்கள் இந்நோயினால் பாதிக்கப்படுவார்கள்.

இவர்களுக்கு பார்வை நன்றாக இருக்கும். ஆனால் நிறங்களைப் பகுத்து அறிய இயலாது.

முக்கியமாக,

பச்சை நிறத்தைப் பகுத்து அறிவது சிரமம் – ட்யூட்ரனோபியா
சிவப்பு நிறத்தைப் பிரித்தறிவது சிரமம் – புரோட்டனோபியா

பரிசோதனை (Test)

1. Ishihara's Chart
2. Coloured Wools

வைட்டமின் – B2 குறைவு

ரிபோபிளேவின் (Vit-B2) குறைவினால் – கண்முகப்பு, கருவிழிபுண் தயமின் குறைவினால் – கண்ணிமை திறக்க இயலாமை (Ptosis), மாறுகண் முதலியன உண்டாகின்றன.

வைட்டமின் – சி குறைவு

கண்ணின் கண்ஜக்டைவாவில் இரத்தக் கசிவு ஏற்படும்.

LACRIMAL SYSTEM

Dacryocystitis

Naso lacrimal duct – ஆனது அழுத்தப்படுவதினால் (உதாரணமாக கட்டிகள் ...) கண்ணீரானது கண்ணீர்ப்பையினுள் தேங்கும் இதனால் கிருமிகளின் தாக்கம் (Pneumococcus) அதிகரித்து நீர்ப்பை வீங்குதல், இமைகள் வீங்குதல், சிவத்தல், கண்ணில் இருந்து நீர் வடிதல் ஆகியன ஏற்படும்.

மருத்துவம்

பாதிக்கப்பட்ட கண்ணில் கீழ்ப்புறமாகவும், பின்புறமாகவும் சற்று அழுத்தத்தைக் கொடுக்க வேண்டும். இதனால் அங்குள்ள கெட்ட நீர் மற்றும் கிருமி Nasal Duct மூலம் வெளியேற்றப்படுகிறது.

பாதிப்பு மிகக் குறைந்த அளவில் இருக்கும் போது வெந்நீர் ஒற்றடம் தந்து வலியைக் குறைக்கலாம்.

பின் பாதிக்கப்பட்ட நீர்ப்பையை அகற்ற வேண்டும். இப்படி நீர்ப்பை கெட்டுப்போவது சில பிறந்த குழந்தைகளுக்கும் வரலாம். அதாவது ஒரு குழந்தை பிறந்தவுடன் அதன் ஒரு கண்ணில் இருந்து நீர்வடிய ஆரம்பிக்கும். கண்ணிற்கும் மூக்கிற்கும் இடையில் சிறிது வீக்கம் காணப்படலாம்.

இந்த வீக்கத்தின் அழுத்தத்தினால் கண்ணில் இருந்து நீரோ நீர் கலந்த சீழ் வரும். (பிறந்த குழந்தைக்கு கண்ணீர் உற்பத்தி 10 நாள்கள் வரை இருக்காது என்பதை நினைவில் கொள்க.)

0

22

மூக்கு நோய்கள்

மரு. S. காந்திமதி

மூக்கின் அமைப்பு

ஐம்பொறிகளில் ஒன்று மூக்கு. இது நுகரும் உணர்வைப் பெற்றுள்ளது. மேற்புற மூச்சுப் பாதையின் முதல்பாகம் மூக்காகும். இது எலும்பு மற்றும் குருத்தெலும்புகளைக் கொண்டு முக்கோணமாக அமைந்துள்ள ஓர் உறுப்பாகும். மூக்கு, நடுவில் உள்ள தடுப்புச் சுவரால் (Nasal Septum) இரண்டு பாகங்களாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. இதனால் இருநாசித் துவாரங்கள் உண்டாகின்றன. இதன் மூலமே சுவாசம் நடைபெறுகிறது. இந்த மூக்குத் துவாரம் உள்பகுதியில் காற்று நுண் அறைகளுடன் தொடர்பு கொண்டுள்ளது. மூக்கின் உள்பகுதி முழுவதும் சளிச்சவ்வால் மூடப்பட்டுள்ளது. இதனுடன் நுண்ணிய உரோமங்கள் (Hair) காணப்படுகின்றன. இவை நாம் சுவாசிக்கும் போது சுவாசத்துடன் வரும் மாசுகளை அகற்றுகின்றன. மூக்கின் மேல்பகுதியின் உள்ளே மோப்ப நரம்பு (Olfactory Nerve) செல்கிறது.

மூக்கு நோய்க்கான பொதுக் காரணங்கள்

1. குளிர்ந்த காற்றில் ஈடுபடுதல்
2. மிகு சீதளநீரில் குளித்தல்
3. அசுத்த நீரைப் பருகுதல்
4. 14 வேகங்களை அடக்குதல் (கண்ணீர், வாந்தி . .. .)

5. மிக உரத்துப் பேசுதல்
6. தூக்கமின்மை
7. காது, தொண்டை நோய்கள்
8. மூக்கினுள் நோய்த் தொற்று உண்டாகுதல்
9. அடிபடுதல்
10. குருதி உறையாமை (Bleeding Disorders)

மூக்கில் தோன்றும் புண்கள் (Erysipelas Nasi)

இது ஸ்ட்டெப்ரோகாக்கஸ் நோய்க் கிருமியால் உண்டாகிறது. இந்நோயால் மூக்கின் சளிச்சவ்வு பாதிக்கப்படுகிறது.

நோய்க் குறிகள்

- சுரம், உடல் குளிரல்
- உடல்சோர்வு
- தலைவலி
- தொண்டைவலி
- மூக்கைத் தொட்டால் வலி ஏற்படல்
- மூக்கு சிவந்து காணப்படுதல்
- மூக்கின் மேற்புறம் புண்கள் ஏற்படல்

பரிசோதனையில் மூக்கின் உட்புறம் புண்கள் காணப்படும். அருகில் உள்ள நிணசுரப்பிகள் வீக்கமடைந்து இருக்கும்.

மருத்துவம்

1. பறங்கிப்பட்டை சூரணம்
2. பலகரை பற்பம்
3. பிரம்மானந்த பைரவம்
4. அமுக்கரா சூரணம்

போன்ற மருந்துகளை நோயின்தன்மை, நோயாளியின் உடல் வன்மைக்கு ஏற்ப வழங்க வேண்டும்.

5. மத்தன் தைலம் – மேல் பூச்சாக மூக்கின் மேலே தடவலாம்.
6. அமிர்த வெண்ணெய் – மேல் பூச்சாகப் பயன்படுத்தலாம்.

உறைபனித்தாக்கு

நோய் எதிர்ப்புச் சக்திக் குறைபாடு, ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடு உள்ள குழந்தைகளை இந்நோய் அதிகம் தாக்குகிறது. இது அதிகப் பனி உள்ள இடங்களில் செல்லும் போது உண்டாகிறது. இந்நோயில், மூக்கின் மீதான பனித்தாக்குதல் காரணமாக மூக்கின் சருமம் சிவந்து காணப்படும். சில சமயங்களில் அதன் நுனி நீலநிறமாக இருக்கும். அதிகப் பனித்தாக்குதல் காரணமாக மூக்கில் உள்ள திசுக்கள் சிதைந்து புண்கள் உண்டாகின்றன.

மருத்துவம்

இதற்கு மேல்பூச்சாக தேங்காய் எண்ணெய், அமிர்த வெண்ணெய் போன்றவற்றைத் தடவலாம். ஊட்டச்சத்து உள்ள உணவு வகைகளை உண்ணவேண்டும். உடல் வலிமையைப் பெருக்கும் மருந்துகளான

1. தேற்றான் லேகியம்
2. நெல்லிக்காய் லேகியம்
3. வில்வாதி லேகியம்

போன்ற மருந்துகளைக் கொடுக்கலாம். அதிகப் பனி உள்ள இடங்களுக்குச் செல்வதைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

மூக்கில் தோன்றும் கரப்பான்

காரணங்கள்

1. ஒவ்வாத பொருள்களை உண்ணல்
2. அடிக்கடி சளிபிடித்தல்
3. மூக்கைச் சிந்துதல், துடைத்தல்
4. குளிர்ந்த காற்று வீசும் இடங்களில் உலாவுதல்
5. மாசடைந்த காற்றைச் சுவாசித்தல் (Air Pollution)
6. உடலுக்கு ஒவ்வாத மருந்துகளை உட்கொள்ளல்

நோய்க்குறிகள்

1. மூக்கின் மேல் வீக்கம்
2. அரிப்பு
3. சிவந்துகாணப்படுதல்
4. நீர் ஒழுகல்

5. மேல் தோல் உரிதல்
6. பக்கு கட்டுதல்
7. மூக்கில் தொடுவலி ஏற்படல்
8. நிறம்மாறிக்காணப்படுதல்

இந்நோய் கீழே வாய் வரை பரவுகிறது.

மருத்துவம்

1. பறங்கிப்பட்டை சூரணம்

பறங்கிச் சக்கையை எடுத்து அதற்குச் சம அளவு கருந்துளசி நீர் கலந்து நன்றாக வெயிலில் உலர்த்தி, பொடித்து நோயின் தன்மைக்கு ஏற்ற அளவு கொடுக்க கரப்பான் தீரும். இதனைப் பாலில் அனுபானித்துத் தரலாம்.

2. சிவனார் அமிர்தம்

இருவி	–	35 கிராம்
இரசம்	–	35 கிராம்
கருநாபி	–	35 கிராம்
நெல்லிக்காய் கந்தகம்	–	35 கிராம்
சுக்கு	–	35 கிராம்
மனோசிலை	–	35 கிராம்
வெங்காரம்	–	35 கிராம்
அரிசித் திப்பிலி	–	35 கிராம்
மிளகு	–	350 கிராம்

ஆகியவற்றை எடுத்து சுத்தித்து தனித்தனியே சூரணம் செய்து கல்வத்தில் இட்டு ஏழு நாள்கள் விடாமல் அரைத்து, கறுப்பு நிறத்தை அடைந்தபின் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

இதனை, தேன் மற்றும் பறங்கிப்பட்டை சூரணத்துடன் அனுபானித்துக் கொடுக்க கரப்பான் தீரும். இம்மருந்தை நோயின் தன்மைக்கு ஏற்ப 30 மி.கி. முதல் 100 மி.கி. வரை தேனில் கொடுக்கலாம்.

3. கரப்பான் தைலம்

இரசக்கற்பூரம், ஏலரிசி,மயில்துத்தம், பால்துத்தம், கற்பூரம், இரசம், கார்போக அரிசி, மிருதாருசிங்கி, கஸ்தூரி மஞ்சள், நீரடி முத்துப் பருப்பு, காட்டுச்சீரகம், கந்தகம் ஆகிய சரக்குகள் ஒவ்வொன்றிலும் 3 கிராம் எடுத்து சுத்தித்து ஒரு பாத்திரத்தில் இட்டு தேங்காய்ப்பால் 1.4 லிட்டர் கலந்து காய்ச்சி வடித்துக் கொண்டு, இதனைக் கோழி இறகினால் கரப்பான் உள்ள இடங்களில் மேலே தடவி வர, கரப்பான் நோய் குணமாகும்.

4. கந்தகச் சுடர் தைலம்

கந்தகம்	–	35 கிராம்
வெடியுப்பு	–	35 கிராம்
மனோசிலை	–	35 கிராம்
நவாச்சாரம்	–	20 குன்றி எடை
வீரம்	–	20 குன்றி எடை
பசு வெண்ணெய்	–	140 கிராம்

ஆகியவற்றை முறைப்படி சுத்தித்து தனித்தனியே பொடித்து, மனோசிலை தவிர மற்ற சரக்குகளைக் கலந்து வெண்ணெய் சேர்த்து அரைத்துக் கடைசியில் மனோசிலை பொடியைச் சேரத்து துணித்துண்டில் தடவி திரியாகத் திரித்து நெய் விளக்கேற்றி திரிகளைக் கொளுத்தி சுடர் அடியில் ஒரு பீங்கானைப் பிடிக்க பிடித்தைலம் துளித்துளியாகக் கொட்டும். இதனை 5 மி.கி.முதல் 10 மி.கி. வரை நோயின் தன்மை, நோயாளியின் வலிமைக்கு ஏற்றவாறு சர்க்கரையுடன் அனுபானித்துக் கொடுக்க கரப்பான் தீரும். இவ்வாறு 10 நாள்களுக்குத் தரவேண்டும். மேலும் இம்மருந்தினை மேல் பூச்சாகவும் பயன்படுத்தலாம்.

5. **பலகறை பற்பம்** – உள் மருந்தாக வழங்கலாம்.

6. **அமிர்த வெண்ணெய்**

7. **அருகன் தைலம்**

8. **புங்கன் தைலம்**

போன்றவற்றை வெளிப்பிரயோகமாகப் பயன்படுத்தலாம்.

பத்தியம்

உடலுக்கு ஒவ்வாத பொருள்களை உண்ணக் கூடாது.

கரப்பான் பொருள்களான மீன், இறைச்சி, கம்பு, சோளம், வரகு, சாமை, வாழைக்காய், முட்டை, பூசணிக்காய், சேனைக்கிழங்கு போன்ற உணவு வகைகளைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

குளிர்ந்த காற்றில் உலாவக் கூடாது.

உடலைத் தூய்மையாக வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

மண், அசுத்தமான நீர் நிலைகளில் விளையாடல் கூடாது.

மூக்கில் இருந்து வெளிப்படும் குருதிப்போக்கு (Epistaxis)

இது குழந்தைப் பருவத்தில் அதிகம் காணப்படும் நோயாகும். ஒரு வயது வரை இந்நோய் ஏற்படுவது மிகவும் அரிது. பின்பு 12 வயது வரை அதிகம் காணப்படும். வயது வந்தபின்பு குறைந்து காணப்படும்.

நோய்க்கான காரணங்கள்

1. அடிக்கடி சளிபிடித்தல், குடும்ப வரலாறு
2. பின் தலையில் அடிபடுதல்
3. வைட்டமின் ‘சி’ குறைபாடு (Vit. ‘C’)
4. குருதி உறையா நோய் (Bleeding Disorders)
5. மூக்கில் கட்டிகள் தோன்றல்
6. நோய்த்தொற்று
7. மூக்கில் உண்டாகும் புண்கள்
8. இதயநோய்கள், கல்லீரல் நோய்கள்

போன்றவற்றின் காரணமாக மூக்கில் இருந்து குருதி வெளிப்படலாம். இதில் மூக்குத் துவாரத்திற்கு ஒரு செ.மீ. மேல் உள்ள மூக்குத் தடுப்புச் சுவரின் (Nasal Septum) முன்பகுதியில் இருந்துதான் குருதிப்போக்கு உண்டாகிறது. இது சிலசமயம் எந்தக் காரணமும் இன்றி திடீரென உண்டாகலாம். சிலநேரங்களில் நீண்ட நேரம் குருதிப் பெருக்கு ஏற்பட்டு நோயாளி மயக்க நிலையை அடையும்போது தீவிர சிகிச்சை அளிக்கவேண்டும்.

மருத்துவம்

தலையை உயரத்தில் வைக்க வேண்டும்.

ஒரு நிமிடம் மூக்குத் துவாரத்தை இறுக்கிப் பிடிக்க வேண்டும்.

மூக்கைச் சிந்துதல் கூடாது.

மூக்குத் துவாரத்தை மெல்லிய துணியால் துடைக்க வேண்டும்.

குருதிப் பெருக்கிற்கான காரணத்தைக் கண்டறிந்து அதற்குத் தக்க மருத்துவம் செய்யவேண்டும்.

5. மூக்கினுள் அயல்பொருள்கள்

இது குழந்தைப் பருவத்தில் அதிகம் காணப்படும் ஒன்றாகும். பழங்கள், பட்டாணிக் கடலை, விதைகள், விளையாட்டுப் பொருள்கள், குச்சி, கோலிக்குண்டு, சுண்ண எழுதுகோல் (Chalk) போன்றன பெரும்பாலும் மூக்கினுள் செல்லலாம். இதன் காரணமாக மூக்கடைப்பு, தும்மல், மூச்சுவிடச்சிரமம் போன்ற நோய்க்குறிகள் காணப்படும். இந்த அயல்பொருள்களை உடனே கண்டறிந்து அதனை அகற்ற வேண்டும். மிகவும் உள்நுழைந்த நிலையில் மயக்க மருந்து கொடுத்து இந்த அயல் பொருள்களை வெளிப்படுத்த வேண்டும். இல்லையெனில் சுவாசப்பாதையில் அடைப்பை உண்டாக்கும்.

6. மூக்குச்சுவர் தடுப்பு விலகல் (Septal Deviation)

மூக்கின் நடுவில் உள்ள தடுப்புச் சுவர் (Nasal Septum) ஏதேனும் ஒருபுறம் வளைந்து காணப்படும். இதன் காரணமாக சுவாசம் சரிவர நடைபெறாது. இதனால் எளிதில் நோய்த் தொற்றுகள் உள்நுழைகின்றன. நாள்பட்ட அழற்சி காரணமாகவும், அடிக்கடி சளிபிடித்தல் காரணமாகவும் இந்நோய் ஏற்படலாம்.

7. மூக்கு நீர்பாய்தல் (Acute Rhinitis)

மூக்குப் பாதையில் ஏற்படும் தீவிர அழற்சி காரணமாக மூக்கு நீர்பாய்தல் ஏற்படுகிறது. இது ஜலதோஷம் என்றும் நீர்க்கோப்பு என்றும் அழைக்கப்படுகிறது.

நோய்க்கான காரணங்கள்

1. குளிர்ந்த நீரைப் பருகல்
2. ஒவ்வாத பொருள்களை உண்ணல்
3. சுகாதாரமற்ற காற்றைச் சுவாசித்தல்
4. ஒவ்வாமை
5. குளிர்ந்த நீர்நிலைகளில் குளித்தல்

நோய்க் குறிகள்

இந்நோய் குழந்தைகளின் நடுக்காது (Middle Ear) வரை பரவுகிறது. குழந்தைப் பருவத்தில் மூக்கு, தொண்டையை நடுக்காதுடன் இணைக்கும் யூஸ்டேசியன் குழாய் சரியாக வளர்ச்சியடையாத காரணத்தால் இந்த நோய்த்தொற்று நடுக்காதுக்கு எளிதில் பரவுகிறது.

- சுரம்
- மூக்கில் நீர்வடிதல்
- தும்மல்
- தலைவலி
- உடல்சோர்வு
- உடல் வலி
- கண்களில் நீர்பெருகல்

உணவுப்பொருள்களின் மணத்தை (Smell) அறிய முடியாத நிலை (Anosmia)

மருத்துவம்

1. தாளிசாதி சூரணம்

தாளிசப்பத்திரி, இலவங்கப்பட்டை, ஏலம், சுக்கு, அதிமதுரம், பெருங்காயம், நெல்லிமுள்ளி, கோட்டம், திப்பிலி, சீரகம், சதக்குப்பை, ஓமம், நற்சீரகம், திப்பிலிக்கட்டை, கடுக்காய், சடாமாஞ்சில், மிளகு, சிறுநாகப்பூ, சண்பகமொக்கு, வாய்விளங்கம், இலவங்கப்பத்திரி ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 8 கிராம் எடுத்து, கொத்துமல்லி விதை 75 கிராம் சேர்த்து சுத்தம் செய்து பொன்வறுவலாக வறுத்து, பொரிக்க வேண்டியதைப் பொரித்து பொடித்து, வடிகட்டி சர்க்கரை 500 கிராம் சேர்த்து சூரணம் செய்யவேண்டும்.

அளவு

குழந்தையின் வயதுக்கு ஏற்ப 300 மி.கிராம் முதல் 1 கிராம் வரை மற்ற மருந்துகளுடன் கலந்து காலை, மாலை இருவேளை தேனில் உணவுக்குப்பின் கொடுக்க வேண்டும்.

2. பவளபற்பம் – 30 மி.கி. முதல் 60 மி.கி. வரை மேற்படி சூரணத்துடன் தரலாம்.

3. வசந்த குசுமாகரம்

வெங்காரம், இலவங்கம், திப்பிலி, கோட்டம், அக்கிரகாரம், அதிமதுரம் ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 8 கிராம் எடுத்து குங்குமப்பூ – 4 கிராம் பச்சைக் கற்பூரம் – 4 கிராம் ஆகிய இரண்டையும் சுத்தித்துச் சேர்த்து இஞ்சிச்சாறு விட்டு இரண்டுநாள், தாய்ப்பால் விட்டு இரண்டுநாள் அரைத்து 65 மி.கி. அளவுள்ள மாத்திரை செய்து நிழலில் உலர்த்திக் கொள்ளவேண்டும். இந்த மாத்திரையை காலை, மாலை இருவேளை தேனில் தரலாம்.

4. கோரோசனை மாத்திரை

கோரோசனம், குங்குமப்பூ, பச்சைக்கற்பூரம், சாதிக்காய், இலவங்கம், ஏலம், கோட்டம், அக்கிரகாரம், கற்பூரம், இரசசெந்தூரம், அப்பிரகபற்பம் ஆகியவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் 15 கிராம் எடுத்துப் பொடித்து சந்தனக்கட்டை, சண்பகப்பூ குடிநீர் விட்டு 6 மணிநேரம் முறையே அரைத்து 130 மி.கி. அளவிலான மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்திக் கொள்ள வேண்டும். இதனைத் தினமும் ஒரு மாத்திரை தேனில் கொடுக்க சலதோடம் நீங்கும்.

5. சிவனார் அமிர்தத்தை நோய்க்கு ஏற்ப தாளி சாதி சூரணத்துடன் கலந்து தேனில் குழைத்து இருவேளை தொடர்ந்து ஏழு நாள்களுக்குத் தரலாம்.

6. கஸ்தூரி கருப்பு மருந்தை நோயின்தன்மை, நோயாளி வலிமைக்கு ஏற்றவாறு தாளிசாதி சூரணத்துடன் கலந்து தேனில் அனுபானித்துத் தரலாம்.

பீனிசம் (Sinusitis)

வேறுபெயர்

நீர்க்கோவை, மூக்கடைப்பு என்றும் அழைக்கப்படுகிறது.

நோயின் தன்மை

மூக்குத் துளைகள் சிவந்து தும்மல், கண்கள் சிவந்து நீர்வடிதல், மூக்கு நீர்பாய்தல், தலைநோதல், அடிக்கடி மூக்கைசிந்தி சளி, குருதி, சீழ், போன்றவற்றை வெளிப்படுத்துதல்.

மூக்குத் துவாரங்கள் மற்றும் அதனுடன் தொடர்புடைய காற்றறைகளில் (Sinus) உள்ள சளிச்சவ்வு நோய்த் தொற்றுகளால் பாதிக்கப்படுவதால் இந்நோய் உண்டாகிறது.

நோய்க்கான காரணங்கள்

1. மிகக் குளிர்ந்த நீரைப் பருகல்
2. பனியில் நனைதல்
3. ஒவ்வாத புகை, புழுதியுடன் கூடிய காற்றைச் சுவாசித்தல்
4. குளிர்ந்த நீரில் தலைமுழுகல்
5. குளிர்ந்த உணவுகளை உண்ணல்
6. மேகநோய் (Syphylis) தொடர்பாக ஏற்படல்

இந்நோயில் கீழ்வாய்க்கனல் தன்னளவில் அதிகரித்து மூளைவரை பாய்ந்து அதனால் மூக்கடைப்பு உண்டாகிறது.

நோய் வகைப்பாடு

இந்நோயினை 86 வகைகளாகவும், 18 வகைகளாகவும், 9 வகைகளாகவும் வகைப்பாடு செய்து உள்ளனர். இதில் பெரும்பாலும் 9 வகைகளே உள்ளன.

1. வளி மூக்கடைப்பு
2. அழல் மூக்கடைப்பு
3. ஐய மூக்கடைப்பு
4. நீர் மூக்கடைப்பு
5. குருதி மூக்கடைப்பு
6. சீழ் மூக்கடைப்பு
7. சிறாய் மூக்கடைப்பு
8. முளை மூக்கடைப்பு
9. கழுத்து மூக்கடைப்பு

நோய்க்குறிகள்

1. வளி மூக்கடைப்பு

- மூக்கு, நெற்றிப் பகுதியில் புழு ஊர்வதைப்போல் நமைச்சல்
- மூக்கில் நீர்வழிதல்
- அடிக்கடி தும்மல்
- மூக்கில் குடைவது போல்வலி
- வாய் உலரல்
- குரல் கம்மல்
- உடல் சோர்வு

2. அழல் மூக்கடைப்பு

- சுரம்
- மூக்குத் தண்டு சிவந்து காணப்படுதல்
- தலைச்சுற்றல்
- மூக்கு மணம் உணர முடியாமை
- நீர்வேட்கை
- மயக்கம்
- மனக்கலக்கம்
- மூக்கில் புண் உண்டாதல்

3. ஐயமூக்கடைப்பு

- தலைவலி
- கண்களில் நீர்வடிதல்
- மூக்கடைப்பு
- மூக்கில் நாற்றத்துடன் சீழ் வெளிப்படல்
- இருமல்
- கண்களில் பீளை கட்டல்
- காது அடைத்தல்
- நா சுவையறியாமை

4. நீர் மூக்கடைப்பு

- மூக்கில் இருந்து நீர்நீராகச் சொட்டுதல்
- தலைவலி
- உடல்சோர்வு
- சுரம்
- பசியின்மை

5. குருதி மூக்கடைப்பு

- மூக்கு சிவந்து புண் போல் காணப்படுதல்
- மூக்கில் எரிச்சல், நமைச்சல்
- தலைவலி
- கண் எரிதல்
- காதுகுடைதல்
- நா சுவையறியாமை
- மூக்கில் குருதி வழிதல்

6. சீழ் மூக்கடைப்பு

- மூக்கடைப்பு
- வாயில் மூச்சுவிடல்
- சளி நாற்றத்தோடு வெளிப்படல்
- மூக்குத் தண்டு சிவந்து காணப்படுதல்

7. சிறாய் மூக்கடைப்பு

இது மேகநோயின் தொடர்பால் வரும் நோயாகும்.

- மூக்கின் உட்புறம் புண்கள் தோன்றல்
- சளி கட்டியாய் வாய்வழியே வெளிப்படல்
- மூக்கின் சதை சிதைந்து வெளியாதல்
- மூக்குப் பகுதியில் தாங்கமுடியாத நாற்றம் உண்டாதல்

8. முளை மூக்கடைப்பு

- மூக்கின் சளிச்சவ்வு கம்பளிப்பூச்சிப் பழம்போல் சிவந்துகாணப்படுதல்
- யானைத் திப்பிலியைப் போல் நீண்டு தொங்குதல்

- மூக்கில்வலி
- மூச்சுவிடுதலில் சிரமம்
- தலைவலி
- சுரம்
- மூக்கில் இருந்து குருதி வடிதல்

9. கழுத்து மூக்கடைப்பு

இது குரல்கம்மல் நோய்க்கும், தொண்டை நோய்க்கும் தொடர்நோயாக உண்டாகும்.

- தொண்டையில் எரிச்சல்
- தும்மல்
- மூக்கில் இருந்து சளி வெளிப்படல்

குற்ற வேறுபாடுகள்

ஐயக் குற்றம் அதிகரித்து அத்துடன் பித்தமும் சேர்ந்து அதிகரிப்பதால் உண்டாகும் நோயாகும்.

மருத்துவம்

தன்னிலை திரிந்த குற்றத்தைத் தன்னிலைப்படுத்தவும் மூக்கில் உண்டாகும் புண்களுக்கும் தக்க மருத்துவம் செய்ய வேண்டும். இதற்கு,

1. மூக்குப்பொடி – ஆக்கிராணம்
2. சொட்டு மருந்துகள் – நசியம் (Nasal Drops)
3. புகைகள் (Vapour)
4. ஆவிபிடித்தல்
5. தலை முழுக்குத் தைலம்

ஆகியவற்றையும் உள்ளுக்கு ஐயக்குற்றத்தைத் தன்னிலைப்படுத்தும் மருந்துகளையும் கொடுக்க வேண்டும்.

1. ஆக்கிராணம்

- இலுப்பை வேர்
- சுண்டைவேர்
- பாலைவேர்

ஆகியவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றைப் பொடி செய்து மூக்குப்பொடியாக உபயோகிக்க வேண்டும். இதனையே புகைத்து, புகையையும் நுகரலாம்.

2) பற்று

- புணுகு
- செம்பருத்தி விதை

ஆகிய இரண்டையும் சமஎடை எடுத்து அகத்திப்பூ சாறுவிட்டரைத்து அதனைத் தலையின் நெற்றி, புருவம், மூக்குத் தண்டு மீது பற்று இட நீர், சீழ், குருதி மூக்கடைப்பு ஆகியன தீரும்.

3) புகை

- பளிங்குசாம்பிராணி – 35 கிராம்
- செஞ்சந்தனம் – 35 கிராம்
- தேவதாருகட்டை – 35 கிராம்
- ஆயில்பட்டை – 35 கிராம்
- கருங்காலிப்பட்டை – 35 கிராம்
- மிருதார்சிங்கி – 2 கிராம்
- இலிங்கம் – 2 கிராம்
- வெடியுப்பு – 2 கிராம்

ஆகியவற்றை எடுத்து, தனித்தனியே அரைத்து ஒன்று சேர்த்து, இத்துடன் ஊமத்தைச்சாறு, உத்தாமணிச்சாறு, எருக்கம்பழுப்புச் சாறு சேர்த்து துணியில் தடவி காயவைத்து, கொளுத்தி, புகையை மூக்கினுள் இழுத்து வாய்வழியே விடவேண்டும். இதனால் முளை மூக்கடைப்பு (Polyp), மேகநோயால் வரும் சிறாய் மூக்கடைப்பு ஆகியன தீரும்.

4) வியர்வை பிடித்தல்

- திப்பிலி
- மஞ்சள்
- ஓமம்
- மிளகு

ஆகியற்றைச் சமஎடை எடுத்து திரியாக்கிக் கொளுத்தி உடம்பைப் போர்வையிட்டு மூடிக்கொண்டு முகத்தைப் புகையில் காட்டி வியர்வை பிடிக்க வேண்டும்.

5) தலை முழுக்குத் தைலம்

- அரக்குத் தைலம்
- சுக்குத் தைலம்
- பீனிசத்தைலம்
- நொச்சித் தைலம்

ஆகியவற்றில் ஒன்றை வாரத்திற்கு ஒருமுறை தலைமுழுக பீனிசம் தீரும்.

6) உள்மருந்து

1. வசந்த குசுமாகர மாத்திரையைத் தும்பைச் சாற்றில் அல்லது தேனில் கொடுக்கலாம்.
2. தாளிசாதி சூரணம்
3. கஸ்தூரி கருப்பு
4. சிவனார் அமிர்தம்
5. ஆடாதோடைக் குடிநீர்
6. திப்பிலி இரசாயனம்
7. பவளபற்பம்
8. பலகரைப்பற்பம்
9. திரிகடுகு சூரணம்
10. முத்துப்பற்பம்
11. தண்ணீர்விட்டான்நெய்

ஆகிய மருந்துகளை நோயாளியின் தன்மைக்கு ஏற்பக் கொடுக்கலாம்.

மூக்கில் தோன்றும் கட்டிகள்

தொடர்ந்து வரும் நோய்த்தொற்றால் மூக்கில் உள்ள சளிச்சவ்வு வீக்கமடைந்து சிறிய நீர்க்கட்டிகள் (Nasal Polyps) உண்டாகின்றன. இந்த நீர்க்கட்டிகளின் அளவு அதிகரிக்கும் போது அவை மூக்கடைப்பை உண்டாக்குகின்றன. இதனால் தும்மல், மூச்சுவிடச்சிரமம், மூக்கில் இருந்து நீர் வெளிப்படல், மூக்கடைப்பு, தலைவலி, மூக்கின் இருபுறம் வலி, பீனிசம் போன்றவை உண்டாகின்றன. அரிதாக மூக்கினுள் புறவளர்ச்சிகள் காரணமாகக் கட்டிகள் (Fibroma, Angioma, Chondroma) உண்டாகின்றன. இவை வளர்ந்துவரும் நிலையில் மூக்கினுள் அடைப்பை உண்டாக்குகின்றன. இந்நிலையில் இதனை அறுவைசிகிச்சை மூலம் அகற்றவேண்டும்.

மருத்துவ அறிவுரை (Advice)

1. நோயாளியை அமைதியாகவும், மிகக் காற்றோட்டம் இல்லாத இடத்திலும் இருக்கும்படிச் செய்யவேண்டும்.
2. வாரம் ஒருமுறை எண்ணெய் தேய்த்து தலைமுழுகச் செய்ய வேண்டும்.
3. குளிர்ந்த காற்றுள்ள, பனி உள்ள இடத்திலும் இருக்கக்கூடாது.
4. குளிர்ந்த, உடலுக்கு ஒவ்வாத உணவு வகைகளை உண்பதைத் தவிர்க்க வேண்டும்.
5. மாசு, தூசு கலந்த காற்றோட்டப் பகுதிகளில் செல்வதைத் தடுக்க வேண்டும்.

Reference: (ஆதாரங்கள்)

1. பொதுமருத்துவம்
2. குழந்தை மருத்துவம்
3. அறுவை மருத்துவம்
4. ஓலைச் சுவடி நூல்
5. சித்த வைத்தியத் திரட்டு
6. நவீன நூல் (O.P. GHAI)

23

பல்நோய்கள்

மரு. T.K. கல்யாணசுந்தரம்

'பற்கள் பாதுகாப்பு' என்பது குழந்தைப் பருவத்தில் இருந்து முதுமை காலம் வரை மிகவும் முக்கியமாகப் பேணப்பட வேண்டிய ஒன்றாகும். இதற்குத் தாய்மார்கள் கருவுற்றிருக்கும் போதும், குழந்தைகளுக்குப் பால்கொடுக்கும் போதும் நல்ல சத்துள்ள உணவு வகைகளை உண்ண வேண்டும். மேற்கண்ட காலங்களில் தேவையற்ற மருந்துகளைத் தவிர்க்க வேண்டும். பற்கள் சீர்கெடாமல் இருக்க வாயைத் தூய்மையாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். காலையிலும் இரவு படுக்கச் செல்வதற்கு முன்பும் பல் துலக்க, வாயைத் தூய்மை செய்ய குழந்தைகளுக்குக் கற்றுத்தர வேண்டும். குழந்தைப் பருவத்திலேயே இப்பழக்கத்தை ஊக்குவித்தால் முதுமைக் காலம் வரை பற்கள் சீர்கெடாமல் இருக்கும்.

நம் முன்னோர்கள் பற்களைத் தூய்மை செய்ய ஆலங்குச்சி, வேப்பங்குச்சி போன்ற இயற்கை மூலிகைகளைப் பயன்படுத்தினர். தற்போதும் கிராமப்புறங்களில் இது பின்பற்றப்படுகிறது. ஆனால் இன்று பெரும்பாலும் பிரஷ் (Brush) மற்றும் பற்பசைகளைப் பல் துலக்க உபயோகிக்கின்றனர். பல் முளைத்தல் என்பது குழந்தைகளின் ஒன்பதாவது மாதத்தில் தொடங்கும். மூன்று வயதில் இருபது பால்பற்கள் உண்டாகும். குழந்தைகளுக்கு முதன் முதலில் முளைக்கும் பற்களைப் 'பால்பற்கள்' (Milk Teeth) எனவும், அவை விழுந்து பின் இளமைக் காலத் தொடக்கத்தில் முளைக்கும் பற்களை நிலைப்பற்கள் (Permanent Teeth) என்றும் அழைக்கின்றோம். ஆறு முதல் ஏழு வயதில் முதல் நிரந்தரக் கடைவாய் பற்கள் தோன்றும். 16 வயதில் மூன்றாம் நிரந்தரக் கடைவாய்ப் பற்கள் தோன்றி முப்பத்திரண்டு பற்கள் என முழுமையடையும்.

பற்கள் முளைத்தல், பல் வளர்ச்சி, பல் விழுதல், பல் வலிமை, பற்களின் பலக்குறைவு ஆகியவை இனம், பரம்பரை, உடல்வலிமை, இயற்கைத் தன்மை, உணவு ஆகிய காரணங்களைக் கொண்டு மாறுபடும். பற்களும் எலும்புகளை ஒத்த (Bones) அமைப்பைப் பெற்றுள்ளன. எலும்புகளில் உள்ளது போலவே இவற்றின் உள்ளும் மஜ்ஜை (Bone marrow) காணப்படுகிறது. ஒவ்வொரு பல்லிலும் வேர் (Root), உடல்பகுதி (Body), நுனி (Top) என மூன்று பகுதிகள் உள்ளன. பால் பற்கள் பலக்குறைவுடன் இருப்பதால் அவை எளிதில் விழுந்து விடுகின்றன.

எலும்புகளைப் போலவே பற்களுக்கும் கால்சியம், பாஸ்பேட் (Calcium, Phosphate) தாதுக்கள் மிக முக்கியமாகத் தேவைப்படுகின்றன. உடலில் இவற்றின் அளவைப் பொறுத்தே பற்கள் வன்மை பெறுகின்றன. இவை தவிர ஈறுகள் (Gums) வன்மையாக இருப்பின் பற்களும் உறுதியாக இருக்கும். ஈறுகளின் பலம் குறையும் போது எளிதில் பற்கள் ஆட்டம் கண்டு விழுந்து விடுகின்றன.

குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் பல்நோய்கள்

1. பல் முளைக்காமை (Anodentia)
2. பாதிப் பற்கள் முளைக்காமை (Partial Anodentia)
3. அளவுக்கு அதிகமான பற்கள் (Super Numerary Teeth)
4. இரட்டைப் பற்கள் (Twinning of Teeth)
5. விரைவில் முளைக்கும் பற்கள் (Early Teeth Eruption)
6. பல் சொத்தை (Carries Teeth)
7. பல்லடிக்கட்டி (Alveolar Abscess)
8. மாறுபட்ட பல் இணைப்பு (Mal occlusion)
9. பல்லடி நிறமாற்றம் (Discoloration of Teeth)

பல் முளைக்காமைக்கான (Anodentia) காரணங்கள்

- பிறவிக் குறைபாடு
- பரம்பரை வழியாகக் காரணம்
- பிறவியிலேயே எலும்புகளின் வலிமை குன்றி இருத்தல் (எ.கா) (Paget Disease)

- மேல்தாடை மற்றும் கீழ்தாடை (Mandible & Maxilla) எலும்புகளில் நோய்த்தாக்கம்
- ஈறுகளில் உள்ள செல்கள் சரிவர வளர்ச்சி அடையாமை

பற்களின் வேர்களில் வாயு வேகம் உள்ளது. இவ்வாயுவானது பிறநிலை வளர்ச்சி அடையும் போது அது எலும்பு மஜ்ஜையையும், எலும்பையும் (Bone, Bone Marrow) வறட்சியடையச் செய்வதால் பற்கள் முளைப்பதில்லை.

மருந்துவம்

பற்கள் எளிதில் முளைக்க திப்பிலிப் பொடி, நெல்லிவற்றல் பொடி ஆகியவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றைத் தேனில் கலந்து பல் ஈறுகளில் தடவ வேண்டும். இதனை முப்பது நாள்கள் வரை தொடர்ந்து செய்ய வேண்டும்.

மஞ்சிட்டி, காட்டாத்தி, சிற்றாமுட்டி, வில்வம், வெள்ளி லோத்திரம் ஆகியவற்றைச் சுத்தித்து, எட்டு பங்கு நீர் சேர்த்து எட்டில் ஒன்றாகக் குறுக்கி கசாயம் செய்து அதைப் பசுநெய் சேர்த்துக் கொடுக்கவும்.

2. பாதிப் பற்கள் முளைக்காமை (Partial Anodentia)

பொதுவாக மூன்றாம் கடைவாய்ப் பற்கள், இரண்டாம் கடைவாய்ப் பற்கள் புறவெட்டுப் பற்களில் பாதிப் பற்கள் முளைக்காத நிலை காணப்படுகிறது. இது குட்டிப்பல் என்றும் குறிப்பிடப்பெறுகிறது. உடல் வலிமை குறைவு, குழந்தைப் பருவத்தில் ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடு, நாள்பட்ட சில நோய்கள் போன்றவற்றால் மேற்கண்டநிலை ஏற்படுகின்றது. அன்னப்பிளவை (Cleft Palate) உள்ள குழந்தைகள் இந்நோயினால் அதிகம் பாதிக்கப்படுகின்றனர். இக் குழந்தைகளுக்கு உடல் ஊட்டத்தை அதிகரிக்கும் அமுக்கரா சூரணம், நெல்லிக்காய் லேகியம், கேசரி லேகியம், தேற்றான் கொட்டை லேகியம், அயபற்பம், அயகாந்த செந்தூரம், அன்னபேதி செந்தூரம், வில்வாதி லேகியம் போன்ற மருந்துகளை உடல் வலிமைக்குத் தரலாம். மேலும் ஊட்டச்சத்து மிகுந்த உணவு வகைகளை உணவில் அதிகம் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

3. அளவுக்கு அதிகமான பற்கள் (Supernumerary Teeth)

இயல்பாக மனிதர்களுக்கு முப்பத்திரண்டு பற்கள் காணப்படும். இவ்வெண்ணிக்கை அதிகரித்த நிலை சிலருக்குப் பரம்பரையாகத் (Hereditary) தொடர்கிறது. பெரும்பாலும் இந்நிலையில் வெட்டுவாய்ப் பற்கள் அளவிலும், எண்ணிக்கையிலும் அதிகமாகக் காணப்படும். அதிகரித்த அப்பற்களை நீக்கிவிட வேண்டும். இல்லையெனில் இயற்கையான பல்முளைப்பது பாதிக்கப்படும்.

4. இரட்டைப்பற்கள் (Twinning of Teeth)

இவை பெரும்பாலும் கடைவாய்ப் பற்களில் காணப்படும்.

5. விரைவில் முளைக்கும் பற்கள் (Early Teeth Eruption)

சில குழந்தைகளுக்கு பிறக்கும் போதே பற்கள் காணப்படுகின்றன. சில வகையான ஹார்மோன் குறைபாட்டு நோய்களால் (Congenital Adrenal Hyperplasia) குழந்தைகளுக்கு இரண்டாம், மூன்றாம் மாதங்களில் பற்கள் முளைக்கத் தொடங்குகின்றன. இந்நிலை மரபணுக் குறைபாட்டினால் ஏற்படக்கூடியதால் பரம்பரையாகத் தொடரவும் வாய்ப்புண்டு. இப்பற்களை எடுத்துவிட வேண்டும்.

6. பல்சொத்தை (Carries Teeth)

குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் பொதுவான பல்நோய்களில் ஒன்று பல்சொத்தை நோயாகும்.

நோய்க்கான காரணங்கள்

- அதிக மாவுச்சத்து நிறைந்த இனிப்புப் பொருள்களை உண்ணுதல்.
- குளிர்ந்த நீரை அடிக்கடிப் பருகுதல், குளிர்ந்த உணவு வகைகளை (Ice cream) உட்கொள்ளல்
- வாயைச் சரிவரப் பராமரிக்காமை (Un Hygenic Condition)
- முறையாகப் பல் துலக்காத நிலை
- ஈறுகளில் ஏற்படும் அழற்சி (Gingivitis)

- வாய், தொண்டையில் ஏற்படும் தொற்று நோய்கள் (Oral and throat Infection)

மேற்கண்ட காரணங்களால் பற்கள் கிருமிகளால் பாதிக்கப்படுகின்றன. இதில் ஸ்ட்ரெப்டோகாக்கஸ் (Streptococcus) பாக்டீரியாக்களால் பற்கள் அதிகம் பாதிக்கப்படுகின்றன. இதனால்,

1. பல் கூச்சம்
2. பல்குத்தல்
3. பல்வலி
4. பல்கறுத்தல்
5. பற்களைச் சுற்றி வலி
6. வாயை அசைக்கும் போது வலி
7. எந்த உணவையும் உண்ண முடியாமை

போன்ற நோய்க்குறிகள் (Symptoms) உண்டாகின்றன.

மருத்துவம்

1. பல்கூச்சம்

துத்தி இலை, வேர் ஆகியவற்றை முறைப்படி கசாயம் செய்து வாய் கொப்பளிக்க வேண்டும். இவ்வாறு தொடர்ந்து ஐந்து முதல் ஏழு நாள்களுக்குச் செய்ய வேண்டும்.

2. பல் ஆட்டம்

- வாழை மரப்பட்டை சாம்பலைப் பொடித்து பல் துலக்கிவர பல் ஆட்டம் மறையும்.
- ஆலம்பாலை பற்கள் மீது தடவி வர பல்ஆட்டம் குறையும்.
- மாவிலைப் பொடி கொண்டு பல் துலக்கலாம்.
- புதினா இலையுடன் உப்பு சேர்த்து அரைத்து காய வைத்து தூளாக்கி பல் தேய்க்கலாம்.
- மகிழ இலைக் கசாயம் கொண்டு வாய் கொப்பளிக்க பல் ஆட்டம் குறையும்.

- தூதுவளை வேர் சூரணத்தால் பல் துலக்கி, வெள்வேல் எண்ணெயை மேலே பூசவேண்டும்.
- 'ஆலும் வேலும் பல்லுக்குறுதி
  நாலும், இரண்டும் சொல்லுக்குறுதி'

என்று நம் முன்னோர்கள் கூறிய முதுமொழியின் படி ஆலங்குச்சி, வேப்பங்குச்சி கொண்டு பல் துலக்கி வர, பல் ஆட்டம் குறைந்து பற்கள் நன்கு வலிமை பெறும். கிராமங்களில் இன்றும் இவ்வழக்கம் உள்ளது.

3. பல்வலி

- கிராம்பினை பல் வலி உள்ள இடத்தில் அழுத்தி சிறிது நேரம் வைத்திருக்க பல்வலி குறையும்.
- பாக்குக் கொட்டை, காய்ச்சுக்கட்டி, இலவங்கப்பட்டை போன்ற வற்றைச் சுத்தித்து, சூரணம் செய்து பல் துலக்கிவர பல்வலி குறையும்.

திரிபலா மாத்திரை

கடுக்காய்த் தோல், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய் ஆகியவற்றைச் சுத்தித்து சமஅளவு எடுத்து நீர்விட்டரைத்து 500 கிராம் அளவுள்ள மாத்திரைகளாகச் செய்து வெளியில் உலர்த்தி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். ஒரு மாத்திரையை பல்வலி உள்ள இடத்தில் வைத்து சற்று நேரம் வாயைமூடி வைத்திருந்து பின் வெந்நீர் கொண்டு கொப்பளிக்கப் பல்வலி தீரும்.

கண்டங்கத்தரி விதை புகை பிடிக்க பல்வலி தீரும்.

4. பல் சொத்தை

புங்கம்பட்டை கசாயம், நல்லெண்ணெய், கடுக்காய்த்தூள் ஆகியன சேர்த்துக் காய்ச்சிய எண்ணெயில் வாய் கொப்பளிக்க வேண்டும். இதனை காலை படுக்கையிலிருந்து எழுந்த, பின் இரவு உணவுக்குப் பின் என இருமுறை செய்ய வேண்டும்.

- பாகலிலைச் சாறு, சிறு வழுதுணைச்சாறு, நல்லெண்ணெய் ஆகியன சேர்த்து வாய் கொப்பளிக்க வேண்டும்.
- சுக்கு, விலாமிச்சை, எருக்கு, திப்பிலி, தேவதாரு, உத்தாமணி, நத்தை சூரி, கருஞ்சீரகம் ஆகிய கடைச் சரக்குகளை எடுத்து சுத்தித்து

குழிப்புடநெய் தயாரிக்க வேண்டும். இதனைச் சொத்தைப் பல் உள்ள இடத்தின் மீது பூச வேண்டும்.

- உளுந்து மாவைக் கொண்டு பல் துலக்கி வரலாம்.
- திரிபலா சூரணம் கொண்டு தினமும் இருவேளை பல்துலக்கி வரவேண்டும்.
- தசன பொடியைப் பல்துலக்கப் பயன்படுத்தலாம்.
- ஓமத்தீநீர் கொண்டு வாய் கொப்பளிக்க வேண்டும்.
- அர்க்கஹாரநாளிகா சூரணம்

கல்நார் பற்பம்

ஒரு சேர் கல்நாரை ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு முழுகும்படி பசு நீர் ஊற்றி ஊரவைக்கவும். இவ்வாறு பத்துநாள்கள் செய்ய கல்நார் சுத்தியாகும். பசுநீரைத் தினமும் புதிதாக மாற்ற வேண்டும்.

ஆடுதீண்டாப்பாளை கற்கத்தில் சுத்தித்த கல்நாரை நடுவில் வைத்து கஜபுடமிட்டு ஆறவிட்டு எடுக்க கல்நார் பற்பம் கிடைக்கும். இதனைக் கொண்டு பல் துலக்கிவர பல் சொத்தை மறையும்.

5. பல்வலி

இருவேலி, விலாமிச்சை, கீழாநெல்லி, எருக்கு, உத்தாமணி, நத்தை சூரி, சிவனார் வேம்பு, குறுந்தொட்டி, பேராமுட்டி, சிறுபீளை, வேலமரப்பட்டை, கோட்டம், பூண்டு, சந்தனம் போன்ற சரக்குகளைச் சுத்தித்து குழிப்புட நெய் தயாரித்து அதனைப் பல்வலி உள்ள இடத்தில் தினம் இருவேளை வைக்க பல்வலி தீரும்.

6. பல்லடிக்கட்டி (Alveolar Abscess)

கீழ்தாடையின் ஈறுகளில் நுண்கிருமிகளின் தாக்கத்தால் (Infections) பற்களின் அடியில் கட்டிகள் தோன்றும். இதனால் அப் பற்களில் வலி, அதைச் சுற்றியுள்ள இடங்களில் வலி, வீக்கம், சிவந்து காணப்படுதல் ஆகிய நோய்க் குறிகள் உண்டாகும். இதனால் பல் ஆட்டம் கண்டு பற்புழு ஏற்பட்டு விரைவில் விழுந்து விடுகின்றது. இந்நிலையைக் குணப்படுத்தும் போது இந்த

நுண்கிருமிகள் சுவாசப் பாதையினுள் நுழைந்து நுரையீரலைப் பாதித்து நிமோனியா (Aspiration Pneumonia) என்ற நோயை உண்டாக்குகிறது.

இதற்கு பிரம்மதண்டு இலையை எரித்துச் சாம்பல் செய்து அதைக் கொண்டு பல் துலக்க வேண்டும். மேலும் நோய்த் தொற்றினை நீக்க, பிரம்மானந்த பைரவம், இரசகந்தி மெழுகு, கந்தக இரசாயனம் போன்ற மருந்துகளை நோயின் தன்மை, நோயாளியின் வலிமைக்கு ஏற்ப வழங்கலாம்.

7. மாறுபட்ட பல் இணைப்பு (Mal occlusion)

பற்களின் வகைகளில் சில உரிய இடத்தில் அமையப் பெறாமல் வேறு இடத்தில் இருப்பின் அது மாறுபட்ட பல் இணைப்பு என்று அழைக்கப்படுகிறது. இதனால்,

உள் தள்ளப்பட்ட தாடை (Receding Chin- Retrognathia)

வெளித்தள்ளப்பட்ட தாடை (Protrunding Chin - Prognathia)

என மாறுபட்ட வாய், தாடை அமைப்புகள் உண்டாகின்றன. மேலும், நகம் அல்லது விரல்களைத் தொடர்ந்து வாயில் வைத்தல், நாக்கு வெளித்தள்ளல் போன்ற சிறு குழந்தைகளின் பழக்கவழக்கங்களும் மாறுபட்ட தாடை அமைப்பை உண்டாக்கும். இதனை அறுவை சிகிச்சை செய்து தாடையின் அமைப்பை மாற்றியமைக்க இயலும்.

8. பல்லடி நிறமாற்றம் (Teeth Discoloration)

- குழந்தைப் பருவத்தில் இருந்தே உட்கொள்ளும் நீரில் புளோரின் (Fluorine) அளவு அதிகமாக இருப்பின் அது நாளடைவில் பற்களில் நிறமாற்றத்தை உண்டாக்குகிறது. இதனால் பற்கள் மஞ்சள் நிறமடைகின்றன.
- குழந்தைப் பருவத்தில் வழங்கப்படும் சில எதிர் உயிரி மருந்துகள் (anti biotics) போன்றவற்றால் பற்கள் செம்பழுப்பு நிறமடைகின்றன.
- காமாலை நோயினைச் சரிவரக் குணப்படுத்தாவிடில் பல்லடிப்பகுதி மஞ்சள் கலந்த பசுமை நிறத்தை (Olive Green Discoloration) அடைகிறது.
- ஃபோர்பைரியா (Porphyria) என்ற நோயால் பல்லடிப்பகுதி வெளுத்து (Opaque) காணப்படும்.

- கருவுற்ற காலத்தில் கர்ப்பிணிகள் சிலவகையான மருந்துகளை உட்கொள்ளுவதால் குழந்தை பிறக்கும் போது மற்றும் அதன்பின் பற்கள் நிறமாற்றமடைகின்றன.

இத்தகு நிறமாற்றத்திற்குக் காரணமான நோயினைக் கண்டறிந்து அதனை முற்றிலுமாக நீக்குவதனையடுத்துப் பற்களின் நிறமும் இயல்பு நிலையடையும்.

9. பல் ஆட்டம், பல்சாய்தல்

ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடு, அதிலும் முக்கியமாக வைட்டமின் 'சி' சத்துக் குறைபாட்டினால் ஈறுகள் வலிமை இழக்கின்றன. இதனால் பல்துலக்கும் போது குருதி வெளிப்படலும், ஈறுகளை விரல்கள் கொண்டு அழுத்தும் போது குருதிக் கசிவும் உண்டாகிறது. ஈறுகளின் வலிமை குறைவதால் பற்கள் விரைவில் ஆட்டம் கண்டு விழுந்து விடுகின்றன. இதற்கு வைட்டமின் 'சி' நிறைந்த கீழ்க்காணும் மருந்துகளை வழங்கவேண்டும். மேலும் ஈறுகளின் வலிமையை அதிகரிக்கும் மருந்துகளை வழங்க வேண்டும்.

1) நெல்லிக்காய் லேகியம்

நெல்லிக்காய் – 350 கிராம், திப்பிலி, இலவங்கப்பட்டை, ஏலம், இலவங்க பத்திரி, சிறுநாகப்பூ, ஓரிலைத் தாமரை, நெருஞ்சில் சமூலம், பாலாவேர்,சிறுவிழுதுணை ஆகியவற்றை 35 கிராம் எடுத்து சுத்தித்து சூரணம் செய்து கொள்ள வேண்டும். நெல்லிக்காயை அரைத்து விழுதாக எடுத்து அதனுடன் குறிப்பிடப்பெற்ற பொருள்களைச் சேர்த்து, தேன், நெய், சர்க்கரை ஆகியவற்றையும் தேவையான அளவுக்குச் சேர்த்து லேகியம் செய்ய வேண்டும்.

அளவு

ஐந்து முதல் பத்து கிராம் வரை பாலுடன் தினம் இருவேளைகள் தர வேண்டும்.

2. திரிபலா சூரணம்

சுத்தித்த கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய் ஆகிய மூன்றையும் சமஅளவு எடுத்துச் சூரணம் செய்து அதனை ஈறுகளில் தேய்த்து, மசாஜ் செய்ய ஈறுகள் வலிமை பெறும்.

3. மாசிக்காய் சூரணம்

மாசிக்காயை உலர்த்தி இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து சூரணம் செய்ய வேண்டும். இதனைக் கொண்டு பல் துலக்கலாம்.

4. படிக லிங்க செந்தூரம்

இலிங்கம் – 1 பலம் (35 கிராம்)
படிகாரம் – 8 பலம் (280 கிராம்)

இவற்றைத் தனித்தனியே நன்றாக மைபோல் பொடித்து பிறகு கலந்து அரைத்துக் கொள்ளவேண்டும். இத்துடன் கடுக்காய்ப்பூ – 35 கிராம், காட்டாத்திப்பூ–105 கிராம் ஆகிய இரண்டையும் 500 மி.லி. நீர் விட்டு 1/8 பாகமாக சுண்டக் காய்ச்சி குடிநீர் செய்து கொண்டு மேற்படி பொருளினை அரைத்து செந்தூரம் செய்து கொள்ள வேண்டும்.

இதனை 100 மி.கி. அளவில் இருவேளை நெய், வெண்ணெயில் தர ஈறுகளில் ஏற்படும் குருதிக்கசிவு நீங்கும்.

5. அய சம்பீரக் கற்பம்

அயப்பொடி – 500 கிராம்
மிளகு – 500 கிராம்
பூண்டு – 250 கிராம்

இவற்றைத் தனித்தனியே பொடித்து பின் சேர்த்து அரைத்து பழுத்த எலுமிச்சை பழங்களை எடுத்து ஒவ்வொன்றையும் நான்காகப் பிளந்து அவற்றில் அரைத்த மருந்தினை அடைத்து ஒரு மண் பானையில் வரிசையாக அடுக்கி நல்லெண்ணெய் 1750 மி.லி. ஊற்றி சீலை செய்து பூமிப்புடமாக ஒரு மண்டலம் புதைத்து எடுக்க வேண்டும். இதனை வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு பிளவு என இருவேளை தரலாம்.

6. படிகாரப் பற்பம்

சுத்தித்த படிகாரத்தை முட்டைவெள்ளைக் கரு சேர்த்து அரைத்து பற்பம் செய்யவேண்டும். இதனை 200 மி.கி. வரை நெய், பால், வெண்ணெய் போன்ற அனுபானங்களில் இருவேளை வழங்கலாம்.

24

செவி நோய்கள்

மரு. S. காந்திமதி

மனிதனின் ஐம்பொறிகளில் ஒன்று காது ஆகும். மனிதனை வெளி உலகுடன் தொடர்பு கொள்ள வைக்கும் உணர்வு உறுப்புகளுள் முக்கியமானது காது. செவிப்புலன், குழந்தை தாயின் வயிற்றில் வளரும் ஏழாம் மாதத்திலேயே செயல்பட ஆரம்பிக்கிறது. மனிதனின் ஐம்புலன்களில் ஓசை முக்கியமான ஒன்றாகும். செவி நோய்களில் மனிதனின் உடல் மட்டுமன்றி மனமும் சேர்ந்து பாதிப்படைகிறது.

செவியின் அமைப்பு

நம் காது வெளிப்புற, நடுப்புற, உட்புறப் பகுதிகள் என மூன்று பகுதிகளைக் கொண்டது. நடுக்காது, உட்காதில் ஒலியைக் கேட்டல், உடலைச் சமநிலைப்படுத்தல் போன்ற பணிகள் நடைபெறுகின்றன.

வெளிக்காது புறச்செவித்துவாரம், இதனைத் தொடர்ந்து ஒரு குழல் போன்ற பகுதியின் மூலம் நடுச்செவியுடன் (Middle ear) இணைந்துள்ளது. செவிப்பறை (Ear Drum) வெளிக்காதையும், நடுக்காதையும் பிரிக்கும் சவ்வுப்பகுதி ஆகும். நடுக்காதில் சுத்தி என்பு, பட்டறை என்பு, அங்க வடிவ என்பு என (Incus, Stapes, Malleus) மூன்று என்புகள் உள்ளன. நடுக்காது மேல் பகுதியில் மூளை உறையுடன் தொடர்புடையது. எனவே நடுக்காதில் அழற்சி ஏற்படும் போது அது சிலசமயம் மூளையைப் பாதிக்கிறது. நடுக்காதை தொண்டையுடன் இணைக்கும் குழல் யூஸ்டேஷியன் குழல் எனப்படுகிறது. உள்காதில் வெஸ்டிப்யூல், மூன்று அரைவட்டக் கால்வாய்கள், காக்ளியா என மூன்று பகுதிகள் உள்ளன.

ஒரு வினாடிக்கு 20 முதல் 20,000 வரை அசைவு எண்கள் (HZ) கொண்ட புறஒலிகளை மனிதனால் இயல்பாகக் கேட்க முடியும். ஒலியின் பல்வேறுபட்ட வகைகளை நம் காதுகளால் பிரித்து உணர முடியும். செவிநோய்களுக்குச் சிகிச்சை மேற்கொள்ளும் போது மூக்கு, தொண்டை நோய்களை முதலில் ஆராய வேண்டும். மூக்கு, தொண்டை அழற்சி காரணமாக நடுக்காதில் அழற்சி ஏற்படுகிறது. இது செவிநோய்களில் உண்டாகும் மிக முக்கிய நோய் ஆகும். செவிநோய்களை நோய் வரலாற்றுடன் செவிப்பரிசோதனையின் மூலமும் நோய்க்கணிப்பு செய்யலாம்.

I. புறச்செவி நோய்கள் (External Ear Diseases)

1. செவி அழற்சி

காது மடல்களில் உண்டாகும் காயங்கள், கீறல்கள் ஆகியன மூலம் எளிதில் கிருமிகள் உள்ளே நுழைகின்றன. இதன் காரணமாக காதின் வெளிப்பகுதியில் சரும அழற்சி ஏற்படுகிறது.

நோய்க் குறிகள்

சுரம்காய்தல், உடல்சோர்வு, தலைவலி, வெளிக்காதில் வலி, வீக்கம், சிவந்து காணப்படுதல். நோய்க்குச் சரிவர சிகிச்சை மேற்கொள்ளாத நிலையில், நோய்க்கிருமிகள் நடுக்காது, உள்காதுக்குப் பரவுகின்றன.

மருத்துவம்

- வெளிப்பிரயோகமாக அமிர்த வெண்ணெய், வங்க வெண்ணெய் போன்றவற்றைப் பயன்படுத்தலாம்.
- மயில்துத்தத்தை வெற்றிலைச் சாறுடன் சேர்த்து மேலே பூசலாம்.
- நாரிகேள தைலத்தை மேலே பூசலாம்.
- காதில் விரணமிருப்பின் சவுரிப்பழத்தைலம் மேலே போடலாம்.
- படிகாரம் 20 பங்கு, மஞ்சள் 1 பங்கு சேர்த்து பொடித்த நுண்துகளை காதின் வெளிப்பகுதியில் தூவலாம்.

2. செவி எழுச்சி

இது காதுமடல், செவிக்குழலில் தோன்றும் கொப்புளம் ஆகும். செவி எழுச்சிக் கிருமிகள், காயங்கள் காரணமாகவும் இது உண்டாகிறது.

வகைப்பாடுகள்

1. நீர் எழுச்சி
2. செந்நீரெழுச்சி
3. சீயெழுச்சி
4. இரணவெழுச்சி
5. சுரவெழுச்சி
6. முக்குற்ற வெழுச்சி

இதில் சுரத்தினாலும், முக்குற்றத்தினாலும் உண்டாகும் எழுச்சிகள் தீராது.

நோய்க் குறிகள்

செவியில் மிக அதிக வலி உண்டாவதால் தூக்கம் பாதிக்கப்படுகிறது. உணவு உண்ணும்போது வலியானது பற்கள் தலையின் பின் பகுதிகளுக்குப் பரவுகிறது. சுரம், தலைவலி, மூக்கடைப்பு, நாவறட்சி, அதிகத்தாகம், உடல்சோர்வு, விக்கல், வாந்தி போன்றவை காணப்படும்.

மருத்துவம்

பதினாறு பங்கு எண்ணெயில் ஒரு பங்கு எருக்கிலைக் கற்கத்தைக் கலந்து, அதில் தோல் நீக்கிய சுக்கு, பூண்டுத்திரி, வசம்பு, கஞ்சாவிதை, கோட்டம், இந்துப்பு, திப்பிலி ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 1/7 பங்கு எடுத்துச் சேர்த்துக் காய்ச்சிக் காதில் துளி அளவில் விடவும்.

3. செவிக்கரப்பான்

செவியில் ஏற்படும் அழற்சி, ஒவ்வாத செவி அணிகலன்கள், இரசாயனக் களிம்புகளைப் பயன்படுத்துதல், நாளமில்லாச் சுரப்பிகளின் மாறுபாடுகள், வளர்சிதை மாற்றக் கோளாறுகள், உணவினால் உண்டாகும் ஒவ்வாமை போன்ற காரணங்களால் செவிக்கரப்பான் உண்டாகிறது.

வகைப்பாடுகள்

இது எட்டு வகைப்படும். அவையாவன:

1. நீர்க்கரப்பான்
2. கொள்ளிக்கரப்பான்
3. அக்கிக் கரப்பான்
4. பொக்கிக் கரப்பான்
5. வெடிக்கரப்பான்
6. அழுகண்ணிக்கரப்பான்
7. தேமற்கரப்பான்
8. சொறிகரப்பான்

நோய்க் குறிகள்

நோயுற்ற இடத்தில் அரிப்பு, தடிப்பு, தினவு, புண் உண்டாதல், அதனினின்று குருதி, சீழ், நீர் போன்றன வழிதல், சுரம் காய்தல், உடல் சோர்வு, வலி, உடல் வறண்டு காணப்படுதல்.

மருத்துவம்

- வேப்பவிதை நெய் – 1/2 படி, நல்லெண்ணெய் – 1/2 படி, இந்துப்பு, கந்தகம், அரிதாரம், வெங்காரம், இலிங்கம், புங்கன் விதை, எருக்கம் விதை, இரசம், குக்கில், சண்பக மொக்கு, பெருங்காயம், நாகணம், சாம்பிராணி ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 2 கிராம் எடுத்து வாழைக்கிழங்கு சாற்றிலரைத்து மேற்படி எண்ணெயில் கலந்து காய்ச்சி வடிகட்டி, இதை மேலே பூசச் செவிக்கரப்பான் தீரும்.
- கரப்பான் தைலத்தை மேல்பூச்சாகப் பூசலாம்.
- புங்கன் எண்ணெய், அருகன் தைலம் ஆகியவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றை மேல் பூச்சாகப் பூசத் தீரும்.
- கந்தகசுடர் தைலத்தை மேல் பூச்சாகவும், உள்ளுக்கும் கொடுக்கச் செவிக்கரப்பான் தீரும்.

4. செவிச்சூலை

செவியினுள் உண்டாகும் குத்தல் வலி செவிச்சூலை எனப்படும். இது நோயினை உண்டாக்கும் காரணங்களைக் கொண்டு ஆறு வகைப்படும்.

அவையாவன:

1. நீர்ச்சூலை
2. வாயுச்சூலை
3. மாங்கிஷ சூலை
4. சுரச்சூலை
5. குருதிச்சூலை
6. சன்னிச் சூலை

இதில் குருதிச்சூலை, சன்னிச்சூலை ஆகிய இரண்டும் தீரும். மற்ற நான்கு வகைகளும் தீராது. செவியினுள் கிருமிகள் நுழைதல், மூக்கு, தொண்டை நோய்கள், செவியினுள் நீர் புகுதல் போன்ற காரணங்களால் செவிச்சூலை உண்டாகிறது.

நோய்க் குறிகள்

நீர்ச்சூலை

உடல்சோர்வு, மயக்கம், சுரம், காதுமந்தம், பேசமுடியாமை.

வாயுச்சூலை

தலை முழுதும் சுரம் காய்தல், மிகுசுரம், காதில்வலி, நாவறட்சி.

மாங்கிஷ சூலை

சுரம், தலைவலி, காதில்வலி, உடல்சோர்வு, காதுஅடைத்தல்.

சுரச்சூலை

அதிகத்தாகம், நாவறட்சி, உடல் முழுதும் சுரம் காய்தல், கண்களில் நீர்வடிதல், வயிறு ஊதல், விக்கல், பசியின்மை.

சன்னிச்சூலை

உடல் விறைத்துக் காணப்படுதல், பசியின்மை, செரியாமை, விக்கல், அதிகத்தாகம், மயக்கம், உடல் வியர்த்தல், நடுக்கம்.

குருதிச்சூலை

காதில் வலி, சிலசமயம் குருதி வடிதல், உடல்சோர்வு, சுரம்.

மருத்துவம்

- நீர்ச்சூலையில் சிற்றாமுட்டித்தைலம் தேய்த்து நீராடலாம்.
- செம்மணாத்தித் தைலத்தில் தலை முழுக வளிச்சூலை தீரும்.
- மாங்கிஷ் சூலைக்கு நீர்க்குண்டித் தைலத்தைத் தலைமுழுகவும், காதில் விடவும் பயன்படுத்தலாம்.
- சுரச் சூலை உசீர் சந்தனாதித்தைலத்தை உள்ளுக்குக் கொடுத்து காதிலும் விடத்தீரும்.
- சன்னிச்சூலை, குருத்தெண்ணெய் கொண்டு தலைமுழுகவும் காதில் விடவும் தீரும்.
- குருதிச்சூலை அஸ்வகந்தி தைலத்தைத் தலையில் தேய்த்து ஊறவைத்து குளிக்கத் தீரும்.
- காதில் உண்டாகும் சூலைநோய் எல்லாவற்றிற்கும் கந்தகம் சேர்ந்து செய்யப்பட்ட இரசாயனத்தையும், குக்கிலாதி சூரணத்தையும் உள்மருந்தாக நோயின் தன்மைக்கு ஏற்ப தக்க துணை மருந்துடன் கொடுக்கத் தீரும்.

5. செவிச்சன்னி

செவியில் உண்டாகும் சன்னி நோய் நான்கு வகைப்படும். அவையாவன:

1. சீழ்ச்சன்னி
2. குருதிச்சன்னி
3. நீர்ச்சன்னி
4. வளிச்சன்னி

இவற்றில் சீழ்ச்சன்னி, குருதிச்சன்னி இரண்டும் தீரும். மற்ற இரண்டும் தீராது.

சீழ்ச்சன்னி

இதில் உடல் சோர்வு, நாவறட்சி, உடல்மெலிதல், காதில்வலி, சுரம், இசிவு ஆகிய நோய்க்குறிகள் காணப்படுகின்றன. வசுவாதித் தைலத்தைக் காதில் விடத் தீரும்.

குருதிச்சன்னி

காதுமந்தம், மிகுவியர்வை, கைகால் சோர்வு, நாவறட்சி, மிகுகோபம், சுரம் ஆகிய நோய்க்குறிகள் காணப்படுகின்றன. இலசுனா நிம்பத்தைலத்தைக் காதில்விட்டும், மூக்கில்விட்டும், தலை முழுகியும் வரத் தீரும்.

நீர்ச்சன்னி

இதில் கண்களில் நீர்வடிதல், உடல்சோர்வு, காதில்வலி ஆகிய நோய்க்குறிகள் காணப்படும். இதற்கு திரிகடுகாதி நிம்பத்தைலத்தைக் காதில்விடவும், மேல் பூச்சாகவும் பயன்படுத்தலாம்.

வளிச்சன்னி

காதில்வலி, உடல்வறட்சி, தலைமுழுதும் சுரம், மிகு வியர்வை, தாகம், நாவறட்சி, மலக்கட்டு, இருமல், தலைவலி ஆகிய நோய்க்குறிகள் உள்ளன. இதற்கு வசம்புத் தைலத்தைக் காதில் விடலாம்.

6. செவிக்குட்டநோய்

செவிக்குட்ட நோயில் எட்டு வகைகள் உள்ளன. சருமகுட்டம், வெண்குட்டம், கருங்குட்டம், புள்ளிக்குட்டம், செங்குட்டம், கடுப்புக்குட்டம், விடக்குட்டம், கடிக்குட்டம் ஆகியன ஆகும். இவற்றில் சருமம், புள்ளி, கடுப்பு, செம்மை ஆகிய நான்கும் தீராது. மற்ற நான்கும் தீரும்.

மருத்துவம்

சிவனார் வேம்பு, ஆகாயக் கருடன், சிறு ஊமத்தை, கருவேல், வெள்வேல், வெள்ளறுகு, எட்டி, நெய்க்கொட்டை, இலைக்கள்ளி வேர், கரிப்பான்வேர், செங்கொட்டைக்கரந்தை வேர், குன்றி விதை, மஞ்சட்டி, கட்டுக்கொடி, ஈயக்கொடி, வட்டத்துத்தி, கருநொச்சி, கழற்சிவேர், புங்கம்வேர், சேராங்கொட்டை, வெட்டிவேர், சதக்குப்பை, அழிஞ்சில்வேர், சிற்றரத்தை, பேரரத்தை, இலிங்கம், அரிதாரம் ஆகியவற்றை ஓரளவு எடுத்து குழித்தைலம்

செய்து இறக்கி மேலே பூசத் தீரும்.

7.செவிப்பரு

இதில் குன்றிப்பரு, அனற்பரு, பொக்கிப்பரு, விரணப்பரு, குவைப்பரு, நீர்ப்பரு, குருதிப்பரு, விடப்பரு என எட்டு வகைகள் உள்ளன. இதில் நீர்ப்பரு, விரணப்பரு, அனற்பரு, குவைப்பரு ஆகிய நான்கும் தீராது. மற்றவை தீரும்.

மருத்துவம்

கோவை, பசலை, பொன்முசுட்டை, ஊமத்தை, நீர்ப்பூலா, சித்திரப்பாலை, சீந்தில், நெல்லிவற்றல், நீர்வள்ளி, நிலப்பனைக் கிழங்கு, தாளிக்கீரை, சிற்றாமணக்கு விதை, ஒளியம் விதை, கருங்காலி ஆகியவற்றை பசும்பால் விட்டரைத்து பசு வெண்ணெய் கூட்டியரைத்து அதனைப் பருவின் மேல் பூசத் தீரும்.

8. செவியை அடைக்கும் குரும்பி (Ceruman)

செவியில் இருந்து சுரக்கும் மெழுகு போன்ற பொருளால் செவிக்குழல் அடைபடுவதுண்டு. இதன் நாள்பட்ட நிலையில் கேட்கும்திறன் குறைகிறது. சில சமயம் தண்ணீர் செவியினுள் சென்று அடைத்துக் கொள்வதும் உண்டு.

மருத்துவம்

சிறு சலாகை மூலம் செவியை அடைத்துள்ள மெழுகை எடுத்துவிடலாம். மெழுகு இறுகி கடினமாக இருக்கும்போது சொட்டு மருந்துகளைக் காதினுள் விட்டு மிருதுவாக்கி பின் அடைத்துள்ள மெழுகுப்பொருளை அகற்றலாம். இதற்காக குச்சி, தலைமுடி பிடிப்பான்கள் (Hairpin) போன்றவற்றைக் காதினுள் நுழைத்து குரும்பியை வெளி எடுப்பதைத் தவிர்க்க வேண்டும். இதன் காரணமாக குரும்பி நடுக்காது வரை சென்று காதை அடைக்க நேரிடும்.

9. செவியினுள் அயல் பொருள்கள் (Foreign Bodies)

பெரும்பாலும் மூன்று முதல் ஏழு வயது குழந்தைகளில் செவியில் அயல் பொருள்கள் காணப்படுகின்றன. பெரும்பாலும் கடலை, பொத்தான், பழவிதைகள், குண்டூசி, நெருப்புக்குச்சி, பஞ்சு, மரத்துண்டுகள், மாத்திரைகள் போன்றவை காணப்படுகின்றன.

நோய்க் குறிகள்

அயல்பொருள்கள் செவித்துவாரத்தைப் பாதிக்காத வரையில் எந்த நோய்க் குறிகளும் தோன்றுவதில்லை. தொடர்ந்து ஒரே இடத்தில் உறுத்தலை உண்டாக்கும்போது அவ்விடத்தில் வலி, வீக்கம், புண்ணாதல் போன்றன உண்டாகின்றன. சிலசமயம் கேட்கும்திறன் பாதிக்கப்படுகிறது. நாள்பட்டநிலையில் அயல்பொருள்களால் சீழ் உண்டாகி சுரம், தலைவலி, வாந்தி, தலைச்சுற்றல் போன்ற நோய்க்குறிகள் உண்டாகின்றன. இச்சமயத்தில் தக்க கைதேர்ந்த மருத்துவர்களை அணுகி சிகிச்சை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

10. நடுச்செவி அழற்சி (Otitis Media)

செவிநோய்களுள் குழந்தைகளுக்கு அதிகம் உண்டாகும் நோய்களில் ஒன்று நடுச்செவி அழற்சி ஆகும். மூக்கு, தொண்டை நோய்களைத் தொடர்ந்து எளிதில் நோய்த்தொற்று நடுச்செவிக்குப் பரவுகிறது. ஸ்ட்ரெப்டோகாக்கஸ், ஸ்டெபைலோகாக்கை, நியூமோகாக்கை போன்ற கிருமிகளால் பெரும்பாலும் நடுச்செவியில் அழற்சி உண்டாகிறது. இளம் குழந்தைகள் (Infants)பால் குடிக்கும் போது சிலசமயம் பால் காதுகளுக்குச் சென்று அதன் மூலமாக நடுச்செவியில் அழற்சி உண்டாகிறது. மேலும் தட்டம்மை (Measles) நோயினைத் தொடர்ந்து குழந்தைகளுக்கு நடுச்செவியில் அழற்சி உண்டாகிறது.

நோய்க் குறிகள்

செவியில் உண்டாகும் அதிதீவிர வலி, தலை உச்சிக்கும், பிடரிக்கும் பரவுகிறது. காதினுள் நீர்கோத்துக் காணும் நிலையில் காதடைப்பு, காதில் இரைச்சல் உண்டாகிறது. குழந்தைகளுக்கு நடுச்செவி அழற்சியில் அதிகசுரம் (30–40^0 செ) உண்டாகிறது.

மருத்துவம்

நடுச்செவியில் நீர் சுரப்பு அதிகரிக்கும் போது செவிப்பறை அழுத்தப்படுகிறது. இந்நிலையில் செவிப்பறையைக் கிழித்து நீர் மற்றும் சீழினை அகற்ற வேண்டும். இல்லையெனில் செவியின் உள் அழுத்தம் அதிகரித்து அதிலுள்ள குருதிக் குழல்கள் வெடிக்க நேரிடும். இதற்குச் சுரம் உள்ள நிலையில் பாலசஞ்சீவி மாத்திரை, பிரம்மானந்த பைரவம், இரசகந்தி மெழுகு, அமுக்கரா சூரணம் போன்ற மருந்துகளை நோயின் தன்மைக்கு ஏற்ப வழங்கலாம்.

தடுப்பு முறைகள்

நோய்த்தொற்றுகளைத் தடுப்பதாலும், மூக்கு, மேற்தொண்டையில் ஏற்படும் நாள்பட்ட தொற்றுகளுக்குச் சிகிச்சை அளிப்பதன் மூலமும் நடுச்செவி அழற்சியைக் கட்டுப்படுத்தலாம். மூக்கு, மேல்தொண்டை நோய்களுக்கு உடனடிச் சிகிச்சை அளிப்பதுடன் உடலின் நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியை அதிகரித்தால் நடுச்செவியில் தோன்றும் அழற்சிகளைத் தவிர்க்கலாம்.

காதில் சீழ், புழு முதலியவற்றிற்கு மருத்துவம்

- காந்தள்கிழங்கு, கரிசாலை, முக்கடுகு ஆகிய மூன்றையும் அரைத்து ஒரு தூய துணியில் முடிந்து பிழிந்து ஒன்று அல்லது இரண்டு துளி காதில் விட வேண்டும்.
- இலைக்கள்ளியிலை, கோழியவரையிலை, குப்பைமேனி இலை ஆகிய இம்மூன்றையும் துணியில் முடிந்து காதில் பிழியலாம்.
- எருக்கிலைப்பழுப்புச்சாறு, நொச்சியிலைச்சாறு, வேளைச் சாறு, இஞ்சிச்சாறு, உகாவேர்ப்பட்டைச்சாறு, பிரண்டைச்சாறு, வேப்பமுத்துநெய், நல்லெண்ணெய் ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 1/4 படி, எடுத்து அதில் செங்கடுகு, கடுங்கடுகு, வெண்கடுகு, ஏலம், ஒருதலைப்பூண்டு, கஞ்சாவிதை, கருஞ்சீரகம் ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு கழஞ்சு அளவில் இட்டுக் கரைத்துக் காய்ச்சி வடிகட்டவும். இத்தைலத்தைக் காதில்விட, சீழ், புழு ஆகியன தீரும்.

காது நோய்க்கான பிற மருந்துகள்

- காதில் வலியுடன் சீழ் இருப்பின் முடக்கற்றான் இலைச்சாற்றை விடலாம்.
- வீக்கத்துடன் உண்டாகின்ற வலிக்கு எள்ளிலையை அரைத்து வெளியே பற்றுப் போடலாம்.
- மருள்பட்டையை வெதுப்பிப் பிழிந்த சாற்றை துளிக் கணக்காகக் காதில் விடலாம்.
- காதில் வலியுள்ளபோது பூண்டை நசக்கி ஒரு துளிச் சாற்றை விடலாம் அல்லது ஒரு திரிபூண்டைக் காதில் வைத்து அடைக்கலாம்.

- திருநீற்றுப் பச்சை இலையைத் தனியாக அல்லது சிறு உப்புக்கல் சேர்த்துக் கசக்கி, சாற்றைக் காதில் விடலாம்.
- காதில் வலியுடன் கூடிய வீக்கத்திற்குக் கலியாண முருங்கை இலைச் சாற்றைக் காதில் விடத் தீரும்.
- காதில் அதிகமாகச் சீழிருக்கும் போது நாய்வேளைச் சாற்றை விடலாம். இதனைத் தனியாகவிட்டால் காதில் எரிச்சல் உண்டாகும். எனவே இதில் சாறெடுக்கும் போதே தண்ணீர் கலந்து எடுக்க வேண்டும்.
- தாபிதத்தால் உண்டாகும் காது வலிக்கு எருக்கிலைப் பழுப்பில் நெய் தடவி அனலில் வாட்டி சாறு எடுத்து அதனை விட நலிவு தீரும்.
- விஷமூங்கிலிலைச் சாற்றுடன் 1/20 உப்பு சேர்த்துக் காதில்விட வலி நீங்கும்.
- காது இரைச்சலுடன் வலி இருப்பின், முசுமுசுக்கை இலைச் சாற்றையும், பூண்டுச்சாற்றையும் சேர்த்துக் காதில்விட குணமாகும்.
- சுக்குத்தைலம், அர்க்கரிஹித்தைலம், பச்சைஎண்ணெய் ஆகியவற்றுள் ஒன்றைக் காதில் விடலாம்.
- காதிலிருக்கும் அழுக்கு நீங்கிய பின் இருபது பங்கு படிகாரம், ஒரு பங்கு மஞ்சள் சேர்த்து பொடித்த நுண்துகளைக் காதில் தூவலாம்.
- காது இரைச்சல் இருக்கும் போது ஆயில்பட்டைத் தைலத்தைத் தலைக்குத் தேய்த்து முழுகுவதற்கும், நசியம் செய்வதற்கும் பயன்படுத்தலாம்.
- காது மந்தமாயிருப்பின் மிளகுத் தைலத்தைத் தலை முழுகப் பயன்படுத்தலாம்.
- நாயுருவியிலை, சங்கிலை, தூதுவளை இலை, வேலிப்பருத்தி இலை ஆகியவற்றை அரைத்து காலையில் தலையில் அப்பி மாலையில் நீராடவும். இவ்வாறு பத்து நாள்கள் செய்ய காதுமந்தம் குணமாகும்.
- தேரர் தயிலவர்க்கத்தில் கூறப்பட்டுள்ள அயசிருங்கத் தைலம் காதிலுண்டாகும் எல்லாவித நோய்களையும் போக்கும்.
- விடமுட்டித் தைலத்தைக் காதில்விட சூலை, சன்னி முதலியன தீரும்.
- பூநாகத் தைலத்தைக் காதில்விட வலி தீரும்.

- வேப்பம்பட்டை 85 கிராம், விலாமிச்சைவேர், மிளகு, பூண்டு, சீரகம், கத்தூரி மஞ்சள் ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 17 கிராம் எடுத்து 700 மி.லி. பசும்பால் விட்டரைத்து நல்லெண்ணெய் 1410 மி.லி. கலந்து தைலம் செய்து தலை முழுகிவர செவிநோய் தீரும்.
- மத்தன் தைலத்தில் துருசு நீக்கி காதில் இரண்டு அல்லது மூன்று துளிகள் விட, காது நோய் தீரும்.
- காதில் குத்தல் ஏற்பட்டால் வெற்றிலைச் சாற்றை 2 அல்லது 3 துளி காதில்விட, காதுகுத்தல் தீரும்.
- குப்பைமேனி இலையுடன் சுண்ணாம்பு கலந்து அரைத்து, காதைச்சுற்றிப் பூச காதின் வெளிப்புறவீக்கம் தீரும்.
- அலரி வேர்ப்பட்டையை நல்லெண்ணெயுடன் சேர்த்துக் காய்ச்சி காதில் 2, 3 துளிகள்விட, காதில் வடியும் சீழ், காதுவலி, காதுப்புண் ஆகியன தீரும்.
- தூதுவளை இலையைப் பிழிந்து காதில்விட காதடைப்பு, காதெழுச்சி ஆகியன நீங்கும்.
- காட்டுச் சாதிக்காயை எண்ணெயிலிட்டுக் காய்ச்சி இதைக் காதில்விட காதுநோய் தீரும்.
- முருங்கைப் பிசினை எண்ணெயில் கரைத்து காதில்விட காதுப்புண் ஆறும்.
- இருவாட்சி இலையில் இருந்து எடுக்கும் எண்ணெயைக் காதில் சீழ்வடிதலுக்குப் பயன்படுத்தலாம்.

Reference :

குழந்தை மருத்துவம்
அறுவை மருத்துவம்
ஓலைச்சுவடி நூல்
மூலிகை குணபாடம்
மூலிகையியல்
மதலை நோய்கள்
சித்தவைத்தியத் திரட்டு

25

பாலர் வாத நோய்கள்

மரு. **M.** மீனாட்சி சுந்தரம்

குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் வாத நோய்களைப் பாலர் வாத நோய் எனக் குறிப்பிடுவர். வாத குற்றம் தன் அளவில் மிகுந்து, உடல் நோதல், குத்தல், தொழில் குன்றிச் செயல் இழத்தல் போன்ற நோய்க்குறிகளை உண்டாக்கக் கூடியதாகும். உடல் செயல் இழப்போடு, மூடம், அறிவின்மை, உளக்கேடு முதலியவற்றையும் உண்டாக்கக் கூடியதாகும். இவ்வாறு குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் வாத நோய்கள் நாற்பது வகையாகும். அவையாவன:

குழந்தைகளின் இடுப்பிற்கு மேல்	– 27
குழந்தைகளின் இடுப்பிற்குக் கீழ்	– 8
உடல் முழுவதும் பரவிப் பாதிக்கக் கூடியவை	– 5

இடுப்பிற்கு மேல் ஏற்படும் வாத நோய்கள்

1. கெம்பீர வாதம், **2.** முக வாதம், **3.** நேத்திர வாதம், **4.** கர்ணிக வாதம், **5.** அமிர்த வாதம், **6.** சுண்டு வாதம், **7.** நாக்கு வாதம், **8.** கண்ட வாதம், **9.** கருள் வாதம், **10.** திவளை வாதம், **11.** விரல்வாதம்,**12.** அனுதம்ப வாதம், **13.** கன்ன வாதம், **14.** அலகு வாதம், **15.** விரை வாதம், **16.** அபான வாதம், **17.** குடல் வாதம், **18.** கும்ப வாதம், **19.** பொருத்துளைவு வாதம், **20.** உதர வாதம், **21.** தாக வாதம், **22.** சன்னி வாதம், **23.** வாதத்தில் வாதம், **24.** பித்த வாதம், **25.** சிலேற்பன வாதம், **26.** நீர் வாதம், **27.** விறைக்கும் வாதம்

இடுப்பிற்குக் கீழ் ஏற்படும் வாத நோய்கள்

1. கணை வாதம், **2.** பால வாதம், **3.** சக்கர வாதம், **4.** உள்ளடி வாதம், **5.** காந்தல் வாதம், **6.** முட்டு வாதம், **7.** சூலை வாதம், **8.** இடுப்பு வாதம்

உடல் முழுவதும் பரவிப் பாதிக்கக்கூடிய வாத நோய்கள் **(சர்வாங்க வாதம்)**

1. உருத்திராங்கன் வாதம், **2.** பக்க வாதம், **3.** பால வாதம், **4.** மயில் வாதம், **5.** ஆந்திர வாதம்

இவ்வாறு வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ள பாலர் வாத நோய்கள், இடுப்புக்கு மேல் ஏற்படுவனவற்றில் பன்னிரண்டு வகைகளும், இடுப்புக்குக் கீழே ஏற்படுவனவற்றில் மூன்று வகைகளும், சர்வாங்க வாத நோய்களில் நான்கு வகைகளும் அசாத்திய நோய்க்குறிகளை உடையனவாகும்.

தீரா பாலர் வாத நோய்களின் பெயர்கள்

இடுப்பிற்கு மேல் ஏற்படும் வாத நோய்களில், பின்வருவன அசாத்தியமானவை. இவை தீராதவையாகும்.

1. கெம்பீர வாதம், **2.** திவளை வாதம், **3.** அமிர்த வாதம், **4.** அனுதம்ப வாதம், **5.** அபான வாதம், **6.** குடல் வாதம், **7.**கும்ப வாதம், **8.** கருள் வாதம், **9.** சன்னி வாதம்

இடுப்பிற்குக் கீழ் வருகின்ற வாத நோய்களில்,

1. இடுப்பு வாதம், **2.** பால வாதம், **3.** சக்கர வாதம் ஆகியன தீராதவை.

சர்வாங்க வாத நோய்களில் பின் வருவன தீரா நோய்க் குறிகளை யுடையனவாகும்.

1. உருத்திராங்கன் வாதம், **2.** மயில் வாதம், **3.** பக்க வாதம், **4.** ஆந்திர வாதம்

தீரும் பாலர் வாத நோய்களின் பெயர்கள்

பாலர் வாத நோய்களில் தீரும் சாத்தியக் கூறுகளை உடைய வாத நோய்களின் பெயர்கள் வருமாறு:

இடுப்பிற்கு மேல் வரும் பாலர் வாத நோய்கள்

1. முக வாதம், **2.** நேத்திர வாதம், **3.** கர்ணிக வாதம், **4.** சுண்டு வாதம், **5.** நாக்கு வாதம், **6.** கண்ட வாதம், **7.** விரல் வாதம், **8.** கன்ன வாதம், **9.** அலகு வாதம், **10.** விரை வாதம், **11.** பொருத்துளைவு வாதம், **12.** உதர வாதம், **13.** வாதத்தில் வாதம், **14.** பித்த வாதம், **15.** சிலேத்தும வாதம், **16.** நீர் வாதம், **17.** நாக வாதம், **18.** விறைக்கும் வாதம்

இடுப்பிற்குக் கீழ் ஏற்படும் பாலர் வாத நோய்கள்

1. கணை வாதம், **2.** முட்டு வாதம், **3.** காந்தல் வாதம், **4.** உள்ளடி வாதம், **5.** சூலை வாதம்

சர்வாங்க வாதத்தில், பாலை வாதம் ஒன்று மட்டும் ஆகும்.

பாலர் வாத நோய் பரவும் காலம்

சுற்றுப்புறச் சூழ்நிலையில், குளிர்ச்சி அதிகம் உள்ள காலங்களில் பாலர் வாத நோய்கள் பரவக் கூடும். கார், கூதிர், முன்பனி, பின்பனிக் காலங்களில் குளிர்ச்சி அதிகரித்து அக்காலங்களில் பாலர் வாத நோய்கள் அதிகரிக்கும்.

பாலர் வாத நோயோடு சேர்ந்து காணப்படும் நோய்கள்

1. சுரம், **2.** சூலை, **3.** மேகம், **4.** காசம், **5.** இளைப்பு, **6.** சன்னி, **7.** அபஸ்மாரம், **8.** பித்தசோகை, **9.** வன்னி, **10.** அமிர்தநோய், **11.** உள்ளுரோகம்

நோய் வரும் வழி

முற்பிறவியில் செய்த பாவங்களாலும்* பலவிதமான நஞ்சுகள், மாப்பண்டங்கள், சில வகையான பழங்கள் ஆகியவற்றை உண்பதாலும் நோய் ஏற்படக்கூடும்.

எண்ணெய், புளி, மோர், பால் ஆகியவற்றை அதிகமாகப் பயன்படுத்தியதாலும் நஞ்சுத்தன்மையடைந்த நிலையிலான தாய்ப்பாலைக் குடிப்பதினாலும், ஆண்பெண் சேர்க்கையின் போது கரு உண்டாகும் பொழுது, இருவரின் உடல் வெப்ப நிலையைப் பொறுத்து குழந்தைக்குக் கணை நோயும், நரம்புகளில் தோடமும் ஏற்பட்டு, அதனால் வறட்சியும் ஏற்படுகிறது. அதனைத் தொடர்ந்து வாத நோய் உண்டாகிறது.

* மக்கள் நம்பிக்கை

கெம்பீர வாத நோய்க் குறிகள்

குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் கெம்பீர வாத நோயில்,

- குழந்தையின் உடம்பில் அதிக அளவில் வாய்வு சேரும்.
- சுரம் அதிகரித்து, உடல் வலியானது தாங்க முடியாத அளவில் இருக்கும்.
- மலம், நீர் கட்டி, குழந்தையின் தேகம் நோகும்; எப்பொழுதும் அழுது கொண்டே இருக்கும்.
- இந்நோய் தோன்றி 18 அல்லது 21 நாள்களுக்குள் மரணத்தை உண்டாக்கும்.
- மேற்கூறிய கால அளவைக் கடந்துவிட்டால், குழந்தைகளின் கை, கால்களை அசைக்க முடியாது.
- குழந்தையின் வயிறு விம்மிப் பொருமும். பெருமூச்சு ஏற்படும்.
- உடம்பில் சீதளம் அதிகமாகி சன்னி ஏற்படும்.
- உடல் தளர்ந்து, நாக்கிலிருந்து நீர் சொட்டும்.

இத்தகைய நோய்க் குறிகள் காணப்பட்டால் 24 நாள்களுக்குள் மரணம் ஏற்படும் என்று கூறப்பட்டுள்ளது.

முகவாத நோய்க் குறிகள்

- குழந்தைகளின் தலையில் வாய்வு சேர்ந்து இரைச்சல் உண்டாகும்.
- கபாலம், கண்கள், வயிறு, குடல், நரம்பு நாளங்கள் ஆகியவற்றில் அமிர்த நீர் அடைத்துக் கொள்ளும்.
- அதனைத் தொடர்ந்து முன்பே தலையில் சேர்ந்துள்ள வாய்வானது வெளியேற ஆரம்பிக்கும்.
- இதனால் ஒரு பக்கம் பெரிதாகும், ஒரு பக்கம் சுருக்கிக் கொள்ளும்.
- சுருக்கிய பக்கமானதில் சுழிக்கும். வலி உண்டாகும். குழந்தையின் கண், காது ஆகியன நோகும்.
- நரம்பு பாதித்த பக்கம் வலிமை இழப்புண்டாகும்.
- நாக்கு தெற்றும்.

முக வாதத்திற்குத் தைலம்

தேவையான பொருள்கள்

வேப்பந்தளிர்	–	8 பலம்
தும்பைச்சாறு	–	தேவையான அளவு
தேங்காய்ப்பால்	–	4 நாழி
குன்றிப் பருப்பு	–	1 சேர்

செய்முறை

வேப்பந்தளிரை தும்பைச் சாற்றில் அரைத்து உருட்டி, தேங்காய்ப் பாலில் கலக்கி, குன்றிப் பருப்பைச் சேர்த்துக் காய்ச்சி, பதம் வந்தவுடன் வடித்து எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இந்தத் தைலத்தை 6 வேளை உள்ளுக்குக் கொடுக்க முக வாத நோய் தீரும். மேலும் இந்தத் தைலத்தைத் தலை, உடல் முழுவதும் தேய்த்துத் தலை முழுகி வர முகவாதம் மட்டுமன்றி, பாலவாதம், சுர வாதம், சருவாங்க வாதம், உளைச்சல் வாதம் ஆகிய பாலர் வாத நோய்களும் தீரும்.

நேத்திர வாத நோய்க் குறிகள்

- சுழல்கின்ற வாயுவானது மேல் நோக்கி எழும்பி, புருவத்தோடு தொடர்கின்ற சிறு நரம்பைத் தாக்கும்.
- அதனைத் தொடர்ந்து தலையில் குத்துவது போன்ற வலி, இமை, புருவத்தில் வெட்டுவது போன்ற வலி உண்டாகும்.
- புருவத்தின் மேலும் கீழும் வீக்கம் உண்டாகி சுரமடிக்கும்.
- கண்கள் மிகவும் சிவந்து, அதிலிருந்து நீர் வடியும்.

இவை யாவும் ஒரு பக்கக் கண்ணைச் சேர்ந்தால், அதற்குப் பக்க நேத்திர வாதம் என்று பெயர்.

இவற்றோடு மூக்கிலும் அரிப்புண்டாகி, மூக்கிலிருந்து நீர் வடியும். தும்மல் உண்டாகும்.

- கண்கள் சிவந்து, நொந்து, உறுத்தும். தலை முழுவதும் வலி ஏற்படும்.

நேத்திர வாதத்திற்கு எண்ணெய்

தேவையான பொருள்கள்

சிற்றாமுட்டி வேர்	–	10 பலம்
நீர்	–	2 குறுணி
மிளகு கசாயம்	–	2 படி
நல்லெண்ணெய்	–	1 படி
எலுமிச்சை பழச்சாறு		
இஞ்சிச் சாறு		
மஞ்சள் சாறு		
நொச்சிச் சாறு	–	சம அளவு
கரிசாலைச் சாறு		
நெல்லிக்காய்ச் சாறு		
தேவதாரம்	–	1 பலம்

செய்முறை

பத்து பலம் சிற்றாமுட்டி வேரை இரண்டு குறுணி நீரில் கலந்து எரித்து எட்டில் ஒன்றாகக் குறுக்கி கசாயமாகச் செய்து கொள்ள வேண்டும். இந்தக் கசாயத்துடன், மிளகுக் கசாயத்தையும் கலந்து, நல்லெண்ணெயுடன் கலக்க வேண்டும்.

பின் அதில் மேற்கூறிய 6 சாறுகளையும் கலந்து, அத்துடன் தேவதாரத்தையும் அரைத்துச் சேர்க்க வேண்டும். இதனை மூன்று நாள்கள் சிறுதீயிலிட்டு எரித்து, முதிர்ந்த பதத்தில் வடித்து எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்கள்

இந்த எண்ணெயைத் தலை முழுவதும் தேய்த்துக் குளித்து வந்தால், நேத்திர வாதம், நேத்திர வாயு, மண்டையிடி, பீனிசம், கண்களில் நீர் வடிதல் போன்ற நோய்கள் நீங்கும்.

நேத்திர வாதத்திற்குப் பூச்சு மருந்து

தேவையான பொருள்கள்

1. கடுக்காய்
2. கல்நார்
3. சுக்கு
4. சந்தனம்
5. முதலிப் பிசின்
6. விளாம்பூ
7. சமுத்திராப் பழம்

— அனைத்தும் சம அளவு

8. புளியிலைச் சாறு – தேவையான அளவு

செய்முறை

1 முதல் 7 வரை சொல்லப்பட்டுள்ள பொருள்களைச் சம அளவு எடுத்து அரைத்து புளியிலைச் சாறு விட்டு வெதுப்பிக் கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்கள்

இதனை ஒரு துணியில் தடவி தலை, நெற்றியில் சுற்றி வைக்க, வாதம், விக்கல், கண்சிவப்பு ஆகியவை மாறும்.

நேத்திர வாதத்திற்கு ஒற்றடம்

மாதுளம்பூ, சிறுநீர் ஆகிய இரண்டையும் சேர்த்து அரைத்துக் கிழிகட்டி சூடான பாலின் ஆடையில் தோய்த்து 3 நாள்கள் இரும்பு வாணலியில் சூடாக்கி, அதனை ஒற்றடமிட்டு வந்தால் வலி தீரும்.

கர்ணிக வாத நோய்க் குறிகள்

- குழந்தையின் காதில் வீக்க முண்டாகும்.
- உடம்பு சுரமடித்து, காயும்.
- குடித்த பால் வாந்தியாகும்.

- காதின் உட்பக்கம் வீங்கும்.
- வீக்கமானது விம்மி, பழுத்துச் சீழ் வடியும்.
- சீழானது காய்ந்து காதை அடைத்துக் கொள்ளும்.
- அதனால் தலையில் நோயுண்டாகும். தலையில் வீக்கம் உண்டாகும்.
- காது கேளாது; அலகுகள் நொந்து, குழந்தை அழும்; உணவு உண்ணாது.
- கண் சொருகி, மயக்கம் உண்டாகும். கண்களில் நீர் கோத்து வீக்கம் காணப்படும்.

கர்ணிக வாதத்திற்குப் பூச்சு மருந்து

தேவையான சரக்குகள்

நஞ்சறுப்பான் வேர், உடைமர வேர், திரிகடுகு, குக்கில், வெள்ளுள்ளி, வேப்பம்பிசின், வசம்பு, கத்தூரி மஞ்சள், அபின் ஆகியவற்றைச் சம அளவில் எடுத்து பொடித்துச் சூரணம் செய்து, இளம் தேங்காய் மட்டைச் சாற்றால் அரைத்து வெதுப்பிப் பூச கர்ணிக வாதம் தீரும்.

கர்ணிக வாதத்திற்குக் குளிகை

தேவையான பொருள்கள்

இரசம், இலிங்கம், மனோசிலை, தாளகம், நாபி, வெங்காரம், நேர்வாளம் ஆகியவற்றைச் சம அளவில் எடுத்து சுத்தி செய்து, சம அளவு எலுமிச்சை பழச்சாறுவிட்டு அரைக்க வேண்டும். பிறகு குன்றியளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி, நிழலில் உலர்த்தி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அதனைத் தாய்ப்பால், இஞ்சிச்சாறு கசாயம் ஆகியவற்றில் ஏதாவதொன்றால் அனுபானித்துக் கொடுக்க மலக்கட்டு, சுரம், சூலை ஆகியன தீரும்.

கர்ணிக வாதத்திற்கு ஒரு குளிகை மூன்று நாள்கள் கொடுக்கத் தீரும்.

கர்ணிக வாதத்திற்குக் குடிநீர்

தேவையான சரக்குகள்

அதிமதுரம், கோஷ்டம், கருஞ்சீரகம், கார்போகரிசி, கருவிலாஞ்சி, கருஞ்சூரைவேர், அமுக்கரா, மல்லி, வில்வவேர், சிற்றாமுட்டி வேர், பறங்கிப்பட்டை ஆகியவற்றைச் சம அளவில் எடுத்துத் தேவையான அளவு நீர் சேர்த்துக் காய்ச்சிக் குடிநீராக்கவும். அக் குடிநீரில், ஏற்கெனவே மேலே சொல்லப்பட்ட குளிகை ஒன்றை உரைத்துக் கொடுக்க வேண்டும். இங்ஙனம் 3 நாள்கள் கொடுக்க கர்ணிக வாதம், பக்கவாதம், திமிர், உளைச்சல், நேத்திர வாதம், சூலை முதலிய நோய்கள் நீங்கும்.

கர்ணிக வாதத்திற்கு எண்ணெய்

தேவையான பொருள்கள்

பொருள்	அளவு
ஆடுதீண்டாப் பாளைச் சாறு	ஒவ்வொன்றும் சம அளவு
முலைப்பால்	
நொச்சிச் சாறு	
கரிசலாங்கண்ணிச் சாறு	
சித்திர மூலம் (கொடிவேலி)	
கத்தூரி மஞ்சள்	இவற்றின் சூரணம் ஒவ்வொன்றும் சம அளவு
வெந்தயம்	
சதகுப்பை	
கருஞ்சூரை வேர்	
உருக்கிய நெய்	1 நாழி

செய்முறை

மேற்கூறிய எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து காய்ச்சி, பதத்தில் வடித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்கள்

இந்த எண்ணெயைத் தேய்த்து, தலை முழுகி வர கர்ணிக வாதம், கரண்டை வாதம், மண்டையிடி, பீனிசம், சூலை, கீழ்ப்பாய்ச்சல், கண்டமாலை, சோம்பல், காசம், அமிர்த வாதம் ஆகிய நோய்கள் தீரும்.

கர்ணிக வாதத்திற்குக் கிழி

தேவையான சரக்குகள்

தழுதாழை, முருக்கிலை, புங்கனிலை, எருக்கிலை, எருக்கம்பூ, திருகு கள்ளி, நொச்சி இலை, வெள்ளுள்ளி

மேலே சொல்லப்பட்ட சரக்குகளை ஒரு துணியில் போட்டு, அதற்கு மேல் தேங்காய்த் துருவலைக் தூவி, அதனைக் கட்டி கிழியாக்கிக் கொள்ளவும்.

பிறகு ஒரு பானையில் நீர் விட்டு, அதன் வாயைத் துணியால் வேடுகட்டி, அதற்கு மேல் மேற்படி கிழியை வைத்து தாளி கொண்டு அழுத்தி மூடி, அதனை அடுப்பில் வைத்து எரிக்கவும்.

உள்ளே உள்ள மருந்து வெந்ததும், அதை எடுத்து, தாங்கக் கூடிய இளஞ்சூட்டில் ஒற்றடமிட வேண்டும். அவ்வாறு செய்ய கர்ணிக வாதம், கண்ட வாதம், முகவாதம், பக்கவாதம், முட்டு வாதம், நீர் வாதம், உளைச்சல் வாதம் ஆகியவை நீங்கும்.

கர்ணிக வாதத்திற்கு ஒற்றடம் (வேறு)

கிழி செய்வதற்குக் கூறிய மருந்துப் பொருள்களை எல்லாம் நன்றாக இடித்து, வேப்பெண்ணெயைத் தேவையான அளவில் இட்டுக் காய்ச்ச வேண்டும். காய்ச்சியதும், தாங்கக் கூடிய சூட்டில் ஒற்றடம் கொடுக்கும் போது கடினவாதங்கள், கர்ணிக வாதம், விறைத்த வாதம், சன்னி வாதம், பக்கவாதம் முதலிய நோய்கள் நீங்கும்.

அமிர்தவாத நோய்க் குறிகள்

- அமிர்த நிலையில் வாதம் சேர்வதால் மூக்கிலிருந்து நீர் வடியும்.
- அவ்வாறு வடியும் நீர் அளவில் குறைந்து லாட தானத்தில் கொழுப்புபோல் நீர் சேர்ந்து வீக்கம் உண்டாகும்.

- தலையில் கெட்ட நீர் அதிகம் சேரும்.
- சுரம் உண்டாகும்.
- உச்சியில் கோத்த நீர் நஞ்சு போல் இளகி, விளாங்காய் போல் பெரிதாகும்.
- உடல் முழுவதும் புண் வந்தாற்போல் நோகும்.
- கண்கள் சிவந்து பொங்கும்.
- சுக்கிரன் வெளுத்துத் தாழ்ந்து, பின் கறுத்து, கண்பூத்தது போன்ற நிலை உருவானால், உண்ணும் உணவின் அளவு குறைந்து, மேலும் கழிச்சலும் அதிகமாகும்.

இத்தகைய குறிகள் காணப்பட்டால் நோய் தீராது.

சுண்டு வாத நோய்க் குறிகள்

- உதடுகள் இரண்டும் திமிர்த்திடும்.
- நாக்கும் உணர்ச்சி இன்றிப் பக்கமாக இழுக்கும்.
- பால் குடிக்காது.
- இனிமையாகப் பேச முடியாது.
- உதடுகள் வளைந்து கோணும்.

சுண்டு வாதத்திற்கு ஒற்றடம்

தேவையான சரக்குகள்

எலுமிச்சைக்காய் – 2 எண்ணிக்கை

நொச்சியிலை – தேவையான அளவு

எலுமிச்சைக்காய் இரண்டையும் தனித்தனியாக, துண்டு துண்டாக வெட்டி அதனோடு நொச்சியிலையையும் சேர்த்து இரண்டு தனித்தனியான கிழியாகக் கட்டிக் கொள்ள வேண்டும். பின் அந்தக் கிழிகளைத் தைலத்தில் தோய்த்து ஒற்றடமிடவேண்டும். சுண்டு வாத நோய் நீங்கும்.

சுண்டு வாதத்திற்குத் தைலம்

தேவையான சரக்குகள்

ஔவையார் கூந்தல், சிற்றரத்தை, தாளகம், சிற்றாமுட்டிவேர், கருங்குறிஞ்சி வேர், கடுக்காய்த் தோல், சுக்கு

செய்முறை

மேற்கூறப்பட்ட சரக்குகளைச் சம அளவில் எடுத்து முறைப்படி குடிநீராகக் காய்ச்சி, அக் குடிநீரை சகசராதித் தைலத்தில் கலந்து ஊறவைத்து எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இந்தத் தைலத்தைக் கலக்கிக் கொடுக்க சுண்டு வாத நோய் நீங்கும்.

நாக்கு வாத நோய்க் குறிகள்

- வாய்வானது ஓடி அண்ணாக்கின் மீது ஒதுங்கி அங்கே அதிகப்பட்டு நாக்கு நரம்பில் சேர்ந்து கூடும்.
- அதனால் நாவானது பாதிக்கப்பட்டுப் பேச முடியாது.
- நாவில் திமிருண்டாகும்.
- இதற்கு ‘சிங்கு வாதம்’ என்றும் பெயர்.

நாக்கு வாத நோய்க்குக் கசாயம்

தேவையான சரக்குகள்

சிற்றாமுட்டி வேர், வசம்பு, சிற்றரத்தை, கருங்குறிஞ்சி வேர், சுக்கு, கடுக்காய், முற்றிய துவரை, பிறதாரணி வேர், கருஞ்சூரை வேர்

செய்முறை

மேலே சொல்லப்பட்ட சரக்குகளைத் தேவையான அளவு நீரிலிட்டு முறைப்படிக் காய்ச்சி குடிநீராக்க வேண்டும். அக் குடிநீரில் காசெடை எண்ணெய் சேர்த்துக் கொடுக்க சுரம், சிங்கு வாதம் என்ற நாக்கு வாதம் ஆகியன நீங்கும்.

கண்ட வாத நோய்க் குறிகள்

- கழுத்து, தொண்டைப் பகுதியில் நீர் கட்டிக் கொள்வதால் முகம், கால் ஒரு பக்கமாக இழுத்துக் கொள்ளும்.
- தொண்டைக்குள் கழலை உண்டாகி வலி ஏற்படும்.
- தொண்டை முடிச்சில் நீர் கட்டி கழுத்தில் வலி உண்டாகும்.
- பிறகு தொண்டையில் உள்ள கழலை உடைந்து நீர் பாயும்.
- அதனால் எதனையும் விழுங்க முடியாமல் தடங்கல் ஏற்படும்.
- பிடரியில் நோதல் உண்டாகி புயங்கள் வீங்கிக் காணப்படும்.
- தாங்க முடியாதபடி வலி உண்டாகி, முழுவதுமாகப் பேச இயலாது.
- அதிக அளவில் உமிழ்நீர் சுரக்கும்.
- வாய், நாக்கு, தொண்டை ஆகியன வழுவழுப்பாக இருக்கும்.
- தொண்டைக்குள் வீங்கிய நரம்பு வலித்து, தலை வரை வலி பரவும்.
- வயிற்றுப்போக்கு, மந்தம் ஏற்படும்.
- இடுப்பு பொருத்து வலிக்கும்.

கண்ட வாத நோய்க்கு நிம்பாதித் தைலம்

தேவையான சரக்குகள்

1. வேப்பம் பட்டை, 2. சிறுகடலாடி வேர், 3. கருங்குறிஞ்சி வேர், 4. ஆடாதோடை, 5. எருக்கு, 6. ஆமணக்கு, 7. எட்டி, 8. நாச்சி, 9. கருவேல், 10. கருவிலாஞ்சி, 11. சிற்றாமுட்டி, 12. சிறுபுள்ளடி, 13. சிறுந்தலைச்சூடிப் புல், 14. வெட்பாலைப்பட்டை, 15. பால்வள்ளி, 16. உழுந்து, 17. கொள்ளு, 18. பச்சை ஆகிய ஒவ்வொன்றிலும் 2 பலம், 19. இளநீர், 20. தென்னை இளம் மட்டைச் சாறு தேவையானஅளவு,21. வேப்பெண்ணெய், 22. எள்நெய், 23. சென்னக்காய் எண்ணெய் 24. ஆமணக்கெண்ணெய், 25. தேங்காய் எண்ணெய் ஆகியவற்றில் நாழியளவு, 26. சிற்றாமுட்டி வேர், 27. பொன்குறண்டி வேர், 28. சந்தனம், 29. மஞ்சள் பொடி, 30. சித்திர மூலம், 31. கசகசா, 32. தேவதாரம், 33. ஓமம், 34. மிளகு, 35. மூசாம்பரம் 36. பூலாவிருட்சம், 37. திரிபாலை, 38. மஞ்சிட்டி 39. முதிர்ந்த வசம்பு,

40. சிற்றரத்தை, 41. அமுக்கரா, 42. சாதி கோட்டம் 43. பெருங்காயம், 44. இந்துப்பு, 45. குக்கில், 46. சீனாக்காரம், 47. கருஞ்சூரை வேர், 48. வெங்காயம், 49. திப்பிலி, 50. சுக்கு ஆகியவற்றில் சம எடை.

செய்முறை

1 முதல் 18 வரை உள்ள மருந்துப் பொருள்களோடு 19, 20–இல் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளவற்றைச் சேர்த்து, இடித்து, காய்ச்சி கால் பங்காக வற்றும்படிச் செய்து கசாயம் செய்ய வேண்டும். அதில் நான்கு நாழி எடுத்து, அதனுடன், 21 முதல் 25 வரை குறிப்பிடப்பட்டுள்ள எண்ணெய் நாழியளவு சேர்த்து, அதனுடன், 26 முதுல் 50 வரை குறிப்பிடப்பட்டுள்ள பொருள்களை முதலில் சொன்ன கசாயத்தால் அரைத்து பிறகு, அதே கசாயத்தோடு கலந்து, அதனை எண்ணெயுடன் கலந்து மொத்தமாக எல்லாவற்றையும் சேர்த்துக் காய்ச்ச வேண்டும். இங்ஙனம் 3 நாள்கள் அதனைக் காய்ச்ச வேண்டும்.

தீரும் நோய்கள்

இந்தத் தைலத்தை முறைப்படி உட்கொள்ளும்போது கடுமையான பால வாதம், நீர் வாதம், சூலை வாதம், விறைக்கும் வாதம், கை, கால்களை முடக்கும் வாதம், சூலை போன்ற நோய்கள் தீரும்.

கருள்வாத நோய்க் குறிகள்

- தாங்க முடியாத நெஞ்சு உளைச்சல் ஏற்படும்.
- குடித்த பால் வாந்தியாகும்.
- குளிர்ச்சியான காலங்களில் கை, கால் நொந்து உளைச்சல் உண்டாகும்.
- சுரம் காயும்.
- நெற்றியில் வியர்வை உண்டாகும்.
- விட்டு விட்டு வியர்க்கும்.
- சிறுநீர் மஞ்சளிக்கும்.
- உணவு வெறுத்து, நாக்கில் அரோசகம் உண்டாகும்.

- சோகை உண்டாகும். இருமல் ஏற்படும்.
- உடலில் நீர் கோத்துக் கனக்கும்.
- தலையில் கோத்த நீர் மூக்கு வழியாக ஒழுகும்.
- தும்மல் உண்டாகும்.
- தலையில் கோத்த நீர் பாறைபோல் கனக்கும்.
- மூச்சுத் திணறலோடு இளைப்புண்டாகும்.

இத்தகைய நோய்க் குறிகள் காணப்பட்டால் மரணம் நிச்சயம் உண்டாகும்.

26

புறக்காரண நோய்கள்

மரு.T.K. கல்யாணசுந்தரம்

மரு.S. காந்திமதி

1. குழந்தை பிறந்தவுடன் சீறிச் சீறியழுதல்
2. விக்கல்
3. வயிற்றுப் பொருமல்
4. பால் எதிரெடுத்தல்
5. பால் குடியாமை
6. வயிற்று நோய்
7. மலக்கட்டு
8. நீர்க்கட்டு
9. தோடம்

குழந்தை பிறந்தவுடன் சீறியழுதல்

பிறந்தவுடன் குழந்தை அழுதல் முக்கியமான நிகழ்வு ஒலி ஆகும். இதன் மூலம் சுவாசம் உறுதி செய்யப்படுகிறது. குழந்தையின் பசி, ஈரம், உடல் நலக்குறைவு ஆகிய பல காரணங்களுக்கும் அழுகை ஒன்று தான் வெளிப்பாடு. குழந்தைகளின் பல வித அழுகைகளைத் தாய் தெரிந்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இது அனுபவத்தால் மட்டுமே ஏற்படுவதாகும். குழந்தையின் முதல் மூன்று மாதங்களில் நரம்பு மண்டலம், செரிமான மண்டலம் ஆகியன முழுமையாக வளர்ச்சியடையாத காரணங்களாலும், முற்றிலும் மாறுபட்ட புறச்சூழ்நிலை காரணமாகவும், இயல்பான நிலைக்கு வர இயலாத வெளிப்பாடுகளை அழுகை மூலம் மட்டுமே குழந்தை வெளிப்படுத்தும். ஆகவே குழந்தையின் அழுகை பெரும்பாலும் எந்தவிதப் பாதிப்பையும் ஏற்படுத்தாது.

1. குழந்தை பிறந்தவுடன் சீறிச்சீறியழுதல்

மருத்துவம்

கண்டு பாரங்கி (சிறுதேக்கு), சிறுதிப்பிலி ஆகிய இரண்டையும் சரி எடை எடுத்து, வெயிலில் உலர்த்தி, பொடியாக்கி, அதைத் துணியில் வடிகட்டி, பொடியைப் பசுநெய்யில் கூட்டி, அதைத் தாயின் மார்பில் பூசி குழந்தைக்குப் பாலூட்டினால் சீறிச் சீறியழுதல் தீரும்.

தேவை எழும்போது குழந்தைக்குப் பாலூட்டத் தொடங்கினால் அழுகை நின்று விடும். மேலும் சிறுநீர், மலம் கழித்திருப்பின் தூய்மை செய்யவும்.

2. விக்கல்

பெரும்பாலான குழந்தைகள் முதல் மூன்று மாதங்களுக்கு உணவுக்குப் பின் விக்கலால் பாதிக்கப்படுவர். அவசரமாகப் பாலைப் பருகுவதால் விக்கல் ஏற்படலாம். குழந்தை காற்றையும் சேர்த்து விழுங்குவதால் விக்கல் ஏற்படலாம். விக்கல் ஏற்பட்ட குழந்தையைத் தோள் மீது சாய்த்துக் கொண்டு, முதுகில் மெதுவாகத் தட்டிக் கொடுத்தால் வயிற்றுக்குள் சென்ற காற்று வெளிப்பட்டு வந்து விக்கல் நின்று விடும்.

மருத்துவம்

கண்டு பாரங்கி (சிறுதேக்கு), சிறுதிப்பிலி ஆகிய இரண்டையும் சம எடை எடுத்து, வெயிலில் உலர்த்தி, பொடியாக்கி, அதைத் துணியில் வடிகட்டி, பொடியைப் பசுநெய்யில் கூட்டி, அதைத் தாயின் மார்பில் பூசி குழந்தைக்குப் பாலூட்டினால் விக்கல் தீரும். மேலும் வெது வெதுப்பான நீர் சிறிதளவு குழந்தைக்குக் கொடுக்க விக்கல் தீரும்.

3. வயிற்றுப் பொருமல்

இளம் குழந்தைகளுக்கு உணவு கொடுத்தவுடன் வயிறு சற்றுப் பெரிதாகக் காணப்படும். மேலும் குழந்தைகள் பசியின் காரணமாகப் பால் குடிக்கும்பொழுது காற்றும் சேர்ந்து உள்ளே செல்வதால் வயிறு பெருத்து குழந்தைக்கு வயிற்றுப் பொருமல் (சத்தம்) காணப்படும். இதனால் குழந்தைக்கு சில அசௌகரியங்கள் ஏற்பட்டு கை, கால்களை நீட்டுகிறது. மேலும் ஆசனவாய் வழியே காற்று வெளிப்படுகிறது. இதனால் குழந்தையிடம் அழுகை காணப்படுகிறது.

மருத்துவம்

கண்டு பாரங்கி (சிறுதேக்கு), சிறுதிப்பிலி ஆகிய இரண்டையும் சம எடை எடுத்து, வெயிலில் உலர்த்தி, பொடியாக்கி, அதைத் துணியில் வடிகட்டி, பொடியைப் பசுநெய்யில் கூட்டி, அதைத் தாயின் மார்பில் பூசி குழந்தைக்குப் பாலூட்டினால் பொருமல் நீங்கும். உடன் வெது வெதுப்பான நீர் கொடுக்கவும்.

4. பால் எதிரெடுத்தல்

முதல் மூன்று மாதங்களில் குழந்தை பால் குடிக்கும் பொழுது வேகமாகப் பாலை அருந்துவதால் காற்றும் உள்ளே செல்கிறது. இதனால் இரைப்பையில் காற்றும் பாலும் சேர்ந்து நிறைவதால், குடித்த பால் சிறிதளவு வாய் வழியாக வெளித்தள்ளப்படுகிறது. மேலும் பால் குடித்தவுடன் குழந்தையை உடனே தூங்க வைக்காமல், தோளில் போட்டு முதுகில் தட்டிக் கொடுக்கவும். இதனால் குழந்தைக்கு ஏப்பம் ஏற்பட்டு எதிரெடுத்தல் தொந்தரவு மறையும்.

மருத்துவம்

வெள்ளைப்பூண்டுத் திரி ஐந்தை எடுத்து தோலை நீக்கி விட்டு, அதைச் சட்டியில் இட்டு, 4 கிராம் ஓமம் சட்டியில் இட்டு, வெடிக்கும் சமயம் 85 லி. நீர் சரிபாதியாகக் காய்ச்சி குடிக்கச் செய்ய வேண்டும்.

5. பால் உண்ணாமை

பிறந்த குழந்தைக்கு பால் உண்ணாமை பல காரணங்களால் ஏற்படும்.

தாயின் மார்பகத்தில் பால் புளிப்புத் தன்மை அடைந்திருப்பின் குழந்தை பால் குடிக்காது. அவ்வாறு இருப்பின் பாலை மார்பகத்தில் இருந்து அகற்றிவிட்டு புதிய பாலைக் குடிக்கச் செய்ய வேண்டும்.

குழந்தை ஏதேனும் நோய் நிலைப்பட்டிருப்பின் தகுந்த சிகிச்சை அளிக்க வேண்டும்.

குழந்தை பாலை உறிஞ்சுவதற்குத் தடைகள்– மார்புக்காம்பு வளர்ச்சியின்மை இருப்பின் சிகிச்சை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

குழந்தை சரியான எடை, வளர்ச்சி இன்மை இருப்பின் பால் குடிப்பதில் சிரமங்கள் காணப்படும்.

மருத்துவம்

அதிமதுரத்தை மெல்லிய பொடியாகச் செய்யவேண்டும். அப்பொடியை முலைப்பால் விட்டு அரைத்து தாயின் மார்பில் பூசிக் குழந்தைக்குப் பாலூட்ட வேண்டும்.

6. வயிற்று நோய்

சில குழந்தைகள் பொதுவாக மாலை நேரங்களில் வயிற்று நோய் காரணமாக அழும் வழக்கத்தை உடையனவாக இருக்கும். இந்த அழுகை முதல் மூன்று மாதங்கள் வரை காணப்படும். இதற்கான சரியான காரணத்தை அறிய இயலவில்லை. முதல் மூன்று மாத வயிற்றுவலிக்கு குடல் பகுதியின் அதிகச் செயல்பாடுகளே காரணமாக அமைகின்றன. குடல் ஒலிகளை நிசாமணிச் சோதனையின் மூலம் கேட்டு அறியலாம். மேலும் அதிக உணவு போன்ற காரணங்களினாலும் குடலில் வாயுக்கள் ஏற்பட்டு ஆசனம் வழியாகக் காற்று வெளிப்படும். இதனால் வயிற்று நோய் ஏற்படக் கூடும்.

வெது வெதுப்பான நீரில் ஒற்றடம் கொடுக்கவும். குழந்தையைத் தாயின் கால்களில் குப்புறப் படுக்க வைத்தால் வலி குறையும். மேலும் முதுகுப் பகுதியில் லேசாகத் தடவிக் கொடுத்தால் வலி குறையும்.

மருத்துவம்

புன்னை, கண்டு பாரங்கி, சாதிக்கோட்டம் ஆகிய இம்மூன்றையும் சரியளவு கொண்டு, தண்ணீர் விட்டு அரைத்துக் காய்ச்சி அதை வயிற்றில் பூசவேண்டும்.

7. மலக்கட்டு

குறைவான அளவு பால்குடிப்பது, குறைவான திரவங்கள், செயற்கை முறை உணவுகள், திட உணவுகள் தருவதனைத் தாமதப்படுத்தல், கழிக்கும் மலம் போக்கும் மருந்துகளை அடிக்கடித் தருதல் போன்ற காரணங்களால் மலச்சிக்கல் ஏற்படும்.

மேலும் புத்திளம் சிசுக்களில் **90%** சிசுக்கள், பிறந்த **24** மணி நேரத்திற்குள் காட்டுமலம் கழித்து விடும். மீதமுள்ளவை **36** மணி நேரத்திற்குள் கழித்து விடும். சில நோய் நிலைகளில் மலச்சிக்கல் ஏற்படும். அதாவது பிறவி நரம்பு, முடிச்சற்ற பெருங்குடல், காட்டு மலம் அடைப்பு, பிறவிக்கும் மலக்குடல் மாறுபாடுகள், தைராய்டுக் குறைபாடுகள் போன்ற காரணங்களினால் மலச்சிக்கல் ஏற்படும். தேவையின்றி பேதி மருந்துகள் கொடுப்பது தீமை விளைக்கும்.

மருந்துகள்

அதிமதுரம் கால் வராகன் (**1** கிராம்), வேப்பந்துளிர் கால் வராகன் (**1** கிராம்), நாட்டுச் சர்க்கரை கால் வாரகன் எடுத்து இம் மூன்றையும் நெய் விட்டு அரைத்து குழந்தைக்குக் கொடுக்க, மலம் கழியும்.

8. நீர்க்கட்டு

குழந்தைகளுக்கு நீர்க்கட்டு இருப்பின் சிறுநீர்ப் பாதையை முழுமையாக ஆய்வு செய்ய வேண்டும். சிறுநீர்வெளிப்படும் குழாயின் துளை சிறியதாக இருப்பின் சிறுநீர் வெளியே செல்லத் தடை ஏற்படக் கூடும். சொட்டு நீராக வெளிப்படும். சிறு நீர் தேங்கினால் சிறுநீர்ப் பாதையில் நோய் ஏற்படும். சிறுநீரகம் பாதிப்படையும். வெளித் துளையை மருத்துவர்கள் சற்று அகலப்படுத்தி நீரை வெளிப்படுத்த வேண்டும். கோடைக் காலங்களில் அதிக நீர் கொடுக்க வேண்டும்.

மருத்துவம்

எலிப் புழுக்கையையும், வெள்ளரிப்பழ விதைகளையும் சரியளவு கொண்டு, தண்ணீர் விட்டு அரைத்து, குழந்தையின் அடிவயிற்றில் பூச வேண்டும். இவ்வாறு செய்வதால் வேறு காரணங்களால் நீர்க்கட்டு இருந்தாலும் குணமடையும்.

9. தோடம்

தோடம் என்பது தோஷம், நோய் என்றும் குறிப்பிடப்பெறும். பிறந்த குழந்தைகளுக்கு முதலில் ஏதாவது ஒரு காரணத்தினால் நோய் ஏற்படும். வைரஸ்கள், பாக்டிரியா போன்ற காரணங்களினால் நோய்த் தோடம் ஏற்படும்.

கிருமிகள் காரணமாக உடல் பாதிப்படையும். மேலும் பறவைகள், செல்லப்பிராணிகள், தூய்மையற்ற காற்று, குடிநீர், துப்புரவற்ற இடம், தூய்மை செய்யாமல் குழந்தையைக் கையாளுதல் போன்ற காரணங்களினாலும் தோடம் ஏற்படும்.

மருத்துவம்

(ஞாயிற்றுக்கிழமையில்) மஞ்சள் வேரை தூப, தீப வழிபாடு செய்து அறாமல் பிடுங்கி சுத்தமான இடத்தில் வைத்து தோடந்தீர் மந்திரத்தை 108 முறை மனதிற்குள்ளேயே சொல்ல வேண்டும். பின் அதை அரை அங்குல (1.25 செ.மீ.) அளவு துண்டித்து, அதில் மஞ்சள் நூலைச் சுற்றி, குளிகம்செய்து குழந்தைக்குக் கட்ட வேண்டும்.*

10. கொட்டாவி

பிறந்த குழந்தைகளுக்கு நுரையீரல் முழுவதுமாக வளர்ச்சியடைந்திருக்காது. எனவே உடல் முழுவதும் செல்லும் ஆக்சிஜன் அளவு குறைவாக இருக்கும். இதனால் குழந்தையின் மூளைக்குச் செல்லும் ஆக்சிஜன் அளவும் குறைகிறது. இதன் காரணமாக கொட்டாவி உண்டாகிறது. கொட்டாவியின் போது வாய் வழியேயும் மூச்சை உள் இழுப்பதால் உடலுக்கு மற்றும் மூளைக்குச் செல்லும் ஆக்சிஜன் அளவு அதிகரிக்கிறது. குழந்தை வளர வளர நாளடைவில் இந்நிலை சரியாகிறது. மேலும் கொட்டாவி அடிக்கடி ஏற்படுவதால் சுவாசம் நன்கு உறுதி செய்யப்படுகிறது.

மருத்துவம்

வெள்ளைப் பூண்டுத் திரி ஐந்தை எடுத்து, தோலை நீக்கி விட்டு, அதைச் சட்டியில் இட்டு இளவறுப்பாக வறுத்து, அதனுடன் 4 கிராம் ஓமத்தைச் சட்டியில் இட்டு அது வெடிக்கும் பொழுது, அதில் 85 மி.லி. தண்ணீர்விட்டு சரிபாதியாகக் காய்ச்சி குடிக்கச் செய்ய வேண்டும்.

* மக்கள் நம்பிக்கை

27

மனவளர்ச்சிக் கோளாறுகள்

மரு. T.K. கல்யாணசுந்தரம்

மரு. S. காந்திமதி

இன்றைய குழந்தைகளே நாளைய சமுதாயத்தின் நன்மக்கள். எனவே குழந்தைப் பருவத்தில் இருந்தே அவர்களை நல்வழிப்படுத்தி வளர்த்தால்தான் ஆரோக்கியமான சமுதாயத்தை, வளமிக்க நாட்டை உருவாக்க முடியும். குழந்தைகளுக்கு ஒரு நல்ல வாழ்க்கை முறையை அமைத்துக் கொடுப்பது பெற்றோரின் தலையாய கடமை ஆகும். ஒரு குழந்தை நல்ல சூழ்நிலையில், நல்ல பண்புகளுடன் வளர்ந்தால் தான் எதிர்காலத்தில் ஒரு பொறுப்புள்ள குடிமகனாக வாழ இயலும். எனவே குழந்தைப் பருவத்தில் இருந்தே அவர்களுக்கு, அன்பு, அரவணைப்பு தன்னம்பிக்கை, பாதுகாப்பு உணர்வு, தீய செயல்களைக் கண்டு அஞ்சுதல், தெய்வபக்தி, சிறந்த கல்வி, விளையாட்டு, ஒழுக்கமான செயல்கள், சான்றோர்களை மதித்து நடத்தல், வாழ்க்கை நெறிமுறைகள் ஆகியவற்றைக் கற்றுக்கொடுக்க வேண்டும். இவற்றைக் கற்றுத் தருவதில் பெற்றோர்கள், ஆசிரியர்கள், குடும்ப உறுப்பினர்கள், சமூகம் எனப் பலரும் அங்கம் வகிக்கின்றனர். சரியான முறையில் வளர்க்கப்படும் குழந்தைகளுக்கு இறுதி வரை எந்தவிதமான மனநலப் பாதிப்புகளும் ஏற்படுவதில்லை. மேலும் இவர்கள் மற்றவர்களுக்கு ஒரு நல்ல வழிகாட்டியாகவும் திகழ்கின்றனர்.

இதற்கு, மாறாக சரியான முறையில் வளர்க்கப்படாத குழந்தைகள் தவறான நட்பு, போதைப் பொருள்களுக்கு அடிமையாதல் போன்ற காரணங்களால் முன்கோபம், கீழ்ப்படியாத தன்மை, பிடிவாதம், தாழ்வுமனப்பான்மை, தான் என்ற அகங்காரம், தீய பழக்க வழக்கங்கள், கல்வியில் நாட்டமின்மை, சமூகவிரோத செயல்களில் ஈடுபடல் போன்ற தீய, வேண்டத்தகாத பழக்கங்களால் பாதிக்கப்படுகின்றனர். இதனைத் தவிர்க்க குழந்தைப் பருவத்திலே போதுமான கவனத்தைப் பெற்றோர்கள் செலுத்த வேண்டும். மேலும் இன்று மேல்நாட்டுக் கலாச்சாரங்கள், உணவு, உடை, பழக்க வழக்கங்களைக் குழந்தைகள் பின்பற்றுவதாலும் குழந்தைகள் பலவிதமான மனநலக் குறைபாடுகளுக்கு ஆளாகின்றனர். எனவே இதனைத் தவிர்க்க வேண்டும். இல்லையெனில் குழந்தைகளுக்கு அதிக கோபம், மனச்சோர்வு, எரிச்சல், உணவு வேண்டாமை, கல்வியில் நாட்டமின்மை, கவனச்சிதறல், பெற்றோர் ஆசிரியருக்கு அடங்காமை போன்ற குணங்கள் ஏற்படலாம். ஆகவே இம்மாதிரியான உணவு, உடை கலாச்சாரத்தைத் தவிர்ப்பது எதிர்காலச் சமுதாயத்திற்கு நல்ல பயனைக் கொடுக்கும். அதே சமயம் நம் பாரம்பரிய உணவு, உடை, கலாச்சாரத்தைப் பின்பற்றுவதன் மூலம் நம் நாட்டின் பண்பாட்டினை அழியாமல் காக்கலாம்.

குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் மனநலப் பாதிப்புகள் பல வகைப்படும். அவையாவன:

1. உறக்கமின்மை, கனவுகள் தோன்றல்
2. உணவு வேண்டாமை அல்லது மிகு உணவு வேண்டல்
3. படுக்கையில் சிறுநீர் கழிதல்
4. பேச்சுக் குறைபாடு
5. நடத்தை மாறுபாடுகள்
6. நகம் கடித்தல்
7. விரல் சூப்புதல்
8. மிகுந்த பயம்
9. பெற்றோரிடமிருந்து பிரிந்து செல்லல்
10. தகாத செயல்களில் ஈடுபடுதல்
11. மனச்சோர்வு
12. கற்பதில் சிரமம்

13. கவன ஈர்ப்புக் குறைபாடு
14. ஆட்டிசம் குறைபாடு
15. அதிக உணர்ச்சி வசப்படும் நிலை
16. அலைக்கழிக்கும் எண்ணம், செயல் நோய்

1. உறக்கம் சார்ந்த குறைபாடுகள் (Sleep Disorders)

பிறந்த குழந்தைகள் பதினெட்டு மணி நேரம் முதல் இருபது மணி நேரம் வரை உறங்குகின்றனர். இப்பருவத்தில் பகல் தூக்கம் அதிகம் காணப்படும். குழந்தை வளர வளர, தூங்கும் நேரம் குறைகிறது. பகலில் தாயின் கருப்பையில் பனிக்குடம் அசைவுகளுக்கு உட்படுவதால் பிறந்த குழந்தை பகலில் தூங்குகிறது. இரவில் கருப்பையில் பனிக்குட அசைவுகள் குறைந்து காணப்படுவதால் தாயின் தூக்கத்தில் குழந்தை விழித்துக் கொள்கிறது.

குழந்தையின் ஆறு மாதங்களுக்குப் பின் இந்தப் பகல் தூக்கம் மறைந்து இரவில் தூங்க ஆரம்பிக்கிறது. உறக்கம் சார்ந்த குறைபாடுகள் பொதுவாக இரண்டு வயதில் இருந்து 5 வயதுக்குள் உண்டாகின்றன. அவை,

1. உறக்கமின்மை (Insomnia)
2. உறக்கத்தில் பயங்கரக் கனவுகள் தோன்றல்
3. தூக்கத்தில் நடக்கும் வியாதி (somnambulism)

உறக்கமின்மை

குழந்தைகளுக்குப் பயம், பதற்றம் போன்ற காரணங்களால் தூக்கமின்மை உண்டாகிறது. மேலும் பாதுகாப்பின்மை, தனிமை, சில குறிப்பிட்ட பொருள்கள் பற்றிய பயம் (பேய், பிசாசு) போன்றவற்றால் தூக்கமின்மை நோய் உண்டாகிறது. எனவே இத்தகைய குழந்தைகளுக்குப் பெற்றோர்கள் தன்னம்பிக்கை தரும் கதைகளைக் கூறி, பாதுகாப்பான உணர்வினை ஏற்படுத்த வேண்டும். தூங்கும் முன் கடவுளைத் தொழச் செய்து, புராண, இதிகாச கதைகளைச் சொல்லி, குழந்கைளைத் தட்டிக்கொடுத்து உறங்கச் செய்யலாம். குழந்தைகள் தங்கள் விருப்பம் போல் படுத்து உறங்க அனுமதி அளிக்க வேண்டும்.*

---

* மக்களின் நம்பிக்கை

கனவுகள் தோன்றல் (Night Dreams)

குழந்தைகளின் ஆழ்மனத்தில் அடக்கி வைத்து இருக்கும் உணர்ச்சிகள் காரணமாக அல்லது சில குறிப்பிட்ட ஒரே சிந்தனைகள் காரணமாக, பயங்கரக் கனவுகள் ஏற்படலாம். இதனால் குழந்தையின் உறக்கம் பாதிக்கப்படுகிறது. இம் மாதிரியான கனவுகளின் போது தன்னையறியாமல் அழுதல், சிரித்தல், பிதற்றல் போன்ற குறிகள் குழந்தைகளிடம் தூக்கத்தின் இடையில் காணப்படும். காலையில் உறக்கத்தில் இருந்து எழுந்தபின் இக்கனவு அவர்களுக்கு ஞாபகம் இருப்பதில்லை.

தூக்கத்தில் நடக்கும் வியாதி (somnambulism)

அரிதாக ஒரு சில குழந்தைகளிடம் தூக்கத்தின் இடையில் எழுந்து தன்னையறியாமல் நடக்கும் வியாதி உள்ளது. இந்தக் குறைபாடு பெரும்பாலும் 10 முதல் 15 வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகளிடம் அதிகம் காணப்படும். இந்நோய் சிலருக்குப் பரம்பரையாக ஏற்படுவதும் உண்டு. மிகவும் உணர்ச்சி வசப்படக்கூடிய குழந்தைகளிடம் இந்தப் பழக்கம் உள்ளது. இவர்கள் தூக்கத்தில் இருந்து திடீரென எழுந்து சிறிதுதூரம் நடந்து சென்றுவிட்டு மீண்டும் திரும்ப வந்து முன்மாதிரியே படுக்கையில் படுத்து உறங்குகின்றனர். இவ்வாறு இவர்கள் நடக்கும் போது தன் சுயநினைவைப் பெறுவது கிடையாது. இவ்வாறு தூக்கத்தில் எழுந்து நடக்கும் போது சில பொருள்களை வேறு இடங்களில் மாற்றி வைத்துவிட்டுத் திரும்புகின்றனர். இவ்வாறு இவர்கள் செய்யும் செயல்கள் காலையில் கண் விழித்தவுடன் அவர்களுக்கு நினைவில் இருப்பதில்லை. இவ்விதமான தூக்கத்தில் நடக்கும் வியாதியினால் சிலருக்கு உயிருக்கு ஆபத்துகூட ஏற்படலாம் (எ.கா.) தூக்கத்தில் தன்னையறியாமல் நடக்கும் போது தவறி கிணறு, பெரிய பள்ளங்களில் விழுந்து விடலாம்.

இத்தகைய நோய்க்கு தகுந்த சிகிச்சை மேற்கொள்வது மிகவும் அவசியமான ஒன்றாகும். நோய்க்கான காரணத்தைக் கண்டறிந்து அதற்குத் தகுந்த பரிகாரம் செய்தல் வேண்டும். சில வகையான குடற்கிருமிகளால் (Pin Worm) தூக்கத்தில் வரும் வியாதிகள் உண்டாகின்றன.

2. உணவு உண்பதில் குறைபாடுகள் (Eating Disorders)

இதில் இரண்டு வகையான குறைபாடுகள் உள்ளன. அவை,

- உணவு வேண்டாமை (Loss of Appetite)

- அதிகஅளவு உணவு உட்கொள்ளல் (Bulimia)

குழந்தைகளுக்கு முதல் ஆறுமாதங்கள் வரை தாய்ப்பால் மட்டுமே பிரதான உணவாக அமைகிறது. அதன்பின் திட உணவு வகைகளை உண்ண ஆரம்பிக்கிறது. ஒரு வயதிற்குப் பின் பெரியவர்களின் உணவு (Adult diet) வகைகளை உண்ண ஆரம்பிக்கிறது. ஒரு வயதுக்குப் பின்னரே உணவு உண்பதில் கோளாறுகள் உண்டாகின்றன.

3. பசியின்மை, உணவில் வெறுப்பு

காரணங்கள்

பயம், பதற்றம்

பெற்றோர்கள் குழந்தைகளைக் கையாளும் முறைகள், சில உணவுப் பொருள்களின் தன்மை, பாகம் மாறுபாடு போன்ற காரணங்களால் குழந்தைகள் உணவு உண்ண மறுக்கின்றன. இது இரண்டு முதல் ஐந்து வயது வரை உள்ள குழந்தைகளிடம் அதிகம் காணப்படும் ஒரு குறைபாடு ஆகும்.

இந்நிலையில் பெற்றோர்கள் குழந்தைகளை அன்புடன் ஆதரித்து 'நிலாச்சோறு' ஊட்டி உண்ணும்படிச் செய்யலாம். ஒரே சமயத்தில் எல்லாவிதமான உணவைக் கொடுப்பதை விட உணவின் அளவைக் குறைத்து பலமுறை கொடுத்து உண்ணச் செய்யலாம்.

அளவுக்கு அதிகமாக உண்ணுதல்

காரணங்கள்

- பெற்றோர்களின் அரவணைப்பு இல்லாமை
- தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சிகளைப் பார்த்துக் கொண்டே உண்ணுதல்
- சில ஹார்மோன் குறைபாடுகள்
- தலையில் அடிபடுதல்

போன்ற காரணங்களால் குழந்தைகள் அதிக அளவிலான உணவினை உட்கொள்கின்றனர். இதனால் குழந்தைகளின் எடை அதிகரிக்கிறது. எனவே

இதற்கான காரணத்தைக் கண்டறிந்து மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி குழந்தைகளுக்கு வயதுக்கு ஏற்ற உணவு வகைகளை வழங்குதல் வேண்டும்.

4. படுக்கையில் சிறுநீர் கழித்தல் (Nocturnal Enuresis)

குழந்தைகளுக்கு, பொதுவாக மூன்று வயது வரை இப்பழக்கம் இயல்பாக உள்ளது. மூன்று வயதிற்கு மேல் படுக்கையில் சிறுநீர் கழிக்காமல் தன்னைக் கட்டுப்படுத்திக் கொள்ளும் திறனைப் (Bladder Control) பெறுகின்றார்கள். சில குழந்தைகளுக்கு இந்தக் கட்டுப்பாடு இல்லாத காரணத்தால் எட்டு வயது வரை கூட படுக்கையில் சிறுநீர் கழிக்கின்றனர். எட்டு வயதுக்குப் பின்னரும் இந்நிலை தொடர்ந்தால் தக்க மருத்துவ ஆலோசனை பெறவேண்டும்.

காரணங்கள்

- பரம்பரை
- சிறுநீர்ப் பாதைத் தொற்று (UTI)
- மன வளர்ச்சிக் குறைவு (Mental retardation)
- அதிக பயம்
- சிறுநீர்ப் பாதையில் ஏற்படும் பிறவிக் குறைபாடுகள் (Congenital Urinary Tract Anomalies)
- மனஉளைச்சல்
- மலம் கழிக்கும் சரியான முறையைப் பழக்கப்படுத்திக் கொள்ளாமை
- முதுகின் கீழ்ப்பகுதியில் அடிபடுதல்
- தலையில் அடிபடுதல்
- வலிப்பு நோய்

மருத்துவ அறிவுரை

இவ்வாறு பாதிக்கப்பட்ட குழந்தைகளைக் கேலி செய்யாமல் அவர்களுக்கு நம்பிக்கையை ஏற்படுத்தி இப்பழக்கத்தைக் கைவிடச் செய்தல் வேண்டும்.

மாலை வேளைகளில் நீர்த்துவமான உணவு வகைகளை உட்கொள்வதைத் தவிர்த்தல் வேண்டும். இரவு 8 மணிக்குள் உணவருந்தச்

செய்தல் வேண்டும். பால் போன்றவற்றை அருந்தும் நிலையில் அதனை இரவு 9 மணிக்குள் தரவேண்டும். அதன்பின் நீர்த்துவ ஆகாரங்கள் வழங்கக்கூடாது. இரவில் ஒன்று அல்லது இரண்டு முறை எழுப்பி குழந்தைகளைச் சிறுநீர் கழிக்கச் செய்ய வேண்டும். மேலும் நோய்க்கான காரணத்தைக் கண்டறிந்து அதற்குத் தக்க மருத்துவம் செய்தல் வேண்டும்.

5. கை சூப்புதல் (Thumb Sucking)

ஒரு வயதிற்கு மேல் பொதுவாகக் குழந்தைகளிடம் இந்நிலை காணப்படுகிறது.

காரணங்கள்

1. பயம், மனப்பதற்றம்
2. தனிமை
3. பெற்றோர்களின் ஆதரவின்மை
4. தாய்ப்பாலை மறக்கச் செய்யும் நிலை
5. அதிகக் கண்டிப்பு
6. குழந்தைகளிடம் அதிகம் எதிர்பார்த்தல்

இப்பழக்கத்தின் காரணமாக சுகாதாரப் பாதிப்பு, பற்களின் அமைப்பில் மாறுதல்கள் போன்றவை ஏற்படுகின்றன. இத்தொடர்பிலான தீய விளைவுகளைக் குழந்தைகளுக்கு எடுத்துக்கூறி நம்பிக்கையூட்டும் போது குழந்தைகள் இப்பழக்கத்தைக் கைவிடக்கூடும்.

6. நகம் கடித்தல் (Nail Biting)

இப்பழக்கம் குழந்தைகளிடம் மனப்பதற்றம், பயம் காரணமாக ஏற்படுகின்றது. மேலும், தனிமை, தேவையற்ற சிந்தனைகள் காரணமாகவும் ஏற்படலாம். இதனால் நகக்கண்களில் உள்ள கிருமிகள் இதன்மூலம் உடலுக்குள் நுழைந்து பலவிதமான தொற்றுநோய்களை உண்டாக்குகிறது.

7. கவன ஈர்ப்புக் குறைபாடுகள் (Attention Disorders)

குழந்தைகளுக்குப் பெற்றோர்களுடைய அன்பான அரவணைப்பு இல்லாதநிலையில் இந்தக் கவன ஈர்ப்பு முறைகளைக் குழந்தைகள் கையாளுகின்றனர். இதன்மூலம் பெற்றோர்களையும், சுற்றியுள்ள

மற்றவர்களையும் தன்னைப் பார்க்கும் படியான செயல்களை மேற்கொள்கின்றனர். அடிக்கடி சிறுநீர் கழித்தல், தனக்கு ஓர் இடத்தில் வலி உள்ளது என்று கூறுதல். இரண்டு வயதில் இருந்து மூன்று வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகளிடம் இப்பழக்கம் அதிகம் காணப்படுகிறது. எனவே இப்பருவம் ஈர்ப்புப் பருவம் என்றும் எதிர்ப்புப் பருவம் என்றும் அழைக்கப்படுகின்றது. இந்த வயதில் பெற்றோர்கள் குழந்தைகளின் மனநிலையைப் புரிந்துகொண்டு அன்புடன் அரவணைப்பதன் மூலம் இச்செயல்களை மாற்றலாம். குழந்தைகளுக்குக் கதைகள் கூறி மகிழ்விக்கலாம். அவர்களுடன் விளையாடலாம்.

8. பேச்சுக் குறைபாடுகள் (Speech Defect)

குழந்தை பொதுவாக ஒரு வயதிற்குப் பின் பேச ஆரம்பிக்கிறது. முதலில் சில வார்த்தைகளைக் கற்றுக்கொண்டு ஒரு சொல்லில் பேச ஆரம்பிக்கிறது (எ.கா. அம்மா, அப்பா). இரண்டு வயதிற்குப் பிறகு சில வார்த்தைகளைச் சேர்த்துப் பேசுகிறது. பேச ஆரம்பிக்கும்போது,

- வார்த்தைகள் தொடர்ச்சியாக வராமல் விட்டு விட்டுப் பேசுதல்
- சொன்ன வார்த்தைகளையே திரும்பத் திரும்பச் சொல்லுதல்
- தொடர்ச்சியாகப் பேச இயலாமை
- மற்றவர்கள் எதிரில் பேச பயம், கூச்சம்

ஆகியன குழந்தைகளிடத்தில் காணும் பேச்சுக் குறைபாடுகள் ஆகும். இந்நிலை இயல்பாக இரண்டு வயது முதல் நான்கு வயது வரை அதிகம் காணப்படுகிறது. நான்கு வயதுக்கு மேலும் இந்தக் குறைபாடுகள் தொடர்ந்தால் தக்க மருத்துவ ஆலோசனை பெறவேண்டும்.

காரணங்கள்

- மூளைவளர்ச்சிக் குறைபாடு
- வறுமையான சூழ்நிலை
- போதுமான ஊட்டச்சத்து கிடைக்காத நிலை
- தலையில் அடிபடுதல்
- தலையில் கட்டிகள் உண்டாதல்

- மூளைக்காய்ச்சல்
- உள்நாக்கு தடித்துக் காணப்படுதல்
- குழந்தைகள் தனித்து விடப்படுதல்
- வலிப்பு நோய்
- பெற்றோரின் மிகையான கண்டிப்பு

தகுந்த வயதில் பேச்சுக் குறைபாட்டு நோய்களைக் கண்டறிந்து மருத்துவ ஆலோசனைப்படி பேச்சுப் பயிற்சி (Speech Therapy) அளிப்பதன் மூலம் இதனைச் சரி செய்யலாம். நோய்க்கான காரணத்தையும் கண்டறிந்து நீக்க வேண்டும்.

9. கல்வி கற்பதில் சிரமம் (Learning Disorders)

இயல்பாகவே சில குழந்தைகள் ஒரு குறிப்பிட்ட வயதுவரை கல்வி கற்பதில் ஆர்வம் காட்டுவது இல்லை. சிலருக்கு வார்த்தைகளின் எழுத்தை மாற்றி எழுதும் பழக்கம் இருக்கும் (Dyslexia). (எ.கா. அம்மா என்பதை ம்அமா என்று எழுதுவது). சிலர் இடது கையில் எழுதும் பழக்கம் கொண்டுள்ளனர். பொதுவாகப் பலருக்கு மூளையின் இடப்பகுதி அதிக ஆதிக்கம் செலுத்துவதால் உடலின் வலப் பக்க கை, காலை அதிகம் பயன்படுத்துகின்றனர். சிலருக்கு அரிதாக மூளையின் வலப்பக்கம் அதிக ஆதிக்கம் செலுத்துவதால் இடக் கை பழக்கம் உண்டாகிறது. இவர்களுக்கு பொதுவாகக் கல்வி கற்பதில், எழுதுவதில் பல குறைபாடுகள் உண்டாகின்றன.

காரணங்கள்

1. மூளை வளர்ச்சிக் குறைபாடு
2. இடக் கை பழக்க வழக்கங்கள்
3. மூளைக் காய்ச்சல்
4. தலையில் அடிபடுதல்
5. கேட்கும் திறன் குறைபாடு
6. தாழ்வு மனப்பான்மை
7. அதிகவிளையாட்டுத் தன்மை
8. கவனச்சிதறல்

10. ஆட்டிசம் (Autism)

இது ஒரு வகையான மித மனவளர்ச்சிக் குறைபாட்டுக்குரிய நோய் ஆகும். மனம் சார்ந்த இந்நோயில் குழந்தைகள் சமூகத்துடன் ஒன்றி வாழ்வதில்லை. இவர்களிடம் பெரும்பாலும் நடத்தைக் கோளாறுகள் காணப்படுகின்றன. இக்குறைபாட்டை உடைய குழந்தைகள் எப்போதும் ஒரு கற்பனை உலகத்திலேயே வாழ்கின்றனர். இந்நோய் ஆயிரத்தில் நான்கு பேருக்கு உருவாகிறது. இந்நோய்க்கான அறிகுறிகள் பெரும்பாலும் இரண்டு வயதிற்குள் தோன்ற ஆரம்பிக்கின்றன. இவர்களுடைய உடல்வளர்ச்சி இயல்பாக இருக்கும்.

காரணங்கள்

மரபணு மாற்றம் (Gene Mutation) (50%) காரணமாகவும், பெற்றோர், குடும்ப உறுப்பினர்களால் தனித்து விடப்படும் சூழ்நிலைகள் (50%) காரணமாகவும் இந்நோய் உருவாகிறது.

நோய்க் குறிகள்

- கூப்பிட்டால் திரும்பிப் பார்க்காமை.
- கேள்விகளுக்கு தாயின் முகம் பார்த்துப் பதில் கூறாமை.
- அருகில் உள்ளவர்களைக் கவனிக்காமை.
- தனியே இருக்க விரும்புதல்.
- மிகக்குறைந்த அளவாக ஓரிரு வார்த்தைகளில் பேசுதல்.
- கூட்டமான இடங்களுக்குச் செல்வதைத் தவிர்த்தல்.
- விருந்தாளிகளுடன் பேசாமல் அவர்களைக் கண்டு ஓடி ஒளிந்து கொள்ளல்.
- சத்தத்தைக் கண்டு பயம் கொள்ளல்.
- ஒரே மாதிரியான செய்கைகளைத் திரும்பத் திரும்பச் செய்தல் (எ.கா.) கைதட்டுதல்.
- பொம்மைகளை விரும்பி எப்போதும் கையில் வைத்துக் கொள்ளல் (Any objects in the hand)
- மற்ற குழந்தைகளுடன் சேர்ந்து விளையாடாமை
- ஒரே மாதிரியான இசையை விரும்புதல்

இவ்வாறான குழந்தைகளுக்கு தன்னுணர்வு (Self Control) இருப்பதில்லை. இவர்கள் மற்றவர்களுடன் பழகத் தயங்குகின்றனர். இவர்களுக்கு கற்பது, கேட்பது போன்றவற்றில் குறைபாடுகள் இருக்கும்.

மருத்துவ அறிவுரை

இக்குழந்தைகளை, பெற்றோர்கள், உடன் பிறந்தவர்கள், குடும்ப உறுப்பினர்கள் அனைவரும் தனிக்கவனம் செலுத்திப் பராமரிக்க வேண்டும். இந்த மாதிரியான குழந்தைகளைச் சமூகத்தில் இருந்து ஒதுக்காமல் அவர்களின் நிலை அறிந்து அன்புடன் அரவணைத்து தக்கப் பயிற்சி முறைகளை வழங்க வேண்டும். இக் குழந்தைகளுக்கென தனியாகப் பள்ளிகள் (Special School) உள்ளன. இங்கு இவர்களுக்கு கல்வியுடன் ஏதேனும் ஒரு சிறுதொழிலும் (Occupational Therapy) கற்றுத்தரப்படுகிறது. இங்கு இந்தக் குழந்தைகளுக்கு தங்கள் வாழ்க்கையைத் தாங்களே தனித்துக் கவனித்துக் கொள்ளத் தேவையான அனைத்துப் பயிற்சிகளும் வழங்கப்படுகின்றன.

11. பயம், பதற்ற நிலை (Anxiety disorder)

இந்தக் குழந்தைகளுக்கு எதைக் கண்டாலும் பயமும், எந்தச் செயலிலும் ஒருவித பதற்ற நிலையும் காணப்படும். எனவே இவர்கள் எந்தச் செயலையும் சரியாகச் செய்ய இயலாது. பெற்றோர்களின் அரவணைப்பு இல்லாத தன்னம்பிக்கையற்ற சிறுவர்களுக்கே இந்நோய் உண்டாகிறது.

காரணங்கள்

- பெற்றோரின் அதிகக் கண்டிப்பு
- அதிக எதிர்பார்ப்பு
- மற்ற குழந்தைகளின் கேலிப்பேச்சு
- தாழ்வுமனப்பான்மை
- குற்ற உணர்வுகள்
- நோய்க் குறிகள்
- இனம் புரியாத பயம்

- தூக்கமின்மை
- கவனச்சிதறல்
- பல கனவுகள் தோன்றல்
- அதிக வியர்வை
- உள்ளங்கை, உள்ளங்கால் சில்லிடல்
- வயிறுபொருமல்
- உணவு வேண்டாமை
- தலைவலி
- உடல்சோர்வு
- அதிக வியர்வை தோன்றல்
- பள்ளிக்குச் செல்ல மறுத்தல்

மருத்துவ அறிவுரை

குழந்தைகளின் பய உணர்வைப் போக்கி, தகுந்த தன்னம்பிக்கை அளிக்கும் அறிவுரை, செயல்களைச் செய்ய வேண்டும். அவர்களின் செயற்பாடுகளைக் கேலிசெய்தல் கூடாது.

12. வீட்டிலிருந்து வெளியேறல்

சில குழந்தைகள் குடும்பச் சூழ்நிலை பிடிக்காமல், குடும்ப உறுப்பினர்களைப் பிடிக்காமல் வீட்டில் இருந்து, பெற்றோர்களிடம் இருந்து பிரிந்து தனியே செல்கின்றனர். இவர்கள் பெரும்பாலும், எந்தவித நோக்கமும் இன்றிச் செல்கின்றனர். வெளியில் சென்று இன்னல்களுக்காளாகி சிலர் வீடு திரும்புகின்றனர்.

காரணங்கள்

- குடும்பத்தில் ஒற்றுமையின்மை
- பெற்றோர்களின் அன்பு, ஆதரவின்மை
- அதிக எதிர்பார்ப்பு
- கடுமையாகத் தண்டிக்கும் தாய், தந்தையர்கள்

- கல்வியில் ஏற்படும் தோல்வி
- தீய பழக்க வழக்கங்கள்

மருத்துவ அறிவுரை

இக்குழந்தைகளைக் கண்டறிந்து அவர்களை அரவணைத்து அவர்களிடம் உள்ள திறமைகளை வெளிக்கொணர முயல வேண்டும். பெற்றோர் குடும்ப உறுப்பினர்களுக்குப் போதுமான மருத்துவ ஆலோசனை வழங்க வேண்டும்.

13. மனச்சோர்வு (Depression)

இது பெரும்பாலும் குழந்தைகள் பருவமெய்தும் வயதில் உண்டாகிறது. ஹார்மோன் மாற்றங்கள், போதைப் பொருள்களைப் பயன்படுத்துதல், இனப்பெருக்க உறுப்புகளின் வளர்ச்சி மாற்றங்கள், நண்பர்களின் பிரிவு போன்றவற்றின் காரணமாக இம்மனச் சோர்வு ஏற்படுகிறது. இதனால் கல்வி கற்கும் திறன் குறைதல், தலைவலி, உடல்வலி, பசியின்மை, தூக்கமின்மை, மனத்தடுமாற்றம் போன்றவை உண்டாகின்றன. இதற்குப் போதுமான மருத்துவ ஆலோசனைகளுடன் சில உள்மருந்துகளையும் வழங்கிச் சரிசெய்யலாம்.

14. அலைக்கழிக்கும் எண்ணம்

இந்த நோயில் குறிப்பிட்ட மன எழுச்சியின் வெளிப்பாடுகள், அறிவிற்குப் பொருத்தமற்ற எண்ணங்கள் நோயாளியிடமிருந்து வெளிப்படும். மூன்று அல்லது நான்கு வயதுக்குள் குழந்தைகள் தனது வாழ்க்கையில் பெறும் கசப்பான எண்ணங்கள், செயல்பாடுகள், குடும்பத்தில் நிலவும் சில சூழ்நிலைகள் தாயின் மிகுந்த கண்டிப்பு மற்றும் தாயினுடைய வற்புறுத்தல் மற்றும் தண்டனைகள் ஆகியவற்றின் காரணமாக பிற்காலங்களில் சில குறிகள் வெளிப்படும். (உதாரணம்) மணிக்கணக்கில் குளிப்பது, கைகளைத் திரும்பத்திரும்ப கழுவுதல் போன்ற சில காரியங்களை தன்னை அறியாமலே திரும்பத் திரும்பச் செய்தல். இந்தச் செயல்களை மற்றவர்கள் பார்க்கும்பொழுது மாறுபட்டுத் தெரியும். மேலும் இந்நோய்க்கு தகுந்த முறையில் மருத்துவச் சிகிச்சை செய்யவேண்டியது அவசியம். பிற்காலங்களில்

இந்த நோயின் தொடர்பாக சில தீயவிளைவுகள் ஏற்படலாம். இதனால் குழந்தையை வளர்க்கும் தாய் அன்புடனும் அரவணைப்புடனும் வளர்த்தல் வேண்டும். குறிகள் மிகவும் அதிகமாக இருந்தால் மன நல மருத்துவரை அணுகி தகுந்த சிகிச்சையைத் தக்கசமயத்தில் பெற்றுக்கொள்ளவேண்டும்.

ஆதார நூல்கள் (Reference)

1. Essential Pediatrics - O.P.Ghai
2. மனநல மருத்துவம்
3. பிள்ளைப்பிணி மருத்துவம்

28

நோய்த் தடுப்பு முறைகள்

மரு.T.K. கல்யாணசுந்தரம்

ஒரு நல்ல வளமான நாட்டிற்கு மிகவும் முக்கியமாக அமைவது வளரும் குழந்தைகளின் ஆரோக்கியம் ஆகும். தற்சமயம் தமிழ் நாட்டில் நோய்த் தடுப்பு மருந்துகள் பிறக்கும் எல்லாக் குழந்தைகளுக்கும் சரியான கால அட்டவணையில் ஐந்து ஆண்டுகள் வரை வழங்கப்பட்டு வருகிறது. மேலும் குழந்தைகள் மருத்துவ செவிலியர்களின் தொடர் கண்காணிப்பில் இருந்து வருகிறார்கள். இதனால் குழந்தைகள் இறப்பு விகிதம் மிகவும் குறைந்துள்ளது.

நோய்த் தடுப்பு முறைகளில் மிகவும் முக்கியமானது தாய்ப்பால் ஆகும். குழந்தை பிறந்த உடன் தாய்ப்பால் கொடுக்க ஆரம்பிக்க வேண்டும். ஆறு மாதங்கள் வரை குழந்தைகளுக்கு தாய்ப்பாலே சிறந்த உணவு ஆகும். குறிப்பாக முதல் மூன்று மாதங்களுக்கு வேறு எந்த உணவும் தேவையில்லை. தண்ணீர் கூடத் தேவையில்லை. போதுமான நீர் தாய்ப்பாலில் உள்ளது. தாய்ப்பால் எந்த நேரமும், எவ்விதச் செலவுமின்றி உடனடியாகக் கிடைப்பதால் இதற்கு நிகர் எதுவுமில்லை. மேலும் தாய்ப்பாலில் முதல் ஐந்து நாள்களில் கிடைக்கும் பால் (சீம்பால்) கட்டாயமாகக் கொடுக்க வேண்டும். சீம்பாலில் Ig A, IgG, Ig M போன்ற நோய் எதிர்ப்புச் சத்திகள் அதிகம் காணப்படுகின்றன.

குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் சுரம், வாந்திபேதி போன்ற நோய்கள் வராமல் தடுக்கும் குணம் தாய்ப்பாலுக்கு உண்டு. தாய்ப்பாலில் இருக்கக் கூடிய PABA என்ற சத்து மலேரியா, வயிற்றுவலி, கரப்பான் போன்ற நோய்கள் வராமல்

தடுக்கும். சீம்பாலில் கிடைக்கும் புரோட்டின் மிக உயர்ந்த தரத்தில் அமைந்துள்ளது. மேலும் வைட்டமின் A, C, D, E, நியாசின், போன்ற உயிர்ச் சத்துக்கள் அதிகம் காணப்படுகின்றன. மேலும் சோடியம் குளோரைடு, மாவுச் சத்துகள், கொழுப்பு, பொட்டாசியம், போன்ற சத்துக்களும் காணப்படுகின்றன. இதனால் குழந்தைகளுக்கு உடல் பருமன், இரத்தக் குழாயில் கொழுப்பு படிதல், மதுமேகம் போன்ற நோய்கள் வராது பாதுகாக்கலாம். மேலும் பிறந்த குழந்தைகளுக்கு தாய்ப்பால் கொடுப்பதால் பிறந்த சில நாள்களில் வரும் காமாலை நோயும் தடுக்கப்படும்.

வளரும் நிலையில் குழந்தைகளுக்கு தாய்ப்பால் கொடுத்தாலும் மதிய வேளையில் ஒரு முறை பசும் பால் கொடுத்தால் குழந்தை நன்கு வளரும். இதை பழைய கால வழக்கில் ஊறு சங்கு என்றும் அழைப்பர். குழந்தைக்கு எத்தனை முறை வேண்டுமென்றாலும், குழந்தை எவ்வளவு நேரம் குடிக்குமோ அவ்வளவு நேரம் கொடுக்க வேண்டும். தேவையைப் பொறுத்து பால் ஊட்டும் நேரத்தை அதிகரிக்க வேண்டும். வேலைக்குச் செல்லும் தாய்மார்கள் தங்களால் முடிந்த மட்டும் குழந்தைகளுக்கு பால் கொடுக்க வேண்டும். தேவை ஏற்படின் பாலைச் சேகரித்து குளிர்வித்து பின்பு வழங்கலாம். தாய்ப்பால் கொடுக்க இயலாத நிலையில் குழந்தைகளுக்கு பசும்பால், வெள்ளாட்டுப் பால் கொடுக்கலாம்.

உரை மாத்திரை: நோய் எதிர்ப்புச் சத்தியை அதிகரிக்க

அக்கரகாரம்	– 10 gm	கடுக்காய்த் தோல்	– 20 gm
பெருங்காயம்	– 10 gm	வசம்பு சுட்டகரி	– 20 gm
மாசிக்காய்	– 10 gm	சுக்கு	– 20 gm
திப்பிலி	– 10 gm	ஓமம்	– 25 gm
சாதிக்காய்	– 10 gm	உரித்த வெள்ளைப் பூண்டு	– 25 gm
சிற்றரத்தை	– 10gm	அதிமதுரம்	– 100 gm
மிளகு	– 10 gm		

அதிமதுரத்தை இடித்து குடிநீர் செய்து, மற்ற சரக்குகளைப் பொடித்து குடிநீரில் அரைத்து மாத்திரை செய்து உபயோகம் செய்ய வேண்டும்.

குழந்தையின் ஒரு மாதத்திற்கு மேல் உரை மாத்திரையைத் தேய்த்து, கடுகளவு காலை குளித்தவுடன் நாவில் தடவவும். பின் பால் தரவும். இது வழக்கில் சுண்டு காரம் என்று சொல்லப்படும். தேன், தாய்ப்பால் ஆகியவற்றில் வழங்கலாம்.

இந்த மருந்தில் சொல்லப்பட்ட வசம்பு நுண்புழுக் கொல்லி செய்கை உடையது. மேலும் வயிற்றில் சேரும் வாயுவை அகற்ற வல்லது.

அதிமதுரம் மலமிளக்கி செய்கை உடையது. உடலை உரமாக்கும் செய்கையுமுடையது.

வெள்ளைப்பூண்டு நுண்புழுக்கொல்லி செய்கை உடையது. வயிற்றில் சேரும் வாயுவை அகற்ற வல்லது.

மிளகுக்கு வாதத்தைக் குறைக்கும் செயல், நச்சுத்தன்மையை அகற்றும் செயல், சுரவேகத்தைக் குறைக்கும் செயல் ஆகியன உண்டு.

ஆகவே இந்த உரை மருந்துகளை 1 வருடம் வரை குழந்தைகளுக்குத் தரலாம்.

கார உருண்டை

சிறு தேக்கு, கண்டங்கத்தரி, வாய்விடங்கம் ஆகியவற்றை தாய்ப்பாலில் அரைத்து உருண்டை செய்வித்து குழந்தைகளுக்கு வழங்கலாம். இவை நோய் எதிர்ப்புச் சத்தியை ஊக்குவிக்கும்.

பசும்பால்

பசும்பால் உடலில் உள்ளே சென்றவுடன் குருதியில் உள்ள வெள்ளை அணுக்களை அதிகப்படுத்தி நோயை அணுக ஒட்டாமல் தடுக்கிறது. தாய்ப்பால் மட்டும் கொடுக்கும் பொழுது ஒருவேளை மிகக் குறைந்த அளவு ஆவின் பால் கொடுக்கலாம். இது குழந்தையின் வளர்ச்சிக்கு மிக்க பயன் தரும். ஆவின் பால் சிறந்த நோய்த் தடுப்பு உணவுப் பொருள் ஆகும்.

உரை மாத்திரை (வேறு)

வசம்பு, அதிமதுரம், அக்கரகாரம், பூண்டு, சுக்கு, காயம், மாசிக்காய் ஆகியவற்றைச் சம அளவு எடுத்து அதிமதுரக் குடிநீர் விட்டு அரைத்து உருண்டை செய்து தாய்ப்பாலில் தேவையான அளவு வயதிற்குத் தக்கவாறு உரைத்து, குளித்தவுடன் தரலாம்.

சேய் நெய்

இதனை நோய்த் தடுப்பிற்கு வழுங்கலாம். இதில் துளசி, வில்வம், வேப்பிலை, அறுகு, ஆடாதோடை, முசுமுசுக்கை, கண்டங்கத்தரி, தூதுவளை, கோவையிலை, நொச்சி, வேலிப்பருத்தி, தும்பை, ஈசுரமூலி, இண்டுகொழுந்து, கம்மாறு வெற்றிலை, நஞ்சறுப்பான், முடக் கற்றான், ஓமம், கர்ப்பூரவள்ளி, கீழா நெல்லி, அதிமதுரம், அக்கரகாரம், மூக்கரட்டை, தகரை இலை, கரிசாலை, குப்பை மேனி, கொட்டைக் கரந்தை, வல்லாரை, முருங்கை, சீந்தில், இம்பூறல் விளாங் கொழுந்து, நிலவேம்பு, ஆடுதீண்டாப்பாளை, நுணா, விஷ்ணுகிரந்தி, இலந்தைக் கொளுந்து, உருத்திராட்சம், பூண்டு, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சந்தனம், ஏலக்காய், இலவங்கம், சிற்றரத்தை, சாதிக்காய், மாசிக்காய், வசம்பு ஆகியவற்றில் பச்சை மூலிகைகள் வகைக்கு 100 gm எடுத்து இடித்து சாறு எடுக்கவும்.

காய்ந்த சரக்குகளை வகைக்கு 10gm எடுத்து சூர்ணம் செய்யவும். இரண்டையும் ஒன்றாகக் கலந்து அரைத்து அந்த எடைக்கு சம பங்கு சித்த மருத்துவ முறைப்படி செய்யப்பட்ட விளக்கெண்ணெய் சேர்த்து கொதிக்க வைத்து கடுகு பதத்தில் வடித்து எடுத்துக் கொள்ளவும். குழந்தை பிறந்த பத்தாவது நாளிலிருந்து தினமும் 1 துளி வீதம் நாக்கில் தடவவும். 1 வயது வரை இதைத் தொடர்ந்து கொடுக்கலாம்.

வைசூரி அம்மை நோய்

ஆள் காட்டிக்குருவி முட்டையை உடைத்து சட்டியில் ஊற்றி கரு நனையும் மட்டும் சம்பா புழுங்கலரிசியை மிதமாய்ப் போட்டு, அடுப்பில் ஏற்றி கருகாமல் பொரித்தெடுத்து தகுந்த குப்பியில் அடைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். அம்மைக் காய்ச்சல் கண்டவுடன், இடக்கையில் அரிசியைக் கொட்டி வலக்கையில் ஒரு பிடி அள்ளி உட்கொள்ள எல்லா வகை அம்மை நோய்களும் வராது. அம்மை நோய்களுக்குத் தற்காப்பாகவும் வழங்கலாம்.

புலிக் கொழுப்பைக் குன்றியளவு வாழைப்பழத்தில் புதைத்து உண்ண அம்மைக்கு தற்காப்பு ஆகும்.

புள்ளியுடைய செம்மறியாட்டின் இறைச்சியை அம்மை நோய் தற்காப்புக்கு மகாராஷ்டிர மாநில மக்கள் உண்ணும் பழக்கம் உள்ளது.

கக்குவான் நோய்

இந்திர கோபப் பூச்சியின் சாம்பலைச் சிட்டிகை அளவு நீரில் கலந்து காலை, மாலை உண்ண கக்குவான் நோய் தீரும். கக்குவான் நோய் தற்காப்புக்கும் இது மிகச் சிறந்த முறையில் பயன்படும்.

தேகபுஷ்டி

கோழிக்கல், கோழியின் கழுத்திலும், ஈரலிலும் கிடைக்கும். இதனை நீர் விட்டு அரைத்து சுண்டைக்காய் அளவு காலை, மாலை இருவேளை கொடுத்துவர தேகபுஷ்டியும், அதிக பசியும் ஏற்படும்.

மேலும் கோழிமுட்டையின் மஞ்சள் கருவை வேகவைத்து குழந்தையின் எட்டாம் மாதத்தில் இருந்து வழங்கலாம். ஒவ்வாமை இல்லாவிடில் வெள்ளைக் கருவையும் சிறிது சிறிதாக வழங்கலாம். இதனால் குழந்தைகளுக்கு தேகபுஷ்டி, நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி ஏற்படும். இதனாலேயே தற்சமயம் பள்ளிக் குழந்தைகளுக்கு உணவில் தினசரி முட்டை வழங்கப்பட்டுவருகிறது.

கழுதைப்பால்

மற்ற எல்லாப் பால்களையும் விட இது இனிப்பாய் இருக்கும். உடல் வெப்பத்தையும், கபத்தையும் கரைக்கக் கூடியது. கழுதைப்பாலில் உள்ள குணங்கள் அனைத்தும் தாய்ப்பாலை ஒத்துக் காணப்படுகின்றன. கருங்கிரந்தி, செங்கிரந்தி (மூச்சடைப்பு நோய்) வராமல் தடுக்க கழுதைப்பாலில் ஒரு துளி ஓணான் இரத்தம் கலந்து கொடுக்கவும்.

இளாக்குளத்து நெய்

ஒரு வகை மூலிகைகள் கலந்த நெய்யை, குழந்தையைக் குளிப்பாட்டினவுடன் 3 மி.லி. நெய் கொடுத்துவர வியாதிகள் வராமலும், ஆரோக்கியமாகவும் வளரும். ((பி.கு) திருநெல்வேலிப்பகுதியில் இது வழக்கில் உள்ளது.)

சொல்லடைவு

அக்கரகாரம் 45,97,112,134,138,143, 299, 365, 367
அக்கரசுரம் 112
அக்கரம் 106, 110,113
அக்கரம் மாந்தம் 54
அக்கிக் கரப்பான் 320
அகத்தி 165
அகத்தி எண்ணெய் 58
அகத்தி பழுப்பு 189
அகத்திக் கீரை 155,180
அகத்திக் கீரைச்சாறு 70,272
அகத்தியர் குழம்பு 219,
அகத்தியர் பாலவாகடம் 273
அகில் 117
அகில்கட்டை 50,139
அங்கூர் திராட்சை 155
அச்சரம் 104
அசாத்திய சன்னி 136,148
அசைதல் 126
அட்சரம் 75
அட்டதீபாக்கினா சூரணம் 157
அட்டுப்பு 158
அடவி 114
அடை 69
அண்ட பைரவ மாத்திரை 219
அத்தி சுரம் 88,124
அத்திக்காய் 111
அத்திக்காய்சாறு 191
அத்தித்தளிர் 189
அத்திப் பிஞ்சு 241
அத்திப்பட்டை 45,189,240
அத்திப்பழச் சூரணம் 161
அத்திப்பால் 189
அத்தியிலை 71
அத்திவெட்டை 88
அதிமதுர எண்ணெய் 32
அதிமதுர சூரணம் 133
அதிமதுர மாத்திரை 26
அதிமதுரம் 26,45,46,70,77,113,99,111, 130,132,139,143,177,188,191,298,337,365
அதிவிடய மாத்திரை 189
அதிவிடயம் 26,83,85,97,117,188
அந்தகக் கண நோய் 90
அந்தாதிக் குளிகை 63
அந்திப் புள் தோடம் 29
அப்பிரகபற்பம் 299
அபஸ்மாரம் 331
அபான வாதம் 329
அபானன் 257
அபின் 336

அம்புலிப்பருவம் 2,6
அம்மான் பச்சரிசி 36,71
அம்மானைப்பருவம் 2,6
அம்மை நோய் 8,282
அமரம் 282
அமிர்த சஞ்சீவிக் குளிகை 98
அமிர்த வாதம் 329,
அமிர்த வெண்ணெய் 292
அமிர்தநோய் 331,338
அமிர்தாதிக் குளிகை 96,113
அமீபா 246
அமுக்கரா 43,116,204,337
அமுக்கரா சூரணம் 43,156,179,204,260, 292,309
அமுக்கரா பற்று 261
அயகாந்த செந்தூரம் 309
அயச்சம்பீரக் கற்பம் 168,261,316
அயச்செந்தூரம் 168,179
அயப்பற்பம் 158,168,179.309
அயப்பிருங்க ராஜகற்பம் 168
அயப்பொடி 48,160,177316
அயம் 159,161
அயமோதம் 29
அயவீர செந்தூரம் 159,220,260,
அயோடின் 40
அர்க்க ஹராதிதைலம் 220
அர்க்கஹாரநாளிகா சூரணம் 313
அரக்குத் தைலம் 305
அரசம்பட்டை 189
அரத்தை 112
அரத்தைக்குடிநீர் 247
அரி கரப்பான் 195,208
அரிசி 69
அரிசித்திப்பிலி 78,79,294
அரிதாரம் 134
அரிப்பு 256,275,293
அருகன் தைலம் 295
அல்லி 25
அலகு வாதம் 329
அலத்திடு சன்னி 136,143
அலிப்பட்சி 20
அவரைப்பிஞ்சு 162
அவரையிலை 71
அவியல் மாந்தம் 116
அவுரி 73,75,90,114,220
அவுரி வேர் 45,73,90,220
அவுரிச்சாறு 100
அவுரியிலை 101,208
அழல் 102,175
அழல் சோபை 165
அழல் மாந்தம் 54
அழல்சுரம் 124,125
அழல்வெட்டை 88
அழற் கணம் 68
அழி தோடம் 22
அழிஞ்சில் பட்டை 214
அழிஞ்சில் வேர் 220,323
அமுக்கராக் கிழங்குச் சூரணம் 57
அழுகண்ணிக்கரப்பான் 320
அழுதல் 69,353
அள்ளு வலிப்பு 213
அள்ளு 217
அறலின்வள்ளி 114
அறியாத பருவம் 2
அறுகம் வேர் 27
அறுகீரை 161
அறுகு 367
அன்பசுரம் 124
அன்பனாதிச்சுர நோய் 128
அன்னப் பொடி 188
அன்னபவளச் செந்தூரம் 159
அன்னபேதி செந்தூரம் 47,178,309
அன்னவிடாய்ச் சுரம் 96

அனல் கரப்பான் 196
அனற்பரு 324
அனுதம்ப வாதம் 329
அனுபானம் 187,272
அஸ்கார்பிக் அமிலம் 50
அஸ்தி சுரம் 124
ஆக்கிராணம் 219,220,303
ஆகாய கருடன் கிழங்கு 132,323
ஆசனவாய் 94
ஆட்டிசம் 352, 358
ஆடாதோடை 113,221,341,367
ஆடாதோடை இலை 71,84
ஆடாதோடைக் குடிநீர் 239,247,305
ஆடாதோடைவேர் 50
ஆடுதின்னாப்பாளை 71,337,367
ஆண் தோடம் 21
ஆண் பட்சி 20
ஆந்திர வாதம் 330
ஆப்பிள் பழம் 192
ஆம சன்னி 136,140
ஆமக்கழிச்சல் 183,183
ஆமசுரம் 124
ஆமணக்கு 341
ஆமணக்கு நெய் 70,86,267
ஆமணக்கு விதை 29
ஆமணக்கெண்ணெய் 82,140,141,20,341
ஆமை ஓடு 56,71,190
ஆமையோட்டுக் கற்கம் 190
ஆயில்பட்டை 304
ஆர்பிட் 274
ஆரஞ்சு 51,281
ஆல் குளிசம் 24
ஆலம்பாலை 311
ஆலின் பட்டை 240
ஆவாரங் கொழுந்து 25
ஆவாரை இலை 71
ஆவாரை எண்ணெய் 134
ஆவாரை வேர்ப்பட்டை 134
ஆவிபிடித்தல் 303
ஆவின் வெண்ணெய் 90
ஆற்றுத்தும்மட்டிக்காய் 141
ஆனந்த கரப்பான் 196
இச்சா பத்தியம் 78
இசங்கு 147
இசிப்பு 212
இசிவு 212,323
இஞ்சி 111,147
இஞ்சி இரசாயனம் 157
இஞ்சி எண்ணெய் 58
இஞ்சிச்சாறு 97,334
இஞ்சிரசம் 180
இஞ்சித் தேனூறல் 261
இஞ்சியிலை 217
இடுப்பு நோய் 8,153
இடுப்பு வாதம் 330
இடுப்புச் சந்து 199
இண்டங்கொழுந்து 70,80
இண்டஞ்சாறு 99
இண்டம் தண்டுச்சாறு 93
இண்டு 81
இண்டு வேர் 85
இண்டுகொழுந்து 367
இதய செயலிழப்பு 164
இதயத்தசைகள் 255
இதயத்தின் வெளிவுறை 255
இதயத்துடிப்பு 49
இதயநோய்கள் 296
இதயப் பாதிப்பு 254
இந்துப்பு 95,116,130,158,157,219,342
இம்பூறல் வேர் 80
இம்பூறல் 116,367
இயமம் 213
இரச செந்தூரம் 220,299

இரசக்கற்பூரம் 145,178,210,295
இரசகந்தி மெழுகு 205,314
இரசம் 162,210,294,336
இரட்டைப் பற்கள் 308,310
இரட்டைப் பேய் மிரட்டி 89
இரணவெழுச்சி 319
இரத்தக் கசிவு 250,277
இரத்தச் சிவப்பணுக்கள் 151
இரத்தம் 274
இரவுப்பறவைத் தோடம் 21
இரும்பு 103,158,166,222
இரும்புப்பொடி 178,222
இருமல் 60,71,78,79,125,153,217,262,266,301,323
இருவாட்சி வேர் 99
இருவி 294
இருவேலி 114,142,313
இரைத்தல் 60
இரைப்பைப் புண் 150
இலந்தை இலை கற்கம் 187
இலந்தை ஈர்க்கு 189
இலந்தைக் குடிநீர் 189
இலந்தைக் கொழுந்து 367
இலந்தைச் சாறு 88
இலவங்கப்பட்டை 50,91,112,131,207,298,312
இலவங்கப்பத்திரி 97,298,315
இலவங்கப்பூ 96
இலவங்கம் 32,70,90,114,116,131, 248, 299,367
இலவம் பஞ்சு 114,248
இலவம் பிசின் 85,86
இலிங்க செந்தூரம் 259
இலிங்கப்புற்று 197
இலிங்கம் 304,316,336
இலுப்பை நெய் 140
இலுப்பை வேர் 303
இலுப்பைக் கொட்டை 130
இலுப்பைப் பிண்ணாக்கு 81
இலுப்பைப்பூ 98,132,139
இலை 114,117
இலைக்கள்ளி 208,323,326
இழுப்பு 212
இளநீர் 111,180,190,268,341
இளம் காசநோய் 65,245
இளாக்குளத்து நெய் 368
இளைப்பிருமல் 110,153
இளைப்பு 81,125,165,279,282,331
இறைச்சி 49,75,165,180,210,264,296
ஈக்கள் 273
ஈசுரமூலி 367
ஈயக்கொடி 323
ஈயக்கொழுந்து 89
ஈயக்கொழுந்துச்சாறு 82
ஈயத்துண்டு 73
ஈர்க்கு 75
ஈர்ப்புப் பருவம் 357
ஈரம் 344
ஈரரத்தை 116
ஈரல் 79,105,162,109
ஈரவெங்காயம் 118
ஈரிதழ்வால்வு 252,255
ஈருள்ளி கற்கம் 81
ஈருள்ளி 23,71,82,114,236
ஈருள்ளிச் சாறு 78,88
ஈறுகள் 308,310,315
ஈஸ்ட் 49
உச்சி குழி விழுதல் 23,32
உட்காய்ச்சல் 124,127
உட்சுரம் 66
உடல் ஆயாசம் 164
உடல் இளைத்தல் 69,78,125,126,151,164,173, 196,198
உடல் உருவம் 197

உடல் ஊதல் 174,199,258
உடல் எடைக் குறைவு 184
உடல் எரிதல் 109,197,198
உடல் கனமாயிருத்தல் 123
உடல் காய்தல் 89
உடல் குளிர்தல் 123,165,175
உடல் சோர்வு 47,67,76,92,126,152,164, 173, 184,253,301
உடல் நடுக்கம் 93,126,127,152
உடல் புண்ணாதல் 125
உடல் மஞ்சள் நிறமாதல் 125
உடல் மஞ்சளித்தல் 55
உடல் முழுதும் அரிப்பு 173,175,198
உடல் வளர்ச்சிக் குறைவு 152,270
உடல் வறட்சி 125,129,153,173,323
உடல் வியர்த்தல் 55,321
உடல் வீக்கம் 85,152,197
உடல் வெண்மை நிறமடைதல் 125
உடல் வெதும்பல் 128
உடல் வெளுத்தல் 29,69,127,153,258
உடல்கடுத்தல் 55,61
உடல்நோதல் 127
உடலில் ஆறாப்புண் 197
உடலில் கட்டிகள் உண்டாதல் 197
உடலில் குருதி குறைதல் 127
உடும்பு 222
உடைமர வேர் 336
உணவில் வெறுப்பு 67,173,123,126,186, 353
உத்தாமணி நெய் 64
உத்தாமணி 132,269,312,313
உத்தாமணி இலை 71
உத்தாமணி சமூலம் 73
உத்தாமணி வேர் 95,138,221
உத்தாமணிக் குடிநீர் 64,132
உத்தாமணிச் சாறு 56,57
உதட்டைக் கடித்தல் 127
உதடுகளில் வெடிப்பு 49
உதர வாதம் 331,329
உதானவாயு 186
உதிரக் கரப்பான் 196
உப்பல் மாந்தம் 54
உப்பிலி நெய் 189
உப்பு 86,150180,,210,250
உப்புச்செந்தூரம் 191
உப்புசம் 81
உயர் கண் அழுத்த நோய் 284
உயர்குருதி அழுத்தம் 8
உயர்ந்த கோட்டம் 98
உயர்ந்த சாதிக்கோட்டம் 100
உயிர்ச்சத்துகள் 39
உரித்த வெள்ளைப் பூண்டு 365
உருக்கிய நெய் 337
உருண்டைப் புழு 265
உருத்திராட்சம் 99,112,367
உருத்திர வாதம் 330
உரை மாத்திரை 366
உலர் திராட்சை 103
உலர்ந்த தேகம் 88
உலர்ந்த பழங்கள் 103
உலுவாய் 29
உழுந்து 341
உள் அக்கரம் 107
உள்சுரம் 124
உள்நாக்கு 25
உள்மருந்துகள் 219
உள்ளடி வாதம் 331,330
உள்ளான் 162
உள்ளி 28,80,89,114,116
உள்ளி எண்ணெய் 89
உள்ளுரோகம் 331
உளுந்து மா 313
உளுந்துத் தைலம் 260
உளை மாந்தம் 54

உளைச்சல் வாதம் 338
உறக்கம் 125,352
ஊறக்கமின்மை 351
உஷ்ணம் 186
ஊஞ்சல் பருவம் 2
ஊதல் நோய் 54,61,109,110,153
ஊது கணம் 68
ஊது கரப்பான் 197
ஊது காமாலை 174
ஊமத்தை 324
ஊமத்தை வேர் 27,137
ஊழலாற்றிப்பட்டை 209
ஊழி மாத்திரை 191
ஊறு 212
ஊன் 223
ஊன்சுர நோய் 124,127
எஃகுச் செந்தூரம் 159
எச்சிப் புள்ளுத் தோடம் 22
எச்சில் 20
எச்சில் தோடம் 21,33,34
எச்சில் மூலம் 66
எட்சி 20
எண்கணம் 98
எண்ணெய் 91,331
எண்ணெய்வித்துகள் 49,52
எதிர்ப்புத் திறன் 42
எதிர்ப்புப் பருவம் 357
எய்ட்ஸ் 245
எரி மாந்தம் 54
எருக்கம்பூ 338,143
எருக்கன் வேர்ப்பட்டை 140,214
எருக்கிலை 338
எருக்கு 221,312,341
எருமை நீர் 222
எருமை நெய் 207,270
எருமை மோர் 95,161
எருமை வெண்ணெய் 73,189
எருமைத்தயிர் 191
எருமைப்பால் 207
எலிக்காதுக் கீரை 269
எலிசெவிக்கீரை 161
எலியாலின் வேர் 221
எலும்பு மச்சை 151
எலும்பு வலி 250
எலும்பு 68,162
எலும்புருக்கி நோய் 65
எலுமிச்சங்காய் 339
எலுமிச்சம் வேர்ப்பட்டை 236
எலுமிச்சை 51,160
எலுமிச்சை பழச்சாறு 74,94,190,221,334
எழு கரப்பான் 196
எள்நெய் 341
எள் 86
என்செஃபலைடிஸ் 213
என்சைம் 182
என்புரசம் 52,129
ஏப்பமுண்டாதல் 77
ஏலக்காய் 44,367
ஏலப்பொடி 207
ஏலம் 27,32,43,45,70,77,91,111,116,131,
132,134,139,141,15 6,177,191,204,
210,236, 270,298,299,315,326
ஏலரிசி 70,134,177,210,295
ஏலாதி சூரணம் 44,179
ஏலாதி மாத்திரை 139
ஏலாதி வடகம் 94
ஏலாதிக்கற்கம் 191
ஐங்கூட்டுத் தைலம் 220
ஐய கணம் 68,69
ஐய மூக்கடைப்பு 300
ஐயசுரம் 124
ஐயம் மாந்தம் 54
ஐயவளி நாடி 167
ஒதியம் பட்டை 240

ஒரு தலை வெள்ளுள்ளி 70
ஒருதலைப்பூண்டு 267,326
ஒவ்வாத புகை 300
ஒவ்வாமை 298
ஒளி 212
ஒளிக்கதிர் 286
ஒளியம் விதை 324
ஒற்றைப்பேய் மிரட்டி 89
ஓசை 212
ஓடு கரப்பான் 195,196,198
ஓமக்குடிநீர் 64
ஓமத்தீநீர் 313
ஓமப்பொடி 56
ஓமம் 27,28,45,72,75,112,114,118,132,138,
216,266,271,298,341,365
ஓமாதியுருண்டை 64
ஓரிதழ் தாமரை 26,71,85
ஓரிதழ் தாமரை வேர் 221
ஓரிலை 315
ஓலைச்சுவடி 196
கக்குவான் 66,368
கச்சோலம் 114
கசகசா 341
கஞ்சா வேர் 137
கஞ்சாக்கடை 142
கஞ்சாங்கோரை 78,89,93
கஞ்சாவிதை 326
கஞ்சி 180
கட்டி 277
கட்டிக் கரப்பான் 196
கட்டு மாந்தம் 54
கட்டுக்கொடி 323
கட்டுவாதி மாத்திரை 191
கடல் நுரை 71,281
கடலை 49
கடிக்குட்டம் 323
கடுக்காய் 85,113,114,117,134,140,142,161,
167,178,298,340
கடுக்காய் எண்ணெய் 82
கடுக்காய் மாத்திரை 160
கடுக்காய்த் தோல் 26,50,70,75,82,131,
132,222, 340,269,312,365
கடுக்காய்த்தூள் 312
கடுக்காய்ப் பொடி 31,167
கடுக்காய்ப்பூ 133
கடுகு 132,159,165,17,214
கடுகு ரோகணி 70,71,75,100,130,
131,139,140,141,144, 141,266
கடுகுரோகணி கோட்டம் 70
கடுங்கடுகு 326
கடுத்தல் 197
கடுப்பு 323
கடுப்புக்குட்டம் 323
கண் 84,110,146,170
கண் அழுத்தம் 284
கண் ஆடி 286
கண் இமை வீங்குதல் 277
கண் இருளல் 151
கண் உலர்தல் 51
கண் எரிச்சல் 123,286,302
கண் காச மாத்திரை 288
கண் பார்வை குறைதல் 284
கண் மருந்து 135
கண்களில் நீர் பெருகல் 123,
125,278,288,298,300301,321
கண்களில் பீளை கட்டல் 301
கண்களைச் சுற்றி வலி 250,278
கண்சூச்சம் 284
கண்சிவப்பு 128,285,335
கண்ட வாதம் 329,338
கண்ட வேக்காடு 105
கண்டக் கரப்பான் 195
கண்டங்கத்தரி 50,83,85,116,117,142,
367,312

கண்டங்கத்தரி வேர் 71,80,87,133,221
கண்டங்கத்தரிச்சாறு 90
கண்டங்காலி 114
கண்டமாலை 338
கண்டாக வீங்குதல் 199
கண்டுபாரங்கி 145,222
கண்ணின் விழித்திரை 289
கண்ணுக்குக் கலிக்கம் 143
கண்பார்வை மங்குதல் 152
கண்பார்வைக் கோளாறுகள் 67
கண்பாவை 285
கண்புரை 287
கண்வலித்தல் 277
கண்விழியில் புண் 51
கண நோய் 66
கணங்கள் 99
கணச்சுரம் 124
கணச்சூடு 185
கணப்பூண்டிலை 71
கணப்பூண்டு 133,189
கணம் 65,136
கணம் நோய் 67
கணம் மாந்தம் 54
கணிதவேதி 112
கணுக்கால்களில் வீக்கம் 164
கணை வாதம் 330
கணைக் கழிச்சல் 183,185
கணைநோய் 182
கணைப்புள் தோடம் 21
கத்தரிப் பிஞ்சு 162
கத்தூரி 97,137
கத்தூரி கருப்பை 247
கத்தூரி மஞ்சள் 78,97,132,161,146,210,
216,295,336
கந்தக இரசாயனம் 204,314
கந்தக மாத்திரை 205
கந்தகசுடர்தைலம் 220
கந்தகப் பற்பம் 205
கந்தகம் 134,158,210,295
கபம் 71,131
கப குளிர்வாத சுரம் 124
கப வெளுப்பு 151
கபக் கரப்பான் 195
கபசுரம் 124
கபபித்தசுரம் 124
கபவாதநாடி 154
கபாட மாத்திரை 191
கபால சூலை 69
கபாலக் கரப்பான் 195
கபாலி அக்கரம் 105,107
கம்புப்பிசின் 87,208
கம்பு 296
கர்க்கடக சிருங்கி 50
கர்ணிக வாதம் 329,331,336,337,338
கர்ப்ப மாந்தம் 54
கர்ப்பச்சூடு 65
கர்ப்பூரவள்ளி 113,116,117,118,210,236,237
கரண்டை வாதம் 338
கரந்தை 267
கரப்பான் 96,193,223
கரப்பான் தைலம் 210,295
கரப்பான்பட்டை 207
கரிசலாங்கண்ணி 85
கரிசலாங்கண்ணிச் சாறு 84,337
கரிசலாங்கண்ணியிலை 96,115
கரிசாலை 161,166,178,326,367
கரிசாலை கற்கம் 96
கரிசாலைக் குடிநீர் 166
கரிசாலை லேகியம் 160
கரிசாலைச் சாறு 45,90,334
கரிசாலைச் சூரணம் 48
கரித்தண்ணீர் 185
கரிப்பான்வேர் 323
கருங்கரப்பான் 195

கருங்காலி 324
கருங்காலி வேர்ப்பட்டை 191
கருங்காலிப்பட்டை 45,304
கருங்குட்டம் 323
கருங்குறிஞ்சி வேர் 340
கருஞ்சிரகம் 70,71,75,112,130, 133,138, 207, 216,222,266,312,326,337
கருஞ்சூரை வேர் 337
கருட முட்டை 36
கருடங்கிழங்கு 141
கருந்துளசி 96
கருந்துளசி இலைச் சாறு 203
கருநாபி 294
கருநீர்ப்பறவைத் தோடம் 21
கருநொச்சி 72,323
கருநொச்சிச்சாறு 90,98,155,208,209
கருநொச்சியிலை 71,208
கருப்பட்டி 103
கரும்புச்சாறு 180
கருவாடு 180,223
கருவிலாஞ்சி 337,341
கருவிழி நோய்கள் 281
கருவிழி புண்ணாதல் 288
கருவேல் 323,341
கருவேலம்பட்டை 99
கருள் வாதம் 329
கல் 150
கல்நார் 97,99,112,335
கல்மாந்தக் குறிகுணம் 64
கல்லீரல் 51,126,152170,250
கல்லீரல் நோய்கள் 296
கல்லீரல் வளர்ச்சி 129
கல்லீரல் வீக்கம் 41,150
கல்லுப்பு 187
கலிக்கம் 219
கவனக் குறைவு 223
கவனச்சிதறல் 358
கவிச்சு 75,86
கவிழ்தும்பைச்சாறு 90
கவுதாரி 162
கழஞ்சு 112
கழற்சி எண்ணெய் 219
கழற்சிச் சாறு 267
கழற்சிப் பற்று 261
கழற்சிக் கொழுந்து 101
கழற்சியிலை 208,209
கழற்சிவேர் 323
கழி மாந்தக் குறிகுணம் 63
கழிச்சல் 22,41,61, 66,114, 129,153, 165,176,182,183
கழிச்சல்சுர நோய் 182,124,125
கழுத்து இறுக்கம் 67
கழுத்து வீங்குதல் 79
கழுத்து 23,199
கழுத்துக் கழலைகள் 250
கழுதை லத்திச்சாறு 208
கழுதைச் சாணம் 210
கழுதைப்பால் 368
கற்கடகசிங்கி 45,83,97
கற்கண்டு 44
கற்பூரம் 150,210,295,299
கற்பூராதித் தைலம் 260
கற்றாழை 82
கற்றாழை எண்ணெய் 88
கற்றாழை நீர் 31
கற்றாழைச்சாறு 31,88,94
கறிமஞ்சள் 161,176
கறியுப்பு 158
கறிவேப்பிலை 75,162,188
கறிவேப்பிலை சூரணம் 157
கறுத்த அக்கரம் 108,109
கறுத்தப்பூக்கொடி 113
கறுப்புக் கம்பளம் 214
கன்ன வாதம் 329,331

கனவுகள் 351,353
கஸ்தூரி 111,145,148
கஸ்தூரி கருப்பு 239
கஸ்தூரி மஞ்சள் 146,208,305
கஸ்தூரி மாத்திரை 240
கஷ்ட சாத்தியம் 110
கஜசல் 217
காக்கடுவன் 114
காக்கை 222
காக்கை முட்டைக் கரு 216
காக்கை வலிப்பு 212
காக்கைக் கொழுப்பு 216
காக்கைப்பிச்சி 216
காசநோய் 67,129
காசம் 129,331
காசினி விதை 241
காஞ்சொறி வேர் 118,134
காட்டாத்தி 309
காட்டாத்திப்பூ 191
காட்டாத்திப்பூ குடிநீர் 191
காட்டுக்குருவி முட்டை 367
காட்டு ஏலக்காய் 180
காட்டு மல்லிகை 82
காட்டு மல்லிகை வேர் 73,83
காட்டுக்குறிஞ்சான் 221
காட்டுச்சீரகம் 210,295
காட்டுமல்லி இலை 82
காடி 159
காடிக்காரம் 283
காடிகார செந்தூரம் 191
காடை 162
காதில்வலி 323
காது 84
காது அடைத்தல் 301
காது நோய்கள் 292
காதுகுடைதல் 302
காதுமந்தம் 323
காந்தசெந்தூரம் 168,179
காந்தபற்பம் 159
காந்தம் 158
காந்தல் வாதம் 330,331
காந்தள்கிழங்கு 326
காப்புப் பருவம் 2
காமாலை 8,129,169
காய் 116,118
காய்கறிகள் 103
காய்ச்சல் 217
காய்ச்சுக்கட்டி 99,312
காயம் 216,366
கார்ப்பு 201
கார்போகரிசி 210,295,337
கார்போகி 75
கார உருண்டை 366
காரம் 180,244
காரீயம் 213
காரைப் பழம் 101
காவட்டம்புல் 71
காளைப்பருவம் 3
கிச்சிலிக்கிழங்கு 50,70
கிட்டப்பார்வை 178,287
கிரந்திநாயகம் 114,208
கிராணி 112
கிராம்பு 43,71,89,113,132,139,144, 156, 204, 216,312
கிருமிகள் 272,290
கிலுகிலுப்பை 80,114,116
கிளாமைடியா 279
கிளுவை எண்ணெய் 99
கிளுவைப்பட்டை 99
கீரை 51
கீரைப்பூச்சி 265,268
கீழ்க்காய் நெல்லி 36
கீழ்நோக்குங்கால் 186,258
கீழ்ப்பாய்ச்சல் 338

கீழாநெல்லி 50,71,166,176,178,313,367
கீழாநெல்லி கற்கம் 177
கீழாநெல்லி வேர் 190
கீழாநெல்லிக் குடிநீர் 176
கீழாநெல்லிச் சமூலம் 84,177
கீழாநெல்லிச் சாறு 45,86,176
கீழாநெல்லிவேர் கற்கம் 188
குக்கியனல் 121
குக்கில் 336
குக்கில் பற்பம் 168,179
குங்குமப்பூ 97,111,138,214,299
குச்சி 297
குட்டி விளா இலை 71
குட்டிக்காய்ச் சாறு 141
குட்டிக்குமிழ் வேர் 221
குட்டிவிளா வேர் 73,146,221
குடல் இரைதல் 61
குடல் உறிஞ்சிகள் சுருங்குதல் 152
குடல் புரட்டல் 152
குடல் வாதம் 329
குடற்கிருமி 264,271,365
குண்டி அக்கரம் 105,115
குணபாடம் 273
குதிரைக் குளம்புச் சீவல் 214
குதிரைவாலி 116
குப்பைமேனி 81,189,269,326,367
குப்பைமேனிச் சாறு 247
குப்பைமேனியிலை 208,209,270
குப்பைமேனிவேர் 99
கும்ப வாதம் 329
கும்மட்டி மெழுகு 219
குமட்டிக்காய் 78,208
குமரி அக்கரம் 105
குமரிச்சாறு 91
குமிழ் 93
குரல் கம்மல் 55,88,129,153,198,301
குரு நோய் 225
குருதி 300
குருதி உறையாமை 292,296
குருதி மூக்கடைப்பு 300
குருதிச்சன்னி 322
குருதிச்சூலை 321
குருதிசுரம் 124,127
குருதிப்பரு 324
குரும்பை எண்ணெய் 91
குரோசணிஓமம் 97
குரோமோசோம் 164,288
குலை எரிவு 77
குவளையிலைச் சாறு 209
குவாஷியர்க்கர் 41
குழவிப்பருவம் 3,324
குழியாடி 287
குழிவிழுதல் 186
குளி தோடம் 22,36
குளிசம் 30
குளிப்பாட்டல் 34
குளிர் காய்ச்சல் 79
குளிர் சன்னி 144,136
குளிர் வாத சுரம் 124
குளிர்சுரம் 124,197
குறுந்தொட்டி 313
குன்றி விதை 323
குன்றி 80
குன்றிக் கற்கம் 189
குன்றிப் பருப்பு 333
குன்றியிலை 208
கூகைநீர் 44,156
கூத்தன் குதம்பை வேர் 89,221
கூம்புகள் 289
கூலம் 112
கூவை மாவுக் கஞ்சி 243
கெம்பீர வாதம் 329, 332
கெர்ப்ப தோடம் 22
கெரட் டோமலேசியா 281,288

கெருடகண் தோடம் 22
கேசரி லேகியம் 261,309
கேடடைந்த பரவுகால் 258
கேரட் 281
கேழ்வரகு 162
கை சூப்புதல் 356
கை வைத்தியம் 248
கைப்பு 201
கையாந்தகரை 166
கையான் 85
கொக்கிப் புழு 265,270
கொசு 273
கொட்டாவி 123,344
கொட்டைக் கரந்தை சூரணம் 204
கொட்டைக் கரந்தை 83,367
கொடிமுந்திரி 139
கொடிவேலி வேர் 221
கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை 161,214
கொத்தமல்லி 46,97,116,117,190
கொத்தான் வேர் 141
கொதிப்புக் கணம் 68
கொதியெண்ணெய் 116
கொய்யா 51
கொழுப்புச்சத்து 39
கொள்ளிக் கரப்பான் 195,198,199,320
கொள்ளு 159,341
கொள்ளுக்காய் 70
கொளிஞ்சி 216
கொளிஞ்சி வேர்ப்பட்டை 73,95
கொன்றை 113,176
கோட்ட கத தோடம் 67
கோட்டம் 70,77,78,91,112,117, 133,298, 299,313
கோட சன்னி 136
கோடாசுழி 130
கோடாசூரி 258
கோபம் 69
கோராம சன்னி 136,141
கோரைக்கிழங்கு 26,50,70,85,114132, 133, 188,236, 241
கோரோசனை 33,27,70,79,97,111,113, 130,132, 138,242,,299
கோரோசனை கருப்பு 239
கோரோசனை மாத்திரை 33,61,139,240, 299
கோரோசனைக் கற்கம் 33
கோரோமச் சன்னி 141
கோலிக்குண்டு 297
கோவை 324
கோவையிலை 367
கோழி 103,162
கோழிக்கறி 180
கோழிமுட்டை 145
கோழிமுட்டைத் தைலம் 142
கோழியவரை 75,210
கோழியவரை இலை 71,83,326
கோழை 81,215
கோளங்கள் 289
கோஷ்டம் 45,46,138,142,337
சக்கர வாதம் 330
சக்திச்சாரணை வேர் 132,139,221
சங்கங் குப்பியிலை 71
சங்கங்குப்பிச் சாறு 208
சங்கம் வேர்ப்பட்டை 214
சங்கன் வேர் 73,75,139,140,177,220
சங்கன்குப்பி 179,204,209
சங்கு 81,132
சஞ்சீவி மாத்திரை 57
சட்டைக் கரப்பான் 195
சடாமாஞ்சில் தைலம் 220
சடாமாஞ்சில் 113,134,139,298
சண்ட ரசபற்பம் 220
சண்பகப்பூ எண்ணெய் 79
சண்பகப்பூ 32,79,100,222

சண்பகமொக்கு 133,298
சத்துணவுக் குறைபாடு 283
சதக்குப்பை 114,222,298,323,337
சந்தனத்தூள் 100,132
சந்தனம் 50,91,139,142,236,313,335,367
சந்தி புள் தோடம் 22
சந்தி மாந்தம் 54
சந்திக தோடம் 68
சப்பாணிப் பருவம் 2
சப்போட்டா 162
சம்மட்டி 114
சமுத்திராப் பழம் 335
சயநோய் 65,66
சர்க்கரை 43,100,156,204
சரக்கொன்றை வேர்ப்பட்டை 134
சருமகுட்டம் 323
சருமம் 323
சலதோடம் 66
சவுக்காரபீச்சு 219
சளி 66,213,262
சளிச் சோதனை 102
சளிச்சவ்வு 49,302
சன்னி 112,114,129,136,331
சன்னி நாயகம் வேர் 114,116,139
சன்னி வாதம் 329,330
சன்னிசூலை 321
சன்னிவிதை 116
சாணாக்கியிலை 101
சாத்திர வேதி 77, 96,98,112,130,191
சாத்துக்குடி 51,281
சாதி கோட்டம் 341
சாதிக்காய் 32,45,46,70,93,112,131,144, 216,222,241,299,365,367
சாதிபத்திரி 32,45,70,79,99,115
சாதிலிங்கம் 114
சாந்த சந்திரோதயம் 178,240
சாம்பல் 150,163
சாம்பிராணி 139
சாமை 296
சாரணை 114,140
சாரணை லேகியம் 76
சாரணை வேர் 82,220
சாரணை வேர்ப்பட்டை 76
சாரணைக் காய் 76
சாரணைக் குடிநீர் 206
சாரம் 201
சானகிப்பூண்டு 89
சிங்கமுக எரி கரப்பான் 196
சித்தரத்தை 116,143
சித்தாதி எண்ணெய் 219
சித்திர மூலம் 337,341
சித்திரப்பாலை 324
சித்திரமூல வேர்ப்பட்டை 72,133,142
சிரங்கு 199
சிரங்கு கரப்பான் 196
சிரித்தல் 353
சிருங்கி பற்பம் 239,261
சிரோசிஸ் 281
சிலாசத்து பற்பம் 179,239
சிலேத்தும கரப்பான் 196
சிலேத்தும வாதம் 331
சிலேத்துமம் 142
சிலேற்பன குடோரம் 124
சிலேற்பன சன்னி 136
சிலேற்பன சுரம் 124
சிலேற்பன வாதம் 329
சிவகரந்தை 85
சிவத்தல் 275
சிவதை 114,140
சிவதை வேர் 83,155,167,266
சிவந்த அக்கரம் 105,108,109

சிவந்த கண் 278
சிவப்பணு வண்டல் 257
சிவப்பணுக்கள் 170
சிவப்புக் குக்கில் தைலம் 260
சிவனார் அமிழ்தம் 205,294
சிவனார் வேம்பு 141,220,313,323
சிற்றரத்தை 45,133,137,157,222,323, 340,365,367
சிற்றாமணக்கு இலை 217
சிற்றாமணக்கு எண்ணெய் 72,74,78,90,209
சிற்றாமணக்கு நெய் 71,89,190
சிற்றாமணக்கு விதை 324
சிற்றாமுட்டி 116,134,309,341
சிற்றாமுட்டி வேர் 45,50,334,340
சிற்றாமுட்டித் தைலம் 260
சிற்றில் பருவம் 2
சிறாய் மூக்கடைப்பு 300
சிறிய கண் பாவை 285
சிறிய நீர்க்கட்டிகள் 305
சிறியம்மை 226
சிறு அம்மான் பச்சரிசி வேர்ப்பட்டை 134
சிறு ஊமத்தை 323
சிறு ஓணான் 222
சிறு காளயிலை 148
சிறு சுரம் 253
சிறு பருவம் 3
சிறுகடலாடி வேர் 341
சிறுகண்டங்கத்தரி 179
சிறுகனா இலை 138
சிறுகாஞ்சொறி வேர் 116,117
சிறுகாஞ்சொறி 117
சிறுகீரை 90,143,161
சிறுகீரை இலை 71
சிறுகீரை விதை 241
சிறுகீரை வேர் 73,84
சிறுகீரைச்சாறு 45
சிறுசின்னி 28
சிறுசின்னியிலை 71
சிறுசெருப்படை 75
சிறுசெருப்படைச்சாறு 45
சிறுதிப்பிலி 83,117,345
சிறுதேக்கு 112,142,345
சிறுதேர் பருவம் 2
சிறுந்தலைச்சூடிப் புல் 341
சிறுநாகப்பூ 43,70,156,131,156, 204, 298,315
சிறுநீரக நோய்கள் 164
சிறுபறை பருவம் 2
சிறுபீளை 313
சிறுபீளை இலை 84
சிறுபீளை நெய் 270
சிறுபுள்ளடி 36, 101,341
சிறுபுள்ளடி இலை 71
சிறுபுள்ளடி எண்ணெய் 101
சிறுபுள்ளடி வேர் 220
சிறுவழுதுணை 142,315
சின்னி 28,83,221
சின்னிக் குளிசம் 28
சின்னித் துவாலை 29
சின்னியிலை 209
சீக்கராம் பட்டை 80
சீதக்கழிச்சல் 175
சீதசுரம் 124
சீதபேதி 23,114
சீந்தில் 29,116,236,324,367
சீந்தில் குடிநீர் 57
சீந்தில் கொடி 50,71,83,84
சீந்தில் சர்க்கரை 99
சீந்தில் தண்டு 142
சீயெழுச்சி 319
சீரகக் குடிநீர் 24

சீரகச் சூரணம் 155,179
சீரகம் 24,45,7071,116,117,131,140, 157,166, 177,188,190,241,298
சீரோசிஸ் 281
சீழ் 274,300
சீழ் மூக்கடைப்பு 300
சீழ்ச்சன்னி 322
சீனாக்காரம் 342
சுக்காதிச் சுரசம் 56
சுக்கு 28,43,70,111,116,131,132,137, 142,156,166,177,17 8,188, 203,214, 216,241 ,248,267,294,312,335, 365, 367,340,341
சுக்குத் தைலம் 305
சுட்ட வசம்பு 73,75,138,148
சுட்ட வசம்புக் கரி 132
சுண்டு வாத நோய்க் குறிகள் 339
சுண்டு வாதம் 329,331
சுண்டை வற்றல் சூரணம் 188
சுண்டை வேர்த் தோல் 115
சுண்டைவேர் 303
சுண்ண எழுதுகோல் 297
சுத்தி செய்த அயப்பொடி 160
சுத்தி செய்த மண்டூரம் 166,178
சுத்தித்த ஏலம் 134
சுத்தித்த கடுக்காய் 315
சுத்தித்த பரங்கிச் சக்கை 203
சுயநினைவு 353
சுயமாக்கினி செந்தூரம் 159
சுர நோய் 121
சுர வலிப்பு 213
சுரங்காய்தல் 61,85, 86,126,127,184,250,318
சுரச்சூலை 321
சுரம் 8,31,60,77,9 4,112,121,173,185,245, 254,266,292,298, 323,331
சுரம் மாந்தம் 54
சுரவெழுச்சி 319
சுரவேகம் 213
சுரை இலை 71
சுரைக் கொடி 241
சுவையின்மை 123,152,175,250,270
சுழல் ஐயநாடி 167
சுழி மாந்தம் 54
சுழிக் கணம் 68,81,83
சூரத்தாவரை 85,86
சூரத்து கடுக்காய் 167
சூல் வலிப்பு 8
சூல்வலி முற்குறி 8
சூலி அக்கரம் 105
சூலிக் கணம் 68
சூலை வாதம் 330,331
சூலை வேக்காடு 105
சூலை 129,331
சூலைக் கரப்பான் 195,197
செங்கடுகு 326
செங்கண் புள் 31,32
செங்கண்ணன் தோடம் 22
செங்கத்தாரி 85,114
செங்கத்தாரி நெய் 116,220
செங்கரப்பான் 195,196
செங்கழுநீர் 85
செங்கழுநீர்க்கிழங்கு 116
செங்கீரைப்பருவம் 2,4
செங்குட்டம் 323
செங்கொட்டைக்கரந்தை வேர் 323
செஞ்சந்தனம் 112,114,304
செண்பகப்பூ 70,113,116
செந்தூரம் 191
செந்நாயுருவி இலை 71
செந்நீரெழுச்சி 319
செந்நீர் 201

செப்டிசீமியா 213
செம்பருத்தி விதை 304
செம்முள்ளி 81
செம்முள்ளிச் சாறு 82
செம்மை 95
செரியாமை 84,173,214
செரியாமை மாந்தம் 54,58
செரியாமை விக்கல் 321
செருப்படி 89
செவ்வரத்தை 114
செவ்வல்லிக்கிழங்கு 167
செவ்வல்லி 114,116
செவ்வல்லிக் கொடி 87
செவ்வியம் 97,222
செவி அழற்சி 318
செவி எழுச்சி 319
செவிக்கரப்பான் 319
செவிக்குட்டநோய் 323
செவிச்சூலை 320
செவிப்பரு 324
செவிப்பறை 317
செவியை அடைக்கும் குரும்பி 324
சென்னக்காய் எண்ணெய் 341
சேத்துமக் கரப்பான் 195
சேராங்கொட்டை 323
சேனைக்கிழங்கு 296
சொரி 196
சொள்ளு நீர் 105
சொறி கரப்பான் 196,320
சோகம் 93
சோதி அக்கரம் 105
சோதிரிஷித் தைலம் 220
சோபை 129,163,169
சோம்பு 112,130,241,266
சோம்பல் 338
சோர்வு 250,323
சோரைசுரம் 124
சோளம் 296
சோற்றாவி 244
சோற்றுப்பு 187
ட்யூட்ரனோபில்பா 289
டியூபர் குலின் 102
டெங்கு காய்ச்சல் 250
டெட்டானஸ் 213
டெலின்ஸ் நோய் 164
தக்காளி வேர் 23
தக்காளி 51,103
தக்கோலம் 97,112
தகரை 72,133
தகரை இலை 71,367
தகரைச்சாறு 91
தங்க செந்தூரம் 239
தங்க பற்பம் 239,260
தசமூலக் குடிநீர் 206
தசன பொடி 313
தசைவலி 250
தட்டம்மை 66,226,228
தட்டைப்புழு 265
தடிக் கரப்பான் 196
தடிப்பு 196
தடுதாழை 216
தண்டுவடம் 68
தண்ணீர் விட்டான் 143
தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு 87
தண்ணீர்விட்டான்நெய் 305
தந்திரம் 248
தயிர் 111
தராவேர் 132,137
தலை புரட்டல் 77,89
தலை மாந்தம் 54
தலை முழுக்குத் தைலம் 305
தலைச்சுற்று 69,151,164,301
தலைநோய் 79
தலைப்பிடிப்பு 69

தலைமுழுதும் சுரம் 323
தலையில் அடிபடுதல் 354
தலையில் கட்டிகள் 357
தலைவலி 67,105,109,123,164,198, 199,250,286, 288292,318,361
தவசி முருங்கை 141
தவிடு 163
தழுதாழை 338
தன்வினை 102
தன்னுணர்வு 359
தாக வாதம் 329
தாகம் 23,26,69,93,251,323
தாதுஉப்புகள் 39,103
தாந்திரீக சன்னி 136,142
தாபசுரம் 124
தாபிதம் 67,105
தாமரை 85
தாமரை வளையம் 99
தாமரைச் சாறு 208
தாய்ப்பால் 90
தாலாட்டுப் பருவம் 2
தாலாஸ்மியா 173
தாழை விழுதுச்சாறு 46,190
தாளகம் 336,340
தாளிக்கீரை 161,324
தாளிசபத்திரி 44,45,97,132,139,156,298
தாளிசம் 46
தாளிசாதி சூரணம் 157,298
தாளியிலை 71
தான்றி 117
தான்றிக்காய் 161,167,178,312
தான்றிக்காய்த் தோல் 86,90,91,97,269
திட்டு மாந்தம் 54
தித்திப்பு 69
திப்பிலி 33,43,50,71,72,111,116, 131,132,134, 138 ,156,177,188,204, 216,248,270 ,298,299,312,315,342, 365,367
திப்பிலி இரசாயனம் 305
திப்பிலி மூலம் 76
திப்பிலிக் கட்டை 216,298
திப்பிலிப் பொடி 143
திப்பிலிப்பட்டை 143
திப்பிலிவேர் 50
திமிர் 109
திமிர்பூச்சிகள் 272
திமிர்வாதக் கரப்பான் 195
திராட்சாதி 202
திராட்சாதிக் குடிநீர் 155
திராட்சை 50,98
திரிகடுகு 45,114,133,147,157,336
திரிகடுகு சூரணம் 157,179,305
திரிபலா 44,157
திரிபலா சூரணம் 111,203,313
திரிபலா மாத்திரை 259,312
திரிபாலை 341
திருகு கள்ளிப்பால் 70
திருகுக்கள்ளி வேர் 87
திருகுக்கள்ளி 208,338
திருகுக்கள்ளிச் சாறு 209
திருநீறு 150
திவளை வாதம் 329
தினவு 69,196
தீரா சன்னி நோய் 145
தீராத ஆமசுரம் 124,126
தீவினைகள் 19
துட்டெடை 146
துத்தி வேர் 36
தும்பை இலைச்சாறு 155
தும்பை வேர் 95,248
தும்பை 147, 367
தும்பைச் சுரசம் 57
தும்பைச்சாறு 247,333
தும்பைப் பக்குவ மோர் 95
தும்பையிலை 217

தும்மல் 297,343
துமட்டிக்காய் 75
துருசு 81
துருசு செந்தூரம் 220
துலை மாந்தம் 54
துவர்ப்பு 150,201
துவரை இலை 71
துளசி 72,75,147,367
துளசி இலை 71,86,87,217
துளசி எண்ணெய் 78
துளசிக் குடிநீர் 239
துளசிச் சாறு 78,82,248
தூக்கம் 110
தூக்கமின்மை 125,164,292,360
தூங்கு புள் தோடம் 22,27
தூதுவளை 81,113,114,210,367
தூதுவளை இலை 71,116,118,270
தூதுவளை சமூலம் 82,83
தூதுவளை வேர் 86,87,117,133,146,221
தூதுவளைச் சாறு 82,155
தூரப்பார்வை 287
தென்னம்பூ 45
தென்னம்பூச்சாறு 46
தென்னை இளம் மட்டைச் சாறு 341
தேகபுஷ்டி 368
தேகம் இளைத்தல் 25
தேங்காய் 69,178,244
தேங்காய் எண்ணெய் 341
தேங்காய்ப்பால் 85,111,333
தேமற்கரப்பான் 320
தேரை 20
தேரை தோடம் 21,22
தேவதாரம் 26,139,334,341
தேவதாரு 132,312
தேவதாருகட்டை 304
தேள் கொடுக்கிலைச்சாறு 210
தேற்றாங்கொட்டை 44,90,157
தேற்றாங்கொட்டை லேகியம் 44,157,261, 293,309
தேன் 43,76,78,161,219,242
தையமின் 49
தொடை 95
தொண்டை 78
தொண்டைக் கரகரப்பு 253
தொண்டைக்கட்டு 83
தொண்டைப் புண் 262
தொண்டைவலி 253,262,292
தொலைப்பார்வை 286
தொழுநோய் 278,282
தொற்று நோய்கள் 8,20,104
தோட சன்னி 145
தோட மாந்தம் 54
தோடக் கரப்பான் 195,198
தோடக் கழிச்சல் 183
தோடம் 19,20,77,99,348
தோடமாந்தக் குறிகுணம் 63
தோல் 169
தோல் சீவிய சுக்கு 78,86,187
தோள் 23
தோள்பட்டை 126
நகக்கண் 152,170,173
நசியம் 219,220,303
நஞ்சறுப்பான் 367
நஞ்சறுப்பான் வேர் 336
நஞ்சுசுரம் 124,134,217
நஞ்சுப்பொருள் 163
நடுக்கம் 22,109,123,321
நடுச்செவி அழற்சி 325
நடுச்செவி 317
நண்டுக்கல் பற்பம் 168
நத்தை சூரி 312,313
நத்தை பற்பம் 191
நந்தி புள் தோடம் 22
நந்தியாவட்டை வேர் 83
நந்தியாவட்டைப் பூ 242

நரிபயற்றங்கொடி 71
நல்ல பாகல் 221
நல்லெண்ணெய் 37,52,100,101,140, 244, 312, 334
நல்வேளைச்சாறு 189
நல்வேளையிலை 189
நவாச்சாரம் 168,295
நற்சங்கஞ் சாறு 82
நற்சீரகம் 87,116,133,141,166,18,234, 298
நன்னாரி 37,114,116,143
நன்னாரி குடிநீர் 73
நன்னாரி நெய் 37
நன்னாரி வேர் 70,73,98,132,139,207, 221
நன்னாரி வேர்பட்டை 208
நா வெளுப்பு 105
நா வேக்காடு 105
நாக்கசப்பு 173
நாக்கு 49,69,85,148,152,170,175
நாக்கு வாதம் 329,331,340
நாக்குப்புண் 49,78,112
நாக்குப்பூச்சி 265
நாக வாதம் 331
நாகப்படலம் 281
நாட்டுச் சர்க்கரை 348
நாடிநடை 95,167,175,201
நாபி 131,144,336
நாய்த்துளசி வேர் 83
நாய்ப்பாகல் 221
நாய்வேளை இலை 71,189
நாய்வேளை வேர் 146
நாய்வேளை வேர்ப்பட்டை 85
நாயுருவி 113
நாயுருவி நெய் 270
நாயுருவி வேர் 99,166
நாயுருவிச் சாறு 90,97
நாரத்தை 75
நாரத்தை ஈர்க்கு 189
நாரத்தை லேகியம் 50
நாரி கேனாஞ்சன மை 288
நாரிகேள தைலம் 318
நாவல் தளிர் 71
நாவல்பட்டை 45,73
நாவறட்சி 77,123,125,186,197,253,321
நாவேக்காடு 66
நாழிகைச் சாறு 116
நாளமில்லா சுரப்பிகள் 163
நாற்றம் 212
நிணக்கழிச்சல் 150
நிமோனியா 314
நியமம் 213
நியூமோகாக்கை 325
நிலக்கடம்பு 208
நிலக்கடம்புச்சாறு 209
நிலக்குமிழ் 71,114
நிலக்குமிழ் வேர்ப்பட்டை 134
நிலக்குமிழ்சாறு 100
நிலக்கடம்பிலை 71
நிலத்துளசி 93
நிலத்துளசிச் சாறு 78
நிலப்பனங்கிழங்கு 132,139,324
நிலப்பனை 114
நிலவிளா 28
நிலவேம்பு 216,259,367
நிலவேம்புக் குடிநீர் 206,219,239
நிலாச்சோறு 354
நிலாவரைச் சமூலம் 203
நிலாவாரை 266
நிலைப்பற்கள் 307
நிவாரணி 258
நீதி அக்கரம் 105
நீர் எழுச்சி 319
நீர் ஒழுகல் 293
நீர் மாந்தம் 54
நீர் முள்ளி விதை 242

நீர் மூக்கடைப்பு 300
நீர் வடிதல் 199
நீர் வாதம் 331,329
நீர் வேட்கை 197
நீர்க் கணம் 68
நீர்க் கரப்பான் 196,320
நீர்க்கசிவு 256
நீர்க்கட்டு 257, 332,344
நீர்க்கண மாந்தம் 54,62
நீர்க்குறி 200
நீர்க்கோவை 297, 299
நீர்க்கள்ளிப்பூ 167
நீர்ச்சன்னி 322
நீர்ச்சுண்டி 68,179
நீர்ச்சுண்டிவேர் 209
நீர்ச்சூலை 321,322
நீர்த் தோடம் 22
நீர்ப்பரு 324
நீர்ப்பாடு 96
நீர்ப்புல்லாந்தி 114
நீர்ப்புள் தோடம் 22,30,31
நீர்ப்பூலா 25,324
நீர்ப்பேதி 78
நீர்பாய்தல் 297
நீர்போல் கழிதல் 185
நீர்முள்ளி 75,141,210,166,178
நீர்முள்ளிக் குடிநீர் 167,179,241
நீர்முள்ளிச் சமூலம் 84
நீர்வள்ளி 324
நீர்வேட்கை 22,86,125,152,165,175,301
நீரடிமுத்துப் பருப்பு 210,295
நீராடல் பருவம் 2
நீரிழிவு 278,287
நுங்கு 111
நுணா 81,367
நுணா இலைச்சாறு 58
நுணா ஈர்க்கு 132
நுணா எண்ணெய் 74
நுணாச் சாறு 82
நுணாத்தளிர் 71
நுணாப்பட்டை 207
நுணாபட்டைச்சாறு 74,91
நுணாயிலை 93,209
நுரையீரல் 67
நெஞ்சு 25,78
நெஞ்செரிதல் 79
நெய் 52,94,111,145,187
நெய்க்குறி 200
நெய்க்கொட்டை 323
நெய்ச்சிட்டி 75
நெரிஞ்சில் 134,167
நெருஞ்சில் குடிநீர் 167
நெருஞ்சில் சமூலம் 315
நெருஞ்சில் சாறு 45
நெருஞ்சில் பூ 242
நெருஞ்சில் 50
நெல்லாவி 244
நெல்லி 117
நெல்லி ஈர்க்கு 189
நெல்லிக் குடிநீர் 189
நெல்லிக்காய் 102, 113,161,167,178,312, 315
நெல்லிக்காய் கந்தகம் 294
நெல்லிக்காய் சாறு 155,334
நெல்லிக்காய் லேகியம் 50,261,293,309, 315
நெல்லிப்பட்டை 189
நெல்லிமுள்ளி 298
நெல்லியிலை 242
நெல்லிவற்றல் 90,176,269,324
நெற்றி 199,335
நேத்திர வாதம் 329,331,333,335
நேர்வாளம் 130,336
நொச்சி 29,134,341,367
நொச்சி இலை 72,338

நொச்சி வேர் 220,272
நொச்சிக்கொழுந்து 143
நொச்சிச் சாறு 334
நொச்சித்தைலம் 260,305
நொச்சியிலை 72,339
நொச்சில் 75
நொதி 172
நோய்த் தடுப்பு முறை 364
நோய்த்தொற்று 296
நோயின் தன்மை 69
பக்கவாதம் 67,330,338
பக்கு கட்டுதல் 294
பச்சிலை 70
பச்சிளம் சிசு 3
பச்சை 113
பச்சை நிறமாக வயிறு கழிதல் 25
பச்சை மயிலறகு 222
பச்சைக் கற்பூரம் 97,131,145,299
பச்சைக் காய்கறிகள் 49
பசலை 324
பசலைக் கீரை 86,87,111
பசி 344
பசித்தீ குறைதல் 152
பசிமந்தம் 124
பசியின்மை 47,67,109,123,125,173, 184, 214,250,253,268,302,321,362
பசு நெய் 37,81,82,268
பசு மோர் 102
பசு வெண்ணெய் 295
பசுநீர் 161
பசும் பால் 46,81,86,97,101,366
பசுமையான வல்லாரை 97
பசுவின் சாணப்பால் 210
பசுவின் நீர் 222
பசுவின் வெண்ணெய் 92,99
பஞ்சதீபாக்கினி லேகியம் 157
பஞ்சதீபாக்கினிச் சூரணம் 179
பஞ்சலவணக் கருப்பு 188
பட்சி தோடம் 21,22
பட்சி 20
பட்டாணிக் கடலை 297
படிக லிங்க செந்தூரம் 316
படிகலிங்கத் துவர் 191
படிகாரப் பற்பம் 168,316
படிகாரம் 111,316
படுக்கையில் சிறுநீர் கழித்தல் 355
பத்தியம் 136,159
பதற்ற நிலை 360
பதற்றம் 354
பப்பாளி 180,281
பயம் 354,360
பர்ப்படாகம் 85,86
பரம்பரை 355
பரராசசேகரம் 24,105
பராமரிக்காமை 310
பரிகாரம் 353
பரீரிகம் 67
பருத்திக் கொட்டை 189
பருத்திப்பிஞ்சு 189,241
பருப்பு 49,103
பருப்புக் கீரை 161
பல் ஆட்டம் 311
பல் கூச்சம் 311
பல் சொத்தை 308
பல் வலிமை 308
பல் வளர்ச்சி 308
பல் விழுதல் 308
பல்கறுத்தல் 311
பல்குத்தல் 311
பல்சாய்தல் 315
பல்சொத்தை 310
பல்மாந்தம் 59
பல்லடி நிறமாற்றம் 308
பல்லடிக்கட்டி 308

பல்வலி 311
பலகரை பற்பம் 205,260,292,295,305
பலாசுவிதை 266,271
பலாப்பழம் 69
பவழப்பற்பம் 158,191,239,305
பழங்கள் 103,111,297
பழச்சாறு 94,180
பழம்பாசி 72,133
பழம்பாசிக் குடிநீர் 133
பழம்பாசிச்சாறு 91
பழம்புளி 96
பள்ளிப்பருவம் 3
பளிங்குசாம்பிராணி 304
பற்கள் 307
பற்கள் முளைத்தல் 308
பற்படாகக் குடிநீர் 239
பற்படாகம் 71,134,142
பற்பம் 191
பற்புழு 313
பறங்கிப்பட்டை 337
பறங்கிப்பட்டை சூரணம் 292
பறவை 20
பறவை தோசம் 116
பறவைத் தோடம் 21
பன்னீர் 44
பன்னீர்ப்பூ 155
பனங்கற்கண்டு 272
பனங்குருத்து 242
பனியில் நனைதல் 300
பனை விசிறி 248
பனைமுகரி அம்மை 227
பாக்குக் கொட்டை 312
பாக்டிரியா 213,246
பாகல் எண்ணெய் 267
பாகல் சாறு 267
பாகல் பழம் 272
பாகற்காய் 180
பாண்டு 8,129,169
பாதிரிவேர் 50
பாப்பாவில் மஞ்சள் 285
பாம்பின் கண்டம் 222
பாயசம் 69
பார்த்த தோடம் 21
பார்லிக் கஞ்சி 180,234
பார்வை மங்கல் 282,288
பாரங்கி 345
பால் 43,94,103, 111,157,219,331
பால் எதிரெடுத்தல் 344
பால் ஒவ்வாமை 183,185
பால் கக்குதல் 25
பால் குடியாமை 60,184,185,344
பால் மாந்தம் 54
பால்துத்தம் 70,210,295
பால்பற்கள் 307
பால்புட்டி 183
பால்வள்ளி 341
பால்வினை 172
பால கரப்பான் 199
பால சஞ்சீவி மாத்திரை 70,219
பால வாதம் 330
பால வைத்திய போதினி 196
பாலசஞ்சீவி 206,259
பாலசஞ்சீவி மாத்திரை 131,191
பாலாடை 183
பாலர் வாதம் 329
பாலவாகடம் 192,273
பாலை வேர் 36,303,315
பாலைப்பட்டை 207
பாலைப்புள் தோடம் 21
பாவட்டை 132,190
பாவட்டை வேர் 73,221
பாவட்டைச் சாறு 147
பிச்சி வேர் 23
பிச்சு 216

பிண்ணாக்கு 244
பித்தம் 94,131
பித்த கபசுரம் 124
பித்த கரப்பான் 196
பித்த குடோரம் 124
பித்த குளிர்வாத சுரம் 124
பித்த சன்னி 136
பித்த சுரம் 124
பித்த சோபை 164,331
பித்த வாதம் 329
பித்த வெளுப்பு 151
பித்தக் கரப்பான் 195
பித்தகப குடோரம் 124
பித்தநாடி 186
பித்தநாள அடைப்பு 172
பித்தநீர் 26,176
பித்தநோய் 170
பித்தவாத சுரம் 124
பிதற்றல் 109,353
பிரச்சாரம் 103
பிரண்டை 267
பிரம்மானந்த பைரவம் 240,292,314
பிரமி 75,113
பிரமி வழுக்கை 179
பிரமி வல்லாரை 118
பிரளிக் கணம் 68
பிராண வாயு 247
பிள்ளைப்பருவம் 3
பிறக்கண நோய்க்குறிகள் 89
பிறதாரணி வேர் 340
பிறவி சிஃபிலிஸ் 287
பின்பள்ளிப்பருவம் 3
பீச்சங்கு இலை 71
பீட்ரூட் 162
பீநாறி 114
பீர்க்கங்காய் 162
பீர்க்கிலை 71
பீளை சேர்தல் 279
பீனிசத்தைலம் 305
பீனிசம் 338
புகை 86,219,223
புங்கம்பட்டை கசாயம் 312
புங்கம்பூ எண்ணெய் 207
புங்கம்பூ 207,
புங்கம்வேர் 209,220,323
புங்கன் தைலம் 295
புங்கனிலை 71,338
புங்கு 75,93,221
புங்கெண்ணெய் 140
புடலங்காய் 162
புண் 68,129,196
புண்கரப்பான் 199
புத்தி தடுமாற்றம் 128
புத்தி மயங்கல் 125
புதினா இலை 311
புரசம்விதை 267
புரதம் 39,250
புரளுதல் 24
புருவம் 146
புரோட்டனோபியா 289
புலனாலறிதல் 200
புலிக் கொழுப்பு 367
புள் 20
புள்ளடி 72
புள்ளி 323
புள்ளிக்குட்டம் 323
புள்ளினம் 183
புளி 75,165,223,331
புளி ஈர்க்கு 189
புளித்த தயிர் 187
புளித்தேப்பம் 186
புளிநறளை 207
புளிப்பு 86,111,150,180,210
புளியம் வித்து ஓடு 99

புளியாரைக் கீரை 71
புளியிலைச் சாறு 335
புளிவிதைத்தோல் 189
புற்று 277
புற இசிவு 213
புறங்கால் 84
புறங்கை வீங்கம் 84
புறச்செவி நோய் 318
புறவீச்சு 126
புனுகு 36
பூங்கற்பூரம் 145
பூசணி நெய் 133
பூசணிக்காய் 159,207,296
பூஞ்சைகள் 246
பூட்டுத்தாள் அம்மை 226
பூண்டாதிச் சாறு 138
பூண்டு 48,75,146,160,165,189, 207,217, 313,366
பூண்டுதிரி 160
பூண்டெண்ணெய் 64
பூதக்கரப்பான் 207
பூதக்கரப்பான் பட்டை 207,222
பூதகரப்பான்பட்டைச் சாறு 209
பூநாகம் 112,234
பூநீறு 187
பூப்புப்பருவம் 2
பூர மாத்திரை 57
பூரண சந்திரோதய மாத்திரை 260
பூரம் 190
பூலா இலை 90
பூலாவிருட்சம் 341
பூவந்திப்பழம் 71
பூவரச வேர் 220
பூவரசம்பட்டை 207,209
பூவரசு இலை 115
பூவரசு காய் 115
பூவரசு பூ 115
பூவாரை 25
பெண் தோடம் 21
பெண் பட்சி 20
பெண் 20
பெதும்பைப் பருவம் 2
பெரிய தக்காளி 75
பெரிய மூட்டுகளில் வலி 255
பெருஓணான் 222
பெருங்கரப்பான் 199
பெருங்காயம் 141,188,222,298,342,365
பெருங்குறிஞ்சானிலைச் சாறு 209
பெருந்தும்பை 28,29
பெருந்தும்பை வேர் 221
பெருமரத்தூள் 188
பெருமருந்து 116
பெருமூச்சு 125,127
பேச்சுக் குழறல் 67
பேச்சுக் குறைபாடு 351
பேதி மருந்து 273
பேதி 23,55
பேதைப்பருவம் 2
பேய் மாந்தம் 54
பேய்பீர்க்கு 267
பேய்மாந்தக் குறிகுணம் 62
பேய்மிரட்டி 133
பேயத்தி 148
பேயத்தி வேர்ப்பட்டை 214
பேயத்திக் குளிசம் 32
பேரரத்தை 145,222
பேராமுட்டி 134,313
பேராமுட்டிவேர் 45
பேரிச்சை பழம் 98,103,155,162
பேரீந்து 139
பைரிடாக்சின் 49
பொக்கிக் கரப்பான் 320
பொக்கிப்பரு 324
பொட்டுக்கடலை 103

பொடுதலை 72,132,140
பொடுதலை வேர் 95
பொடுதலைக் காய் 76
பொடுதலைக் காய் கற்கம் 59
பொடுதலைக் குடிநீர் 58
பொடுதலைச் சாறு 45,74,82
பொடுதலைச் சுரசம் 64
பொடுதலையிலை 101
பொரி கரப்பான் 195,198
பொரித்த வெங்காரம் 74,114
பொருத்துளைவு வாதம் 329
பொருமல் 71,109,217
பொன் முசுட்டை 71,324
பொன்குறண்டி வேர் 341
பொன்னாங்காணி 37,116,132,161
பொன்னாங்காணிக் கற்கம் 90
பொன்னாங்காணிக் கீரை 71,90,111
பொன்னாங்காணிச்சாறு 99
பொன்னாங்காணிவேர் 99
பொன்னாவரை 75
பொன்னாவரை ஈர்க்கு 75
போர் மாந்தம் 54
மகப்பேறு 172
மகா கணம் 68
மகாமாசத் தைலம் 260
மகிழ இலைக் கசாயம் 311
மங்கைப் பருவம் 2
மச்சை 308
மசரை 270
மசரைப் புழு 265
மசூரி 225
மஞ்சட்டி 323
மஞ்சள் 26,27,71,97,144,188,222, 240,270, 307,
மஞ்சள் கரிசலாங்கண்ணி 177
மஞ்சள் காமாலை 169,213
மஞ்சள் சாறு 334
மஞ்சள் பொடி 341
மஞ்சிட்டி 309,341
மண் 150,163
மண்டூரச் செந்தூரம் 159
மண்டூரம் 158
மண்டூராதி 160
மண்டூராதி அடைக்குடிநீர் 166,178
மண்டூராதி சூரணம் 178
மண்டைக்கரப்பான் 195,196
மண்டையிடி 338
மண்ணீரல் வீக்கம் 126,129,150,250
மணத்தக்காளி வேர் 23,87
மணத்தக்காளி 75,83,116,161,177,179
மணத்தக்காளிக் கீரை 111
மணத்தக்காளியிலை 92
மணித்தக்காளி எண்ணெய் 62
மத்தன் தைலம் 292
மதுமேகம் 8
மதுரம் 113
மந்தம் 67,139,182
மந்திரம் 35,248
மயக்கம் 23,67,69,77,109,110,126, 152, 164, 174,220,301,321
மயானக் குருவித் தோடம் 21
மயிர்ப் புழு வெட்டு 275
மயில் வாதம் 330
மயில்துத்தம் 210,295,318
மயிலடிக்குருத்து 116
மயிலிறகு 142,214
மரபணு மாற்றம் 359
மரமஞ்சள் 144,146,176,188,222
மரமஞ்சள் குடிநீர் 188
மராஸ்மஸ் 40
மராஸ்மஸ் நோய் 40
மருக்காரை பிசின் 85,86
மருட்கிழங்கு 74
மருதம்பட்டைக் குடிநீர் 261

மருது பட்டை 241
மல்லி 113,337
மலக்கட்டு 66,128,152,173,197,257, 323, 336,344
மலச்சிக்கல் 77,214
மலட்டுப் பட்சி 20
மலத்துவாரத்தில் எரிச்சல் 66
மலம் 110,127,332
மலவாய் 63
மலைதாங்கி 36
மன வளர்ச்சிக் குறைவு 355
மனஉளைச்சல் 355
மனக்கலக்கம் 301
மனச்சோர்வு 351
மனத்தடுமாற்றம் 362
மனப்பதற்றம் 223,356
மாங்காய் 244
மாங்கிஷ சூலை 321,322
மாசிக்காய் 46,85,86,111,134,138,365
மாசிக்காய் சூரணம் 316
மாசிபத்திரி 77,93
மாசிபத்திரிச் சாறு 79
மாசிபத்திரிவேர் 96
மாணிக்க பற்பம் 239
மாதுளம் பழச்சாறு 85,242
மாதுளம் பழத்தோல் 188
மாதுளம் பிஞ்சு 188
மாதுளம் பூச் சாறு 242
மாதுளம்பூ 335
மாதுளை 162
மாதுளை நெய் 99
மாதுளை மணப்பாகு 160
மாதுளைச் சமூலச் சாறு 99
மாதுளைவித்து 44
மாந்த கண சன்னி 136,139
மாந்த கணம் 68,71,72,73,74
மருள் எண்ணெய் 74
மாந்த கணநோய் 73,75
மாந்த சன்னி 136
மாந்த வலி சன்னி 136
மாந்த வலிப்பு 213
மாந்தக் கழிச்சல் 183,184
மாந்தச்சுரம் 124
மாந்தப்புல் 132
மாந்தம் 55,72,96,99,112,139,217
மாம்பட்டை 189,241
மாம்பட்டை எண்ணெய் 165
மாம்பழம் 281
மாமிசம் 103,207
மாயாக்காய் 117
மார்பு 79
மார்பு துடித்தல் 151
மார்பு நோதல் 125
மார்புபடபடப்பு 49
மாரி 225
மால்காந்தி 114
மாலைக்கண் 288
மாவிலங்கு 221
மாவிலிங்க சூரணம் 204
மாவிலிங்கப்பட்டை 137,208
மாவிலை 166,178
மாவிலைப் பொடி 311
மாவீகிஷ சுரம் 124
மாவுச்சத்து 39
மாறல் சுரம் 124,126
மாறல் குளிர் சுரம் 124
மாறுபட்ட பல் 308
மான்கொம்பு 112
மான்கொம்புப் பற்பம் 97
மிக்கபேதி 125
மிகத்தூக்கம் 173
மிகப்பசி கெடுதல் 95
மிகு வியர்வை 124,323
மிகுகோபம் 323

மிகுசுரம் 58,126
மிகுந்த பயம் 351
மிகுவியர்வை 323
மிருதார்சிங்கி 210,295,304
மிளகரணை 45,216,221
மிளகு 43,46,76,111,116,138,140,156, 166,177, 178,188,190,203, 214, 248, 270, 294,298, 316,341, 365, 366
மிளகு அம்மை 227
மிளகு எண்ணெய் 58
மிளகு கசாயம் 334
மிளகு திப்பிலி 158
மிளகுத் தக்காளி 72
மிளகுத் தக்காளி இலை 71
மிளகெடை 36
மின் வரைபடம் 257
மின்மினிப்பூச்சி 289
மீளாத ஐயசுரம் 124
மீன் 49,69,103,180,223,296
மீன் எண்ணெய் 52,281
மீன் செதில் 281
மீன்தலை 270
முக்கடுகு 326
முக்கந்தாயி எண்ணெய் 165
முக்கு மாந்தம் 54
முக்குற்ற தோடம் 217
முக்குற்ற வெழுச்சி 319
முக்குற்று நோய் 136
முக வாதம் 278,329,331
முகம் 79,84
முகம் கறுத்தல் 198
முகம் சிவத்தல் 250
முச்சுத் திணறல் 79
முசுமுசுக்கை 71,72,80,113,367
முசுமுசுக்கை இலை 72,83,133
முசுமுசுக்கைச்சாறு 155
முசுறு முட்டைத் தைலம் 141
முசுறுமுட்டை 112
முசுறுமுட்டைச்சாறு 147
முட்கா வேளை வேர் 221
முட்சங்கன் சூரணம் 204
முட்டு தோடம் 22,35
முட்டு வாதம் 330,331
முட்டை 52,103,140,180,263,296
முட்டைத் தைலம் 141,220
முடக்கற்றான் 93,141,367
முடக்கற்றான் குடிநீர் 179
முடக்கற்றான் வேர் 140,179
முடக்கறுத்தான் 221
முடமயிர் 276
முடமயிர்களிப்பு 276
முத்தக் காசு 142
முத்தப்பருவம் 2
முத்து 158,161
முத்து பற்பம் 239,260,305
முத்தெண்ணெய் 80
முதலிப் பிசின் 335
முதியார் கூந்தல் இலை 71
முதிர்ந்த வசம்பு 341
முதுகு 23
முந்திரிகை 143
முந்திரிப் பழம் 132
முப்பிணிநோய் 136
முயல் 222
முயிறு எறும்பு முட்டை 137
முருக்கிலை 338
முருக்கு 85
முருக்கு பெருங்காயம் 85
முருங்கம் பிசின் 87
முருங்கை 162,269,367
முருங்கை இலை 71,178
முருங்கை விதை 267
முருங்கை வேர் 221

முருங்கை வேர்ப்படை 142
முருங்கைக்கீரை 103,161
முருங்கைப் பூ 242
முருங்கைப்பட்டை 137,269
முருங்கைப்பிஞ்சு 162
முலைப்பால் 337
முழங்கை 23
முள்ளி 85
முள்ளி வேர் 87,133
முள்ளிக்கீரை 83,161
முளைவிடும் தானியம் 51
முற்றிய துவரை 340
முன் உச்சந்தலை 184
முன்பள்ளிப் பருவம் 3
முன்னை வேர் 50,220
மூக்கடைப்பு 253,297
மூக்கிரட்டை 50,140,367
மூக்கில் எரிச்சல் 302
மூக்கில் கட்டிகள் 296
மூக்கில் குருதி வழிதல் 302
மூக்கில் நீர் வடிதல் 62,253, 298,301
மூக்கில் புண் உண்டாதல் 197,301
மூக்கில்வலி 303
மூக்கின் மேல் வீக்கம் 293
மூக்கு 301
மூக்கு நீர் பாய்தல் 174,250,300
மூக்கு நோய் 291
மூக்கு மணம் உணராமை 301
மூக்கு மருந்து 135
மூக்குச்சுவர் 297
மூக்குப்பொடி 303
மூக்குறட்டைக் காய் 76
மூக்கைச் சிந்துதல் 293
மூங்கிலுப்பு 50
மூச்சு முட்டுதல் 153
மூச்சுக்கோளம் 67
மூச்சுத் திணறல் 343
மூச்சுவாங்கல் 49,96,266
மூச்சுவிடச் சிரமம் 125,126,153,200,297, 303
மூசாம்பரப் பற்று 261
மூசாம்பரம் 341
மூட்டு வலி 114,250,253,255,257
மூட்டுகள் பாதிப்பு 254
மூட்டுகளில் வீக்கம் 196
மூர்ச்சை 55,220,127
மூலக்கணம் 87
மூளை உறை தாபிதம் 67
மூளை வளர்ச்சிக் குறைபாடு 357,358
மூளைக் காசநோய்க் கட்டி 67
மூளைக்காய்ச்சல் 357,358
மெடுல்லா ஒப்ளாங்காட்டா 218
மெருகன் கிழங்கு நெய் 219
மெழுகு தைலம் 220,260
மெழுகுப் பதம் 115
மெனிஞ்சைடிஸ் 213
மேகநோய் 300
மேகம் 331
மேகவெட்டை 88
மேல் தோல் உரிதல் 294
மேல் நோக்குங்கால் 186
மேல்தொண்டை 326
மேல்மூச்சு 66,78,126
மைசாட்சி 222
மைசாட்சி குக்கில் 139
மோர் 111,192,331
ரசம் 158
ரப்பர் 183
ரிக்கட்ஸ் 51
ரிபோஃளோவின் 49
ரோட்டோவைரஸ் 183
லசுனதாபிதம் 250
லவங்கப்பட்டை 315
லாக்டோஸ் 185

லிங்கச் செந்தூரம் 219
லேகியம் 191
லோக மண்டூரச் செந்தூரம் 47,179
வங்க சுண்ணம் 260
வங்க செந்தூரம் 220
வச்சிரகண்டி லேகியம் 191
வசந்த குசுமாகம் 239,299,305
வசம்பு 26,27,7071,113,142,189,207,214,
216,267,336,366,367
வசம்பு சுட்டகரி 365
வசம்புக் குடிநீர் 58
வசுவாசி 116
வட்டக் கிலுகிலுப்பை 73
வட்டத்திருப்பி 72,85,190
வட்டத்துத்தி 323
வட்டுக்கத்தரி 114,116
வடை 69
வண் சாரணை வேர் 141
வயிற்றவியல் 112
வயிற்றிரைச்சல் 31,94
வயிற்றில் எரிச்சல் 96
வயிற்று நோய் 217,344
வயிற்று வலி 31,66,67,174,184
வயிற்று வீக்கம் 184
வயிற்றுக்கடுப்பு 87
வயிற்றுப் புழுக்கள் 182
வயிற்றுப் பொருமல் 344
வயிற்றுப்புசம் 96
வயிற்றுப்புழு 272
வயிற்றுப்போக்கு 182,270
வயிறு 79
வயிறு உப்புதல் 90
வயிறு ஊதல் 321
வயிறு கடுக்கும் 23,92
வயிறு கழிதல் 66,125
வயிறு நோதல் 69
வயிறு பொருமல் 77,270,361
வயிறு பொருமி ஊதல் 79
வயிறு மந்தம் 109
வயிறு வீக்கம் 198
வர கர்ணிக வாதம் 338
வரகு 296
வரட்காமாலை 174,175
வரட்புள் தோடம் 29,30
வரட்பூலா இலை 71
வரட்பூலா வேர் 24
வரள் கணம் 68,87
வரள் கரப்பான் 195
வரள்கண நோய்க்குறிகள் 86
வரிகரப்பான் 196
வருகைப்பருவம் 2
வல்லாரை 75,113,133,367
வல்லாரை எண்ணெய் 71
வல்லாரை நெய் 97
வல்லாரைக் கீரை 71,99
வல்லாரைச்சாறு 90,91,100
வலம்புரிக்காய் 222
வலி 285,313
வலிப்பு 55,67,109,140,212,220
வலிப்பு நோய் 355,
வலிப்பு மாந்தம் 54
வள்ளி 117
வளர் புழு 264
வளர்சிதை மாற்றம் 287
வளி 94,102
வளி கணம் 68
வளி மாந்தக் குறிகுணம் 55
வளி மாந்தம் 54
வளி மூக்கடைப்பு 300
வளிக்கீல்வாயு 252,255
வளிச்சன்னி 322
வளிசுரம் 124
வளையலுப்பு 158,187
வறட்சி 113

வறட்சி மாந்தம் 54
வறட்சிக் கரப்பான் 195
வறண்ட உடல் 88,184
வறுத்த ஓமம் 216
வன்னி 331
வாகை வேர் 220
வாகைப்பிசின் 85,86
வாத குளிர் சுரம் 124
வாத சன்னி 146
வாத சுரம் 124, 247
வாத நாடி 186
வாத பித்தசுரம் 124
வாதக் கரப்பான் 195
வாதகபசுரம் 124
வாதக்ரப்பான் பட்டை 208
வாதகுடோரம் 124
வாதகேசரித் தைலம் 260
வாதசன்னி 146
வாதசுரக் குடிநீர் 259
வாதசோபை 164
வாதத்தில் வாதம் 329
வாதவெளுப்பு 151
வாந்தி 22,23,55,61,67,79,93,125,153,
165,173,174,184,247,251,291
வாய் 78
வாய் அக்கரம் 109
வாய் உலரல் 301
வாய் குமட்டல் 125, 151, 173,186
வாய் குழகுழத்தல் 125
வாய் நாற்றம் 66,69,153
வாய் பிதற்றல் 125
வாய்க்கசப்பு 125,152
வாய்க்கோணல் 278
வாய்நீர் பெருகுதல் 69
வாய்ப்புண் 49,104,109,153,197,199
வாய்விளங்க உருண்டை 64
வாய்விடங்கம் 161,203,222,266,298
வாய்வேக்காடு 104
வாயக்கரம் 118
வாயவியல் 104
வாயில் மூச்சுவிடல் 302
வாயுச்சூலை 321
வால்மிளகு 74,131,177,188
வாலிபப்பருவம் 3
வாலை மாந்தம் 54
வாலைக் கரப்பான் 195,199
வாழைக்கச்சல் 162
வாழைக்காய் 296
வாழைப்பழம் 69,272
வாழைப்பூ 111,162
வான் மெழுகு 220
விக்கல் 23,60,125,153,175,198,
321,335,344,
விட்ணுகிரந்தி 71,72,84,86,87
விடக்கரப்பான் நெய் 210
விடக்குட்டம் 323
விடசன்னி 136,143,144
விடதாரியிலை 26
விடப்பரு 324
விடம் மாந்தம் 54
விடமுட்டித் தைலம் 220
விதைகள் 297
வியர்வை 66
வியானன் 257
விரணப்பரு 324
விரல் சூப்புதல் 351
விரல் வாதம் 329
விரை வாதம் 329
வில்வ இலை 71
வில்வ இலைச்சாறு 78
வில்வக் கொழுந்து 74
வில்வப்பட்டி ஓடு 83
வில்வம் 29,80,114,309,367
வில்வம்பழம் 188

வில்வாதி லேகியம் 159,191,293,309
வில்வவேர் 50,337
விலா 88
விலாமிச்சை 113,142,143,236,312
விலாமிச்சை வேர் 45,70,77,96,100,139
விழித்திரை நோய் 288
விளக்கெண்ணெய் 79,88,216
விளக்கொளி தோடம் 22
விளா 29
விளாங்காய் சதை 188
விளாத்தி 28
விளாம்பிசின் 85,86
விளாம்பூ 335
விளாவோடு 27
விறைக்கும் வாதம் 331
வினாதல் 200
விஷ்ணு கிரந்தி வேர் 221
விஷ்ணு சக்கர மாத்திரை 240
விஷ்ணுகிரந்தி வேர்ப்பட்டை 134
விஷ்ணுகிரந்தி 31,131,367
விஷ்ணுகிராந்திக் குடிநீர் 131
விஷக்கடி 126,163
விஷகிரந்தி 116
விஷசுரக் குடிநீர் 259
வீக்க கணம் 89
வீக்கம் 114,255,313,318
வீங்கிய கரப்பான் 195,196
வீங்கு புள்ளுத் தோடம் 22
வீமி அக்கரம் 105
வீரம் 295
வீழி 114
வெங்கண்புள் தோடம் 31
வெங்காயச் சாறு 74,75
வெங்காயம் 24,78,113,116,270,342
வெங்காரம் 70,111,131,178,216,
294,336,299
வெட்டிவேர் 29,70,77,98,113,132,139,323
வெட்டிவேர் விசிறி 248
வெட்டை நோய் 8
வெட்பாலை அரிசி 85,188
வெட்பாலை வேர் 221
வெட்பாலைப்பட்டை 341
வெடிக் கரப்பான் 195,197,196,209,320
வெடியுப்பு 158,168,196,295
வெடியுப்பு சுண்ணம் 179
வெண் கரப்பான் 195
வெண்கடுகு 326
வெண்கண் தோடம் 22
வெண்காயம் 72,146
வெண்குட்டம் 323
வெண்குன்றிப் பருப்பு 189
வெண்டைக்காய் 162
வெண்ணிற பாவை 285
வெண்ணெய் 52,145,180,187
வெண்ணொச்சியிலை 71
வெண்புள் தோடம் 21
வெண்பூசணிக்காய் சாறு 46
வெண்விழி 278
வெதுப்படக்கி எண்ணெய் 58
வெந்தயக்கீரை 111
வெந்தயம் 82,94,165,337
வெந்நீர் 43,98
வெப்பம் 113,116
வெல்லம் 159
வெள்வெங்காயம் 178
வெள்வேல் 323
வெள்ளரி விதை 242
வெள்ளறுகு 323
வெள்ளாட்டு நீர் 222
வெள்ளாட்டு மோர் 161
வெள்ளாட்டுக்கறி 162
வெள்ளாட்டுச் சாணம் 210
வெள்ளாட்டுப் பால் 70,99,247
வெள்ளி 158

வெள்ளி பற்பம் 220
வெள்ளி லோத்திரம் 309
வெள்ளுள்ளி 28,71,72,138,140,142, 216,336,338
வெள்ளெண்ணெய் 58
வெள்ளெருக்கம் வேர் 221
வெள்ளை 8
வெள்ளை அக்கரம் 105,108,109
வெள்ளை அணுக்கள் 257
வெள்ளை வெங்காயம் 73
வெள்ளைக் காக்கணம் வேர்ப்பட்டை 216
வெள்ளைக் குன்றி மணி வேர் குளிசம் 25
வெள்ளைச் சாரணை 177
வெள்ளைச் சாரணை வேர் 73,141
வெள்ளைப் பூண்டு 23,29,74,366
வெள்ளைப்பூண்டுத் திரி 346
வெளிக்காதில் வலி 318
வெளுப்பு நோய் 24,149,150,153,163
வெற்றிலை 137,367
வெற்றிலைக் காம்பு கற்கம் 64
வெற்றிலைக்காம்பு 94
வேப்பந்தளிர் 36,333,348
வேப்பம் பட்டை 209,341
வேப்பம்பட்டைச் சாறு 155, 209
வேப்பலவன் 114,336
வேப்பிலை 71,240,272
வேப்பீர்க்கு 27
வேப்பீர்க்குப் பால் 57
வேப்பெண்ணெய் 81,137,142,146,147, 214,341
வேம்பாடம்பட்டை 208
வேம்பு 28,75,176,367
வேம்பு நெய் 140
வேர்ப்பட்டை 140,313
வேலிப்பருத்தி 75,367
வேலிப்பருத்தி இலை 189
வேலிப்பருத்தி நெய் 58
வேலிப்பருத்திச்சாறு 64
வேளைக்கீரை 89
வேளைச் சமூலம் 209
வேளைவேர் 72,73, 138,139
வேனல் சுரம் 124
வைசூரி 225,236,237
வைரஸ் 246
வௌவால் 222
வௌவால் இறகுக் குளிசம் 27

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம்

தமிழ் மொழியின் வளர்ச்சி ஒன்றையே குறிக்கோளாகக் கொண்டு 1946ஆம் ஆண்டு, அந்நாள் கல்வியமைச்சர் திரு தி.சு. அவினாசிலிங்கம் அவர்களால் தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் நிறுவப்பட்டது. தொடக்க காலம் முதல் 1982 ஆம் ஆண்டு வரை அவர் அதன் தலைவராக இருந்து சிறப்பாகத் தொண்டாற்றி வந்தார். பின்னர் 1982 ஆம் ஆண்டு முன்னாள் மாநில, மைய அமைச்சரான திரு சி. சுப்பிரமணியம் அவர்கள் கழகத்தின் தலைமைப் பொறுப்பேற்றுச் சீரிய முறையில் தமிழ் வளர்ச்சிக்கு வழிகாட்டி வந்தார். அவரைத் தொடர்ந்து 1990-ஆம் ஆண்டு முதல் முனைவர் வா. செ. குழந்தைசாமி அவர்கள் தலைமைப் பொறுப்பை ஏற்றுச் சீரிய பணியாற்றி வருகிறார்.

1947ஆம் ஆண்டு முதல் திரு ம.ப. பெரியசாமித் தூரன் அவர்களைத் தலைமைப் பதிப்பு ஆசிரியராகக் கொண்டு, 'கலைக் களஞ்சியம்' 10 தொகுதிகள் வெளியிடப்பட்டன. இப்பணி 1968இல் நிறைவு பெற்றது. இதுவே இந்திய மொழிகளில் முதல் முயற்சியாகத் திகழ்கிறது. பின்னர், அவரையே ஆசிரியராகக் கொண்டு 'குழந்தைகள் கலைக்களஞ்சியம்' 10 தொகுதிகள் 1968 முதல் தொடங்கி 1976 ஆம் ஆண்டிற்குள் வெளியிடப்பட்டன. இதன் இரண்டாவது திருத்திய பதிப்பும் (10 தொகுதிகள்) 1988 இல் முடிவுற்றது. அதன் பின்னர், தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் அறிவியல் தொடர்பான நூல்களை வெளியிடும் பணியில் ஈடுபட்டு, நான்கு நூல்களை வெளியிட்டது.

தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம் மருத்துவ அறிவியலைக் கருத்தில் கொண்டு, 'மருத்துவக் களஞ்சியம்' என்னும் தலைப்பில் 12 தொகுதிகளை வெளியிடும் பணியை மேற்கொண்டது. இதில் 'மருத்துவக் களஞ்சியம் தொகுதி-1: உடல் நலம்' , 'தொகுதி-2: தாய் சேய் நலம்' , 'தொகுதி-3: புலனுறுப்புகள்-1', 'தொகுதி-4: புலனுறுப்புகள்-2', தொகுதி-5: மூளை, மனநலம், நாளமில் சுரப்பிகள்', 'தொகுதி-6: செரிமான மண்டலம் மூச்சு மண்டலம்'. 'தொகுதி-7: தொற்று நோய்களும் பால்வினை நோய்களும்', ' தொகுதி-8: புற்று நோயும், முதியோர் நலமும்', 'தொகுதி-9: இதய இரத்தநாள மண்டலம்', 'தொகுதி-10: சீறுநீரகம் மற்றும் இனவள உறுப்பு மண்டலம்', ' தொகுதி-11: எலும்பியல், மாற்றுறுப்பியல், ஒட்டறுவை மருத்துவம்', 'தொகுதி-12: மரபியல் மருத்துவம், நோய் எதிர்ப்பாற்றல், மண்டலத்தின் அடிப்படைகள், விபத்து மருத்துவம் ஆகிய நூல்களும் மற்றும் 'தொகுதி-13: மருத்துவக் களஞ்சியம் கலைச்சொல் அடைவு' எனும் நூலும் வெளியிடப்பட்டு இப்பணி நிறைவு பெற்றது.

இதனைத் தொடர்ந்து சித்த மருத்துவம் பற்றிய நூல் வெளியீட்டுத் திட்டத்தில் ஏழு தொகுதிகளை வெளியிடும் பணியைக் கழகம் மேற்கொண்டுள்ளது. இதில் 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-1: வரலாறு', 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-2:அடிப்படைகள்' , 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-3: சிறப்பியல்', 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-4: வாதம் தொடர்பான நோய்கள் பகுதி-1, மற்றும் பகுதி -2', 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-5: பித்தம் தொடர்பான நோய்கள்' மற்றும் 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-6: கபம் தொடர்பான நோய்கள்' எனும் நூல்கள் வெளிவந்துள்ளன. தற்பொழுது 'சித்த மருத்துவம் தொகுதி-7: குழந்தை மருத்துவம்' என்னும் நூல் வெளிவந்துள்ளது.